

体指だより

平成19年7月発行
宮崎市体育指導委員連絡協議会

平成19年度役員紹介

会長



体指を引き受けて丸10年、会長を仰せつかって、3年目になります。この10年を振り返って見ると、協議会としては大会運営のお手伝いが、主な仕事で有ったと思います。各地区体育会の大会参加者が激減している今日、協議会として地区を活性化するためには何をして行く事が重要か、検討して行くべきではないでしょうか。競技スポーツは盛んですが、地域のスポーツは、低迷の一途をたどっています。この原因を探り、協議会としての対策を考えて行きたいと思います。体指は、地区の行事を頑張れば良いとの認識の人も居ますが、他の地区の現状を把握したり、先進地の施策を勉強したり、体指同志の交流を図る事が大切だと思います。私もそうでしたが、何も分からないまま体指を引き受けた方も多いと思います。でも、引き受けた以上体指として何をすべきかを考え、行動するべきではないでしょうか。難しい事では有りますが、100人も体指が目標の一つにして行動出来れば、すばらしい事が出来るのではないのでしょうか。

蛇足ですが、東大宮地区体育会では、近くを流れる新別府川の堤防の草刈りをし花の咲く堤防にして、地区の皆さんがウォーキングをしたくなる様な環境づくりを検討しています。実現出来るかどうかはまだ未定ですが、スポーツクラブと地区体育会が一緒に頑張りたいと思っています。

氏名	岡留 辰郎
地区	東大宮
得意なスポーツ	ソフトバレー
趣味	温泉巡り
体指歴	10年

平成19年度活動方針

組織と方向性

- ・地区を7ブロックに
- ・定例会を開催
- ・事務専任体制を確立
- ・公募制の確立

地域の活性化

- ・市全体の総合型地域スポーツクラブの検討
- ・地区対抗の大会の在り方を具体的に検討(要綱等の見直し)

施設利用の在り方

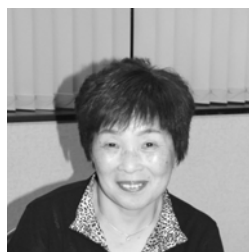
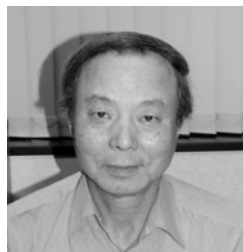
- ・現状調査と開放の在り方を検討
- ・学校体育施設開放へ体指として積極的係わり
- ・効率よい利用の検討

IT化の推進

- ・IT講習会の開催
- ・ホームページ等の活用
の推進

**【みんなのスポーツ】
全員購読を!**

副会長



氏名	塩田 善弘	新濱 眞澄	河野 美恵子	高野 武夫	大西 正男
地区	中央	大塚	佐土原	田野	高岡
得意なスポーツ	ゴルフ	ミニテニス レクダンス	バレーボール	野球	ソフトボール
趣味	旅行	手芸 (パッチワーク)	音楽鑑賞 (クラシック)	スポーツ観戦	ゴルフ
体指歴	22年	21年1ヶ月	25年10ヶ月	29年	21年

<<<平成19年度監事・専門部 部長紹介>>>

氏名
役職
得意な
趣味
経験



本部伴典
監事
檜
野球・バレーボール
スポーツ観戦・温泉
12年



比志島あつ子
監事
高岡
バレーボール
ドライブ
19年



杉元 雅代
事務局長
東大宮
ソフトバレー
陽気な飲み会
10年



今西カツ子
会計
西池
手芸
(パッチワーク)
6年



松竹昭彦
事業部長
潮見
バレーボール
渓流釣り
2年



坂元 孝夫
広報部長
倉岡
ウォーキング
写真撮影
車での旅行
10年



高石則子
研修部長
大宮
バレーボール
読書
(ミステリー)
6年11ヶ月



事務副局長
福原美由紀
江平
バレーボール
ウォーキング
6年



副会計
末吉みどり
瓜生野
バレーボール
ウォーキング
2年



事業部副部長
吉野公二
大塚台
硬式テニス
日曜大工
2年



広報副部長
櫛間育代
赤江
バトミントン
庭いじり
10年



研修副部長
外山久美子
大淀
ウォーキング
読書
(バスター本)
2年

これからの行事予定



- 7月 2日 新人研修会
- 8月19日 第10回宮崎市地区対抗ミニバレーボール大会
- 9月 3～7日 佐土原町民体力づくりミニバレーボール大会
- 9月21日 第60回宮崎市民スポーツフェスティバル
- 10月 7日 高岡町民体力づくりスポーツ大会
- 10月21・28日 佐土原町民体力づくりソフトボール大会
- 11月25日 第49回宮崎市地区対抗バレーボール大会
- 12月 1・2日 第47回宮崎県体育指導委員研究大会
- 12月 2日 第44回宮崎市障害者スポーツ大会
- 12月 9日 第21回青島太平洋マラソン大会



