

ラグビーワールドカップ2019™日本大会を盛りあげよう！

スポ進 NEWS LETTER

Vol.20

稲城市スポーツ推進委員協議会

CONTENTS

Event Report	10月10日(月) 体育の日スポーツフェア	...	1
Event Report	10月22日(土) Iのまち いなぎ市民祭 ファミリースポーツフェスタ	...	1
Event Report	10月29日(土) 稲城市・多摩区共催 ふれあい「あるくマップ」ウォーキング	...	2
Event Report	11月 3日(木) グラウンドゴルフ大会	...	3
Event Report	11月 5日(土) あおぞらスポーツ～スポーツを楽しもう！～	...	4
Event Report	11月16日(水) シルバーハイキング ～玉川上水～	...	5
Event Photo	11月27日(日) カーリング実技研修会	...	5
Event Report	1月22日(日) 第26回稲城市民ロードレース大会	...	6
Event Report	2月25日(土) タグラグビー体験教室	...	7

編集・発行

稲城市スポーツ推進委員協議会 広報部会

お問い合わせ先

稲城市スポーツ推進委員協議会事務局
(稲城市教育委員会体育課)

発行日

平成29年4月1日

東京都稲城市東長沼2111番地
TEL: 042-378-2111 (内線642・643)



2016年10月10日(月)
体育の日スポーツフェア



10月10日体育の日に、スポーツ推進委員は毎年「体カテスト」を担当しています。「握力」「上体起こし」「開眼片足立ち」「反復横跳び」「長座体前屈」の6種目を年齢、男女別に行っています。自分の前回の体カテスト点数と比較している人、日頃のトレーニングの成果を確認している人、家族で参加し、必死に頑張っているお父さん、お母さん、色々な様子が見られます。

自分の体力を知り、維持する意味で「体カテスト」を受けてみてはいかがでしょうか？

また、今年はパラリンピックの正式競技として行われた「ボッチャ」も各地区体育振興会の方と一緒に担当しました。陸上のカーリングと呼ばれているスポーツです。ジャックボール（白いターゲットボール）に赤、青それぞれ6球ずつボールを投げたり、転がしたりして、より多くのボールをジャックボールに近づけるようにして得点を競い合います。最後の一球で試合が大逆転するなどの魅力もあります。小さいお子さんでも、すぐにできるスポーツなので家族や友人同士楽しそうにゲームをする姿がみられました。2020年パラリンピックに向けて「ボッチャ」を広める活動をしています。是非、一度体験してみてください。（鷹野）



2016年10月22日(土)

いのまち いなぎ市民祭 ファミリースポーツフェスタ



『第15回Iのまちいなぎ市民祭』スポーツ部門のイベントとして、『ファミリースポーツフェスタ』を総合グラウンドで開催しました。

【スポーツの体験】としてボッチャとグラウンドゴルフを各地区体育振興会の方々と協力して行いました。ボッチャは、リオパラリンピックで銀メダルをとったので知名度も上がり大変盛り上がっていたように見えました。一回だけでは物足りなくて、何度も体験しにくる小学生がいました。老若男女、運動神経の良い悪いにあまり関係なく、みんなで楽しくできるスポーツということでも盛り上がっていたように思います。東京パラリンピックに向けて、ますますメジャーなスポーツになるといいなと思います。

グラウンドゴルフは毎年のようにやっていますが、小学生とおとうさん、おかあさんの親子で楽しんでいる様子が見られました。

【あるくマップ紹介】ではスポーツ推進委員が作成した稲城のウォーキングコースの紹介です。稲城はまだまだ自然が残る歩きやすいところがたくさんあります。皆さんに歩いてもらいたいコースをつくりました。マップは常時、市役所体育課の前の棚にあります。是非マップをもって歩いてみてください。稲城のいいところが見つかるかもしれません。

今年は東京ヴェルディのグッズが抽選で当たる、ということもあり大勢の方が来てくださいました。ありがとうございました。（木村）

2016年10月29日(土)

