

スポーツ推進委員だより

令和4年3月1日

発行: 国分寺市スポーツ推進委員協議会
 編集: 国分寺市スポーツ推進委員協議会 総務部
 所在地: 〒185-8501 東京都国分寺市戸倉1-6-1 国分寺市役所 第三庁舎内
 事務局: スポーツ振興課
 TEL: 042-325-0111
 FAX: 042-323-9062

スポーツ推進委員とは

国分寺市スポーツ推進委員は、『市民のスポーツの振興を図る活動』を行うため市長から委嘱を受け活動する非常勤特別職の公務員です。

スポーツ推進委員の役割

- ①スポーツ事業の企画・立案・運営
- ②地域スポーツ活動のコーディネート
- ③スポーツ関連事業へのアドバイスや協力

国分寺市での具体的な活動としては

- ・行政のスポーツ事業への支援…姉妹都市交流事業(ジュニアサマー)、史跡駅伝など
- ・地域スポーツクラブの育成……こくぶんじ地域クラブへの運営補助など
- ・市民へのスポーツの場の提供…スポレク広場およびスポレクまつりの企画・運営、ウォーキング等スポーツイベントの企画・運営、地域のお祭りや運動会等への支援、放課後子どもプランでの指導、スポーツ関係団体へのスポーツレクリエーション指導など
- ・各種研修への参加 ・他市(近隣自治体)との交流

令和3年度 活動報告

高水三山(青梅市)トレッキング 11月20日(土)



▲高水三山中腹の休憩所

晩秋の11月、登山入門として、高水三山を参加者13名と歩きました。天候にも恵まれ、楽しく登山ができました。久しぶりに山歩きをするという方も多く、急な上り坂や下り坂、また一部岩登りにもチャレンジをして、たいそう疲れたと同時に、参加者は皆、登山ならではの達成感を得て、充実した表情で帰路につきました。

3月には、飯能駅から「トーベ・ヤンソンあけぼの子どもの森公園」までのウォーキングイベントを行う予定です。ぜひご参加ください。

※詳細は今月号市報の8ページをご覧ください



▲トレッキング途中に見えた景色

ボッチャ指導派遣

9月30日(木) 中戸倉長生会



パラリンピック競技体験コーナーのボッチャブースを推進委員で担当しました。初めてボッチャに触れる参加者がほとんどでしたが、「ボッチャは簡単そうに見えて奥が深い!」とその魅力に引き込まれ、親子で何度もプレーをする姿が印象的でした。

12月17日(金) 百寿会



12月12日(日) 武蔵国分寺公園 はらっぱ★チャレンジキャラバン



西町地域センターで、百寿会の依頼により「ボッチャ体験会」を行いました。体験だけにとどまらず、ルールを覚えて今後も実施したいという積極的なお話をいただき、大変楽しい時間となりました。

スポレクまつり 10月10日(日)



毎年10月スポーツの日(本年度は祝日移動に伴い10月10日に開催)に、市内のスポーツ施設を一日無料開放しています。コロナ禍中の開催でしたが、多くの親子連れや子どもたちが参加してくれました。今年度はスタンプラリーも復活! アーチェリーやストレッチ、フットサルなどのスポーツを楽しんでいただきました。



放課後子どもプラン

10月25日(月) 二小校庭

ハードル・ゴム跳びしっぽ取りゲームなどを実施



12月9日(木) 1月13日(木) 二小体育館



じゃんけんゲーム ドッチビーでの当てボール送り・運び中当てなどを実施

しばらくの間実施できなかった小学生との交流事業。子どもたちの笑顔に私たち推進委員も癒されました。

東京都スポーツ推進委員協議会 第9ブロック研修会 10月30日(土)

今年度の研修会は、幹事市の三鷹市からのオンライン配信の動画を、各市拠点などで受信・受講するリモート形式で開催されました。

『超高齢社会を健康長寿で笑って過ごすためのスポーツ推進委員の役割』と題して、早稲田大学スポーツ科学学術員教授の宮地元彦さんより講義をいただきました。これから市内でも実践していきたいと思えます。



▲実際に体を動かして学びました

スポレク広場 開催中 無料!!