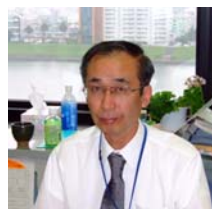
<<<教育委員会の皆さん>>>



田原健二
教育長



井上雄二
教育局長



宮田英世
スポーツ振興課課長



時任清暢
主幹兼係長



井俣雅貴
主任技師

体育指導委員の皆様におかれましては、本市のスポーツ振興はもとより市政全般にわたり、ご理解とご尽力を賜り心から感謝申し上げます。

先日、平成19・20年度の宮崎市体育指導委員として、男性68名、女性30名、合わせて98名の方が委嘱を受けられ、その内23名の方が新任と伺っております。

今回初めて委嘱を受けられた方々は、経験豊富な方にいろいろとアドバイスを頂きながら活動して頂き、又、継続して今期も委嘱を受けられた方々は、これまでの経験を生かして更にご尽力賜りたいと存じます。

最近では、自治会離れの問題も深刻化しており、地域の繋がりが薄れているように感じておりますが、皆様方の活動により、スポーツを通して地域の繋がりが強いものになっていくよう期待しているところです。

また、皆さんの活動は、地域の活動に留まらず、市や県、さらには全国規模の大会においても活躍されており、「スポーツランド みやざき」の充実に拍車がかかる中、生涯スポーツという観点から、地域のスポーツ振興に重要な役割を担っていくのではないかと考えております。人数の方も昨年の合併により、約1.5倍になり、より一層の幅広い活動を行って頂きたいと大いに期待しているところです。

皆様方には今後とも本市のスポーツ振興にご尽力頂きますよう、お願い申し上げますとともに、宮崎市体育指導委員連絡協議会の今後益々のご発展を祈念致しまして、ご挨拶と致します。

高岡地区の活動紹介

体指全員が関わってる行事「月知梅ロードレース大会」「高岡地区自治公民館対抗体力づくりスポーツ大会」の活動を紹介します。

月知梅ロードレース大会

高岡小学校をスタート・ゴールにして、1月末に行われ、幼児から高齢者までの方々が、1.0k~10kのコースで健脚を競っています。

幼児は親子ペア、小学生はスポ少単位や学校単位で出場します。一般は、地区内はもとより県内外からの申込もあり、それぞれの体力に応じたコースを、記録に挑戦、又は景色を楽しみながら走っています。運営は、教育委員会や体育指導委員を中心に、スポーツ少年団の役員やボランティアの方の協力も頂きながら行っています。高岡警察署もパトカーでの先導や信号機の操作などの協力をいただいております。

競技終了後は、体育指導委員の奥様方に作って頂いた、ぜんざいを振る舞ったり、参加者のもう一つの楽しみである抽選会を行うなど和気あいあいとした大会です。

高岡地区自治公民館対抗体力づくりスポーツ大会

種目はミニバレーボール、ソフトボール、グラウンドゴルフ、ゲートボール、玉入れがあり年代別に競技します。

自治公民館長、体育部長を中心に練習を計画し、大会終了後には慰労会を行う等、地域の交流に大きな役割を果たしています。唯、地域の高齢化に伴い、参加チームが年々少なくなっている事が気がりです。昨年からは、フリースロー・綱引きに替えて、玉入れ競技を取り入れました。この競技は見た目と違い、かなりハードな競技で、20~30分もすると下半身が筋肉痛になります。最後のアンカーボールが中々入らなくて、やってみると、はまってしまうスポーツです。教育委員会高岡事務所には、玉入れの道具が4セットありますので、興味のある方は是非、挑戦してみてください。



以上の他にも、各地域での体育事業に協力しておりますが、今後もいろいろな事業に積極的に参加したいと思いますので、皆さんも高岡地域事業にご協力をお願いします。

6月までの行事

委嘱状交付式 平成19年4月28日



総会

委嘱状交付式状況

障害者風船バレー 平成19年4月30日 体指10名参加

シーガイアユニファイド大会 平成19年4月29日 体指34名参加



受付状況

ウォーキング先導

押川さんより一言
協力有難うございました。
無事に終了しました。

山本さんより！
体指の皆さん！
おかげ様で無事に
終了する事が出来
ました。
有難うございま
した。



ウォーキング大会 平成19年5月27日

体指28名参加

活躍する体指達



皆さーん！
準備体操ですよ



サイクリング大会 平成19年6月10日

体指25名参加 古澤さん



古澤さんより
協力有難うございました。
来年もよろしく！

よしちゃんコーナ

あなたのBMIは・・・

『体格指数 (BMI) とは身長に対し体重が重すぎないかを表す値』です。

$$\frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}}$$

しかし、厳密には筋肉が多く体重が重い人でも値が高くなります。肥満とは体に脂肪が過剰に蓄積した状態です。車社会とよばれる現代ではエネルギーを消費する機会が著しく減少し貯蔵された脂肪は、おろすあてのない定期預金のようなものです。

※貯めるのはお金だけにしましょう！

判定	やせ	普通	肥満Ⅰ	肥満Ⅱ	肥満Ⅲ	肥満Ⅳ
B M I	18.5未満	18.5～25未満	25～30未満	30～35未満	35～40未満	40以上

☆統計的には、BMI指数22前後の人が最も病気にかかりにくく、死亡率も低くなっているそうです

後記

今期、専門部の部長を仰せつかり、微力ですが日々業務をこなしております。若輩者ではありますが、一生懸命頑張っていく所存でございます。広報部では、皆様の意見、地域の情報を幅広く求めています。協力無くしては、出来ませんので、よろしくお願い致します。

広報部 坂元