稲城市・多摩区共催 ふれあい「あるくマップ」ウォーキング



稲城市・多摩区共催 ふれあい「あるくマップ」ウォーキング

今年で4回目となる、川崎市と連携を図ったウォーキング。お互いの交流を深め、地域の活性化を図ることを目的とした事業です。

当日はスタッフを含め85名ウォーキング日和に恵まれました。今日のコースはいなぎ発信基地からガンダムモニュメントに見送られたスタート。稲城大橋～矢野口～穴澤天神社を經由し川崎へ入り小沢城址～薬師堂でゴール。なかなか歩きがいのあるコースです。回を重ねるごとに我々スタッフも連携がとれ、楽しくコース作りをしています。

こんなウォーキングぜひ参加してみてください。（亀井）



2016年11月3日(木)

第48回稲城市民体育大会レクリエーション競技 グラウンドゴルフ大会

今年は初めて稲城長峰スポーツ広場サッカー場での開催となりました。当日は天気も良く絶好のグラウンドゴルフ日和の中で、22チーム116名が参加して熱戦を繰り広げました。

今回もベテランの方が多数参加されましたが、最初のラウンドは、慣れないグラウンドのためかあまり成績が伸びないようでした。ところが、2ラウンド目、3ラウンド目と慣れるにつれて徐々に成績が上がり、ホールインワンもたくさん出て、盛り上がってきました。人工芝のグラウンドは芝の状況が安定してるためか、熟練者ではなくても思いのほか良い成績を出すことができ、多くの皆さんが楽しく競技することができたようです。チーム成績は1位 向寿会A、2位 坂浜常盤会A、3位 愛好会Aでした。おめでとうございます。

平成29年度のグラウンドゴルフ大会も稲城長峰スポーツ広場サッカー場での開催を予定しています。皆さん奮ってご参加ください。（山口）



©K.Okawara - Jet Inoue

2016年11月5日(土)

あおぞらスポーツ ～スポーツを楽しもう!～

総合体育館で開催した『あおぞらスポーツ』は、障害のある方とない方がスポーツを通して交流し、健康で明るい体力づくりを目指しています。また、稲城市/社会福祉協議会が運営するこのあおぞらスポーツは、運動会形式の種目を楽しむプログラムと午前にはボッチャのルールを変更した交流戦に挑戦できる機会があって盛り上がりました。

開会式は、スポーツ推進委員協議会の渋谷会長による開催挨拶があり、続いて選手宣誓、紅組・白組の応援団が一体となった応援合戦で競技開始でした。

30m競走は、車椅子使用の選手が先頭で走り、走者が完走し緊張を解く感じで進行しました。紅白玉入れでは、両方の組が競る状況でした。休憩時間を取って、パラリンピック競技種目のボッチャは、合図で自分のボールを、的を狙って投げ、得点を競いました。

レクリエーションダンスでは、ダンシングドロップスの方々と一緒にゴダイゴの曲などを踊りました。パン食い競争では、プレーに引き込まれました。午後は希望者のチームで、風船バレーの試合で楽しみ、綱引は、紅組・白組が引分け決戦となりました。最終種目のリング運びリレーは盛況でした。



参加者人数は、選手46名、団体関係者、付き添い、民生児童委員の方や市報、ホームページと社会福祉協議会からの呼びかけに応じたボランティアの方が39名。市体育課職員、社会福祉協議会職員、スポーツ実技指導員、スポーツ推進委員の運営スタッフ25名、総勢110名が集合しました。会場で応援をしていた方から、「コースを一生懸命に走っている姿に感動しました。嬉しいという気持ちでした」と、感想を聞きました。応援の拍手が力になって笑顔も見られます。

今後も、多くの方があおぞらスポーツに魅力を感じていただけるよう、関係団体と連携し、参加者の意見やニーズ、体力に応じスポーツ・レクリエーションの企画をしていきたいと思えます。(本城)



