

# はっらっ

2015

YOTUKAIDO CITY

41



平成27年 3月 18日

四街道市スポーツ推進委員連絡協議会発行

(事務局 四街道市教育委員会スポーツ振興課内 424-8926)

<http://www.city.yotsukaido.chiba.jp/miryoku/smile/matsuri/suposui.html>

スポーツ推進委員は、四街道市教育委員会から委嘱されている非常勤職員です。

スポーツ推進委員は皆様の生涯スポーツのサポーターです。

現在16名の推進委員があり、市民の皆さんにスポーツの実技指導やスポーツ行事のコーディネーターとして様々な事業に取り組んでいます。



## 平成27年度の主な活動予定

【平成27年】

5月17日(日) バスハイキング  
(鋸山)

6月20日(土) 体力測定会①  
10月10日(土) 体力測定会②

【平成28年】

1月30日(土) 体力測定会③



## バスハイキング「健康づくり絶景勝浦・鵜原理想郷散策」

恒例のバスハイキングは、今年で25回目を迎えました。5月18日雲1つない五月晴れに恵まれ絶景の勝浦・鵜原理想郷をウォーキングしました。たくさんの応募の方々から選ばれた69名が参加しました。

早朝6時40分市役所をバス2台で出発、勝浦海中公園広場にて、ウォーミングアップの後でグループごとに鵜原理想郷を目指してスタートしました。理想郷の頂上にある一番大きい東屋「黄昏の丘」まで登り広大な外房と湾内の絶景を堪能し下りは海辺の砂浜体験も楽しみました。次のコースは勝浦港。活気のカツオの荷揚げと朝市前を通り海辺に沿って八幡岬公園と家康公側室のお万の方像のある展望台へ到着、壮大な太平洋の絶景をバックに昼食を楽しみました。午後は勝浦灯台や官軍塚を経てゴールの勝浦市役所に延べ約10kmを全員完歩しました。その後、勝浦宇宙通信所では5日前の5月14日にISS(国際宇宙ステーション)からソユーズで帰還した若田光一さんのビデオ画や新設の20mパラボラアンテナ前で記念撮影される方も見受けられました。帰途、最後の休憩所、道の駅たけゆらの里では買い物や名物のソフトアイスなどで一息し定刻より若干早く四街道市役所前に帰着しました。

次回のバスハイキングは5月17日(日)に鋸山の予定で4月1日号の市政だよりに掲載されますのでふるってご応募ください。



絶景の勝浦海岸を走破!



鋸山日本寺大仏広場

## 体力測定会について

◎体力測定会(今年から3回開催)

平成26年度の主要行事のひとつです。今年度は、年間3回(市の体育の日の行事を含む)にわたり市内の小学校体育館(6/21、1/31)及び「スポーツde健康大作戦」の一環として開催された総合体育館(10/11)での46名の参加者を含め多くの市民の皆様楽しんで頂きました。

【6月21日中央小学校体育館にて開催した体力測定会を終えて】

今回も40代から70代までの男女37名にご参加を頂きました。

体力測定は、ペアーを組みながら世間話を交えて楽しく、ある測定では、こうやると良いかもと、大変盛り上がりました。測定数値は体力測定手帳にご自身で記入。

その手帳を基に生活体力などに役立てて頂いています。

たとえば筋力ですが一般的に年齢とともに少しずつ落ちるといわれています(個人差あり)。

ご自身のいまの筋力を確認されて、日々の生活やらスポーツを通して筋力維持または落ちるのを少なくしていく。

体力測定会は例年、お近くの小学校、総合体育館で行われています。詳しくは市政だよりまたは、掲示板、回覧等でご案内しております。

お気軽に参加してみませんか、スポーツ推進員の美女及びイケメンがお待ちしております。



▲長座体前屈に奮闘中

みんなで  
スポーツ!



# スポーツ推進委員を派遣しました！

## 【6月30日 ユニカール（市ボランティア連絡協議会）四街道公民館】

参加18名を6チームに分け、3レーンをセットし総当り戦で行いました。体を動かしチームの一員として相手と戦う、日頃のボランティア活動と異なり、また格別の面白さを味わっていただいたのではないかと思います。来年度もぜひご予定ください。

## 【10月11日 ダーツ（四街道市及び市教育委員会）総合公園体育館】

午後1時から4時まで行いましたが、小学生や家族での参加などたくさんの方がダーツを楽しむことができました。短い時間の中でも、ダーツの面白さを感じてくれたのではないかと思います。これをきっかけにして、ダーツをする人が増えてくれることを期待します。

## 【1月24日 運動適性テスト（四街道市スポーツ少年団）総合公園体育館】

市内の8団体総勢120名余の小学生が参加。

5種目のテストを実施し最終種目の「5分間走」では運動会さながらの応援合戦となり大盛況のうちに無事終了しました。



的的中心を狙って挑戦です（ダーツ）

## ●スポーツ推進委員対象研修会

### 【ニュースポーツを体験】（7月6日 八木原小でのニュースポーツ）

「軽三角ベースボール」と「ラージボール（LB）テニス」のルールと体験会を行いました。いずれも注目度は高く来年度市民への体験会にて具体的反応を伺い活動推進したいと思います。



### 【近隣スポーツ推進委員との交流会を初開催】（9月27日 富里市推進委員との交流事業）

四街道小学校体育館に於いて、富里市スポーツ推進委員の方がたを招待して交流を深めました。四街道市スポーツ推進委員発案の新しい軽スポーツ(体育館でできる軽三角ベースボールとラージボールテニス、ジャンボボールテニス)のゲームを楽しみました。体験後富里市スポーツ推進委員より「難しいけれど面白かった」との感想をいただきました。今後はこの種目を市民の皆様にご紹介してゆきたいと思っております。

### 【実技と講習による研修】（12月13日 みそら小での研修）

今年度最終回の内部研修会として、寒い一日でしたが、スポーツ推進委員9名の参加で、実技を取り入れての講義中心の研修会を実施しました。スポーツ指導者として必要な知識を改めて振り返りました。講義中心では眠くなるのではとの思いで、研修担当一人一人の工夫で、楽しい研修会となりました。



## 9/21 印旛郡市スポーツレクリエーション祭に参加 （さいかつボール大会）



大会事務局の運営もスムーズで、とても勉強になりました。同じ市町村スポーツ推進委員を同じチームにしないで、他の市町村スポーツ推進との親睦が深められる組み合わせで、最初は多少遠慮がちでしたが、ゲームに集中するなかで、すぐにうちとけることができました。改めてスポーツの持つ力を感じました。

## 12/7 第31回千葉県スポーツ推進委員研究大会開催

千葉市青葉の森公園芸術文化ホールにて「元気。ふれあい。夢。スポーツの力で活気のある地域づくり」をテーマに開催されました。基調講演でサッカー解説者のセルジオ越後氏の「スポーツが果す社会の役割」と題し昔の生活と今の生活を比較して、面白おかしく聞くことができました。



※自治会や子ども会等でスポーツ行事をする際、スポーツ推進委員が皆様のところに出向き、講師としてお手伝いさせていただきます。お気軽に四街道市教育委員会スポーツ振興課（☎424-8926）にお問い合わせください。