「運動をしたいけど、忙しくて団体やチームには所属できず、なかなか運動場所を確保できない…」 「軽く運動をして汗を流したい!」そんな方が気軽に運動できる場として、スポレク広場を開催しています。当日は現地で、スポーツ推進委員が用具の貸出や体育室の使い方を管理するとともに、一緒にスポーツを楽しみ、簡単な運動指導を行っています。

体験できる種目

バドミントン、卓球、ポッチャ、バスケットボール、ドッジビー、ミニテニス、ネオテニス ほか

※室内履きをお持ちのうえ、動きやすい服装でお越しください。ロッカーもあります。

【令和4年3月～9月実施予定】

市民スポーツセンター 第一体育室 A面 第一土曜日 14:00～16:30	ひかりスポーツセンター 第一体育室 第三土曜日 14:00～16:30
3月5日(土)	3月19日(土)
4月2日(土)	4月16日(土)
5月7日(土)	5月21日(土)
6月4日(土)	6月18日(土)
7月2日(土)	7月16日(土)
8月はお休みです	8月20日(土)
9月3日(土)	9月17日(土)

こくぶんじ地域クラブ活動報告 (市内唯一の総合型地域スポーツクラブ)

令和3年度のこくぶんじ地域クラブの事業は、コロナ禍ではありましたが、年間事業実施回数・事業参加人数ともに令和2年度を上回り、約80回の事業実施、約1300名の事業参加になりそうです。

年間を通じて、地域クラブでは市民の皆さんの健康維持・増進を願い、定例事業の軽スポーツを実施しました。事業の対象者は、子どもたちから高齢の方まで多岐に渡り、密を避け身体を動かすことを、皆さんに楽しんでいただきました。

来年度はコロナが収束し、さらに広く皆さんに、運動やスポーツを楽しむ機会を提供できるようになることを願います。

詳しくは、こくぶんじ地域クラブHPをご覧ください
こくぶんじ地域クラブ事務局
TEL:090-9824-0401
URL <https://www.club59bunji.com/>



▼ノルディックウォーキング



▼からだに効くラン＆ウォーク



▲走り方教室

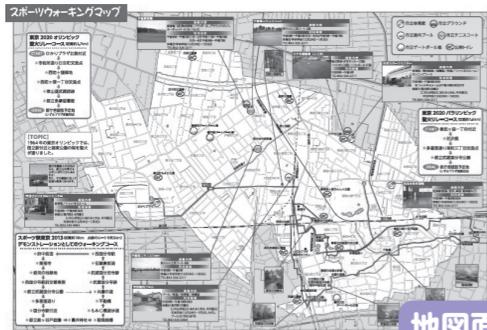


▲ポッチャ交流大会

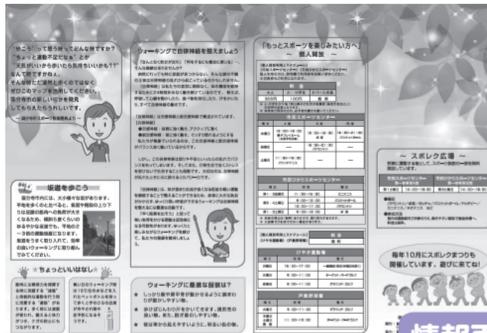
マップを手に市内巡りを!

スポーツウォーキングマップ

OPEN!



地図面



情報面



手前に挟み込まれているスポーツウォーキングマップ



昨年開催された東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会では、選手からたくさんの感動と勇気をいただきました。私たちは、この東京2020大会の聖火リレーコースを盛り込んだスポーツウォーキングマップを作成しました。

歩いてもよし、走ってもよし。国分寺の自然や歴史を感じながら体を動かしてみませんか。皆さんの健康維持に役立てていただけたら嬉しいです。また、国分寺市内で運動ができる施設情報も満載です。

マップは国分寺駅cocobunji WEST1階(国分寺市案内所)および5階(cocobunjiプラザ)、西国分寺駅みどりの窓口、国分寺駅南口交番、ひかりプラザ窓口、国立駅前にたちこくぶんじ市民プラザなどに配架しています。どうぞ手にとってご覧ください。

※配布数が限られているため、配架を終了している場合があります。

市ゆかりのアスリートを応援します 国分寺市応援アスリート募集

市では、市民のスポーツへの関心や活動意欲の向上を図るため、市にゆかりのある現役のアスリートを「国分寺市応援アスリート」として認定し、その活動に関する情報を市報やホームページ等で発信することを通して市を挙げて応援していきます。

現在は、テコンドー競技の西川千尋(にしかわちひろ)さん【全日本テコンドー選手権3連覇(令和4年2月1日現在)】、ポッチャ競技の唐司あみ(とうのしあみ)さん【平成31年度東京アスリート認定選手】が応援アスリートとして認定されています。

応募の仕方や認定基準など詳しくはスポーツ振興課までお問い合わせください。

→スポーツ振興課Tel.042-325-0111(内278) FAX042-323-9062



西川千尋さん



唐司あみさん

スポーツ振興課 Twitter QRコード▶



スポーツ推進委員の活動は当ページにて公開中です。

する・みる・支えるスポーツの情報が満載 スポーツTOKYOインフォメーション

東京都のスポーツ情報サイトです。イベントに関する情報、都内のスポーツ施設に関する情報を提供しています。スポーツボランティアの情報も豊富です。ご利用ください。

<https://www.sports-tokyo-info.metro.tokyo.lg.jp>

スポーツTOKYOインフォメーション

こちらのQRコードからアクセス可▶