2016年11月16日(水) シルバーハイキング～玉川上水～

今年度二回目のシルバーハイキングに、新たなコース「玉川上水」を計画しました。紅葉の秋、ハイキングを楽しむにはとても良いコースです。参加者45名と私達6名、体育課職員2名、看護師1名の54名です。稲城駅9時頃出発、多摩モノレールに乗り継ぎ玉川上水駅下車。薬用植物園→大げや木(古民家)→中央公園(昼食)→ふれあい下水道館(見学)→小平駅のコースです。

上水沿いを歩いていると、真っ赤なザリガニ、長さ5cmほど。日本ザリガニでしょうか？が目にとまり参加者の中に見たことがないという声も聞かれました。新しい出会いが出来たようです。また、めだかにも出会い感激です。

植物園では自由行動で各自が散策し楽しい時間をすごしました。古民家の大げや木を見上げ、高ささと太さに驚き。昼食後、下水道館へ出発。見学と説明をしていただきました。

モノレールの車窓から見た紅葉、またザリガニ、めだかとの出会い、植物園、大げや木の自然にふれあい楽しい一日、秋の有意義な一日を過ごすことができました。(石井)

2016年11月27日(日) カーリング実技研修会



2017年1月22日(日)

第26回稲城市民ロードレース大会

今年も新春の気持ち良い晴天の下、『第26回稲城市民ロードレース大会』が、総合グラウンド外周コースで開催されました。

東京オリンピックに近いせいか年を追って選手が増え、小学生1125名、中学生66名、親子140名、合計1331名の参加人数です。昨年優勝の小6千葉秀智さんと佐々木希さんの力強い選手宣誓で開幕しました。

第1レースは小1～小4女子184名。横1列に並ぶ子供達は、緊張している子、隣りと談笑している子など様々。号砲とともに駆け出す子供達。中には転ぶ子もいます。走距離1.5km。外周を2周してグラウンドに帰ってきます。みんな、ひとつでも順位を上げようと、ゴール直前まで必死。審判員も順位を誤らない様に必死。親子の部では子供が先に帰ってきて、ゴールですっとお母さんを待つ子もいました（笑）。

男子は参加人数が多いので学年毎。同級生と意地をかけた戦いが観られました。小5以上はくじら橋を渡り往復が加わる2kmの部。中学男子は3周走る3kmの部です。中でも小5小6中学女子の部で、小6女子がぶっちぎりの1位を飾り、称賛の声が上がりました。

今年は無風で暖かったせいか新記録ラッシュに沸きました。小学生男子は小3を除く全学年、女子は小6で大会新記録が生まれました。特に小5男子は8位までが大会新記録を出し、稲城のレベルが上がっていることが分かりました。今後中学2年生になったら『東京都市町村対抗駅伝大会』での稲城代表の活躍が楽しみです。一方、同日に中学都ロードレース大会があり、本大会の中学生の参加者が少なかったことが今後の課題となりました。（宮内）





2017年2月25日(土) タグラグビー体験教室

2019年に日本でラグビーワールドカップ™が開催されるに当たり、『ラグビーをもっと知ろう!』とのコンセプトで、トップリーグで活躍する「クボタスパークス」から7名ものコーチや選手を招き、長峰スポーツ広場にて研修会を実施しました。午前は推進委員対象のルール他の座学、午後は近隣のU-12女子サッカー選手他25名、保護者5名、推進委員他15名が参加してのタグラグビー体験教室。

ボール回し等のウォーミングアップ、ストレッチを充分に行ってから、タグをつけて1対1や2対1でのタグ取りゲームや、通り抜けゲームでゲーム感覚を体験。最後は参加者全員でのミニ試合をして楽しみました。幅広い年齢層にも係らず楽しくタグラグビーを体験でき、これもひとえにスパークスのスタッフ・選手のお蔭です。参加者が皆、楽しくそして真剣にゲームしている姿がとても素敵でした。青空、緑の人工芝、新しいスポーツ広場でラグビーを満喫した一日でした。(篠原)