



第15回宮崎市地区対抗ミニバレーボール大会 8月19日(日) 宮崎市総合体育館に於いて

夏の暑さに加え、体育館の空調トラブルにも見舞われ、最悪の環境であったにも関わらず、若者から年配の方まで総勢72チームの参加がありました。

中でもひとときわ輝いていたのは、60歳以上混成の部で大会5連覇という快挙を成し遂げた、下北南自治会の5人のメンバーです。最高齢72歳、チーム平均年齢65歳。健康のため普段から共に練習し、毎年この大会を楽しみにしているそうです。今後も益々のご活躍を期待しております。

大会では大きなケガも無く、盛況のうちに終了いたしました。



下北南自治会のみなさん
すてきな笑顔です！

祝！5連覇

優勝チーム

- 男子39歳以下
花ヶ島(東大宮)
- 男子40歳以上
瓜生野(瓜生野)
- 女子39歳以下
花ヶ島(東大宮)
- 女子40歳以上
祇園台(高岡)
- 60歳以上混成
下北南(大宮)

第1回宮崎県スポーツ推進委員自主研修会

8月18日(土) 宮崎県武道館に於いて
スポーツ推進委員を含め、総勢100名の参加で開催されました。

講義1では宮崎大学医学部教授の帖佐氏が「健康と長寿は運動から」と題し、加齢や病気などによって運動器(骨、関節、筋肉)の働きが衰え、全身の運動機能が徐々に低下し、やがて要介護や寝たきりになる危険性が高い状態(ロコモ・メタボ)を防ぐため、機能を回復する体操などの説明と実技を紹介されました。

講義2では、大塚製薬の松山氏が「正しい知識と対応で防ごう熱中症！」と題し、資料に沿って説明され、正しい水分補給の仕方を学びました。

最後に、参加者全員で「市町村の取り組みに関する情報交換」を行いました。各ブロックに分かれ、スポーツ推進委員としての活動の取り組み、高齢者に対するスポーツレクリエーションの取り組みを協議しました。協議での意見提案については、まとめて後日連絡することを確認して研修会を終了しました。



宮崎市身障者運動会(協力事業)

9月23日(日)

生目の杜はんぴドームにて

身障者の方々が一生懸命競技に参加する姿をみると、健常者の自分は一途さが足りなく情けなく感じてしまいました。推進委員20名の参加があり、大会はスムーズに進んだように思えます。



今後の行事予定(12月~3月)

- 12月 1日(土)~2日(日): 第52回宮崎県スポーツ推進委員研究大会(綾町公民館文化ホール他)
- 12月 9日(日): 青島太平洋マラソン大会(県総合運動公園陸上競技場)
- 12月15日(日): 宮崎市スポーツ推進委員、地区体育会、行政との合同忘年会(酒肴処なぶら中央店)
- 1月14日(日): 第3回宮崎縣市町村対抗駅伝競走大会
- 1月20日(日): 第29回宮崎市地区対抗駅伝競走大会(生目の杜運動公園)
- 1月25日(金): 生涯スポーツ、体力づくり全国会議2013(宮崎観光ホテル)
- 2月 2日(土)~3日(日): 第55回九州地区スポーツ推進委員研究大会(鹿児島市)
- 2月14日(木): 宮崎県スポーツ推進委員理事、評議委員会(県庁6号館会議室)
- 2月16日(土): 第2回宮崎県スポーツ推進委員研修会(宮崎県武道館)
- 3月 9日(日): 第11回地区対抗グラウンドゴルフ大会(生目の杜運動公園)



平成24年度 宮崎市スポーツ推進委員協議会・・・第2回自主研修会

平成24年11月3日(土) 宮崎市埋蔵文化財センター「遊古館」多目的研修室にて

ニューースポーツ出前講座体験と指導者研修

いつもお世話になります・・・研修部会です

松竹昭彦(部長) 福原美由紀(副部長)
 榎間育代 後藤和道 新濱真澄 高石則子
 中山郁子 横山福美

宮崎市のニューースポーツ出前講座の状況

■今年度より宮崎市で企画開催されているニューースポーツの出前講座をご存知ですか。

(宮崎市HPより)

◎目的

誰でも気軽に楽しむことができる比較的簡単なカローリングやベタソングなどのニューースポーツを紹介し、スポーツに親しみ、スポーツの楽しさを知ってもらうことを目的とします。

◎内容

宮崎市スポーツ推進委員が、要請に応じ各地域の公民館等を訪問し、ニューースポーツの紹介を行います。

■現在の実施状況は・・・

既に計11回程開催されており、約15名のスポーツ推進委員が指導員として登録され、毎回2名程で対応しています。ニューースポーツも徐々に浸透し始めている状況と、宮崎市の広報(ラジオ等でも紹介)活動を通じて、そのニーズは高まりつつあり、実際に問合せも増えつつあります。

自主研修の目的

■スポーツ推進委員の自主研修の目的

宮崎市民の心身の健康と、スポーツを通じた交流を促進し、地域のコミュニティ(まちづくり)に貢献できる様、スポーツ推進委員としての資質の向上や連携を図る。

■今回の自主研修の目的

スポーツ推進委員の資質向上に加えて、現在宮崎市で行われている「ニューースポーツ出前講座」について、今後は各地域の要請に応じて、地元スポーツ推進委員が指導員となってニューースポーツ啓蒙促進に対応すべく、指導員の増強が必要となっています。

今回の研修は、推進委員の皆さんが、ニューースポーツそのものの体験をしていただくことはもちろんですが、出前講座がどのような目的とスタイルで行われているかを体験していただき、指導員(リーダーやサブリーダー)として活躍していただくことを目的として開催されました。尚、様々な団体より要請があることが予想されますので、今後も継続的に研修を続けていきたいと思っております。



講師からのメッセージ

競技だけがスポーツではありません。心と体の健康のため、老若男女がおりんが、チヨッピリ汗をかくことが大切です。指導員は、そのことを楽しむことが大切で理解し配慮して、その場に応じた指導をしていく必要があります。

参加者は30名 どんな研修になるのか興味津々です

講師は いつも元気はつらつ新濱研修委員



まずは準備体操...指先からつま先まで...



バランス平均台...フラフラしているのは誰でもしょうね～？

キャッチング・ザ・スライディング(トントバー)はついつい盛り上がりです。



キャッチ・ザ・リング...ジャグリング風に楽しめます



チューブを使って筋力アップも取り入れます



クールダウンもお忘れなく...



皆さん・・・お疲れ様でした

お馴染み ペタンクゲームとしても面白く、チーム戦ですので、和気あいあいコミュニケーションも弾みます。

潮見地区の活動紹介



当地区は、年間の事業として、5月にソフトボール大会、7月にミニバレーボール大会、そして今年から10月にビーチボールバレー大会と主に青壮年を中心としたスポーツを行っています。昨年度から高齢者に人気のあるグラウンドゴルフ大会も始めました。

今年4月に総合型地域スポーツクラブとして、潮見地区のスポーツ推進委員が中心となって「潮見スポーツクラブ設立準備委員会」を発足させ、子供から高齢者まで地域の方々が今まで以上に（より多く）スポーツに親しめるような活動を目指していきたくて考えています。

今年度は、カローリング体験教室を9、10月で行ない、4歳から88歳と幅広い参加があり、3～4世代交流ができました。バドミントン教室では、予想以上の参加があり、レベルにも差があった為に、指導方法に苦勞しました。

今後、サークルとして定期的に活動したり、新たな種目を増やしていきたくて思っていますが、今はまだ活動場所（施設）を確保することが困難な状況です。学校施設や公民館等ほとんど予定が詰まっていて、新規参入することが難しいとか、活動できるスタッフが少なく仲間集めが大変だったり、課題が多々あります。

先輩クラブの方々にアドバイスを頂きながら、少しずつでも課題を解決して再来年2月のクラブ設立を目指して、頑張っていきたいと思っています。

潮見体育会 長友 裕



ソフトボール大会



ミニバレーボール大会



バドミントン教室



カローリング体験教室



潮見スポーツクラブ
設立準備委員会



グラウンドゴルフ大会

編集後記



今回の号は頑張っている市スポーツ推進委員協議会研修部の第2回自主研修を特集しました。行政が今までおこなっていた「ニュースポーツの出前講座」は協議会をとおして推進委員が派遣されるようになりました。これに対応できる人材を講習会で育成する目的があります。ラジオ体操を推進する活動も今後計画されています。益々、私たちはスキルアップに取り組まなければなりません。宮崎市スポーツ推進委員は大きく期待されています。

広報スタッフ紹介

- 部長 坂永途美子（住吉） 副部長 藤田眞次（高岡）
部員 坂元孝夫（倉岡）・長友ひとみ（江平）・本部伴典（檜）・杉元雅代（東大宮）

