第４０号

平成２９年３月発行

スポーツ推進委員だより

宮崎市スポーツ推進委員協議会

山本会長より

忘れた頃にやって来る災害が忘れないうちに隣県に発生し，世界中でも様々な災害が発生しています。災害のたびに言われる助け合いの心。非常時の助け合いも日頃の近隣の交流なくして出来るものではありません。推進委員活動が災害時においても地域コミュニティ作りに大いに役立っていると言われています。今以上に皆様の積極的な活動を御期待いたします。

これからは文化スポーツ課，まちづくり推進委員会，総合型スポーツクラブ，市スポーツランド推進室が，障がい者スポーツを含めスポーツ庁にならって連携できる体制づくりの構想が出来る事を希望します。

そして２年間の御協力に感謝申し上げますと共に皆様の益々の活躍を祈念し心からお礼申し上げます。

松元事業部長より

平成２８年度事業部は，５回の事業部会，１回の監督会，５回の班会，五つの各種大会を実施してまいりました。まず，事業部員，班員，そしてサポート頂きました事務局，全ての皆様へお礼と感謝を申し上げます。また，大きな事故もなく終了できたことは誇りに思います。有難うございました。今後の課題は，参加チームや参加者数の減少等の問題です。主催者とも協議しながら，主管である推進委員の全員が元気になれる大会がつくれたらと思います。益々のご協力をお願い致します。

井上研修部長より

スポーツは健康増進，体力維持のみならず，地域づくり，コミュニティづくりには欠かせないものとなっております。研修部では，地域スポーツの一翼を担う推進委員の，意識向上を目指すと共に親睦を図ることを目的としております。スポーツ推進委員として４年，研修部長１年の私は，まだまだ未熟ですが，ベテラン諸先輩方の指導や，優秀な部員のおかげでここまでこられたことに感謝いたします。これからもスポーツ推進委員の一員として頑張り続けたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

松竹企画部長より

本年度より立ち上がった企画部です。初年度ということで具体的にどのように活動を展開していくべきか暗中模索の１年で，皆様にコレ・・・というご報告をすることが出来ませんが，ひとつ収穫のあったことをご報告します。

この企画部のミッションは推進委員にまつわる課題解決がメインテーマなのです。そんな中，何かが得られることを期待して，全国スポーツ推進委員連合主催の【スポーツ推進委員リーダー養成講習会（東京）】に参加してきました。２日間に渡るハードな講習でしたが，推進委員としてももちろんのこと，ひとりの社会人として本当に刺激的で尚かつ楽しいものでした。（全国の友人もでき「全国大会で再会しようね～」と約束した程です。）私が学んだ内容は具体的に 29 年度からの企画部での試みを通じて皆さんと一緒に共有していこうと計画しています。（が・・・可能でしたら次年度の講習に参加されることを強くお勧めします。）

ということで，次年度をお楽しみに・・・バリバリためになる企画をしますよ

長友広報部長より

この二年間，たくさんの方に支えて頂き，６回の広報誌を発行することができました。広報スタッフをはじめ，原稿や写真の提供をいただいた皆様，ご協力ありがとうございました。ちゃんと読んでいただける見やすい広報誌を目指し頑張ってきましたが，いかがだったでしょうか。次年度はさらに充実した広報誌になるよう，スタッフ一同頑張っていこうと思っています。今後ともご協力よろしくお願いいたします。

広報スタッフ　部長：長友ひとみ（江平）　副部長：山元美保（檍）　担当副会長：安藤定美（佐土原）

部員：本部伴典（檍）　栗原和幸（大宮）　児玉麻衣子（住吉）　石田美智代（瓜生野）

第５６回宮崎県スポーツ推進委員研究大会

１２月３日（土）・４日（日）串間市文化会館他

○１日目

開会式行事（次年度開催地宮崎市山本会長挨拶）表彰式（羽島推進委員代表謝辞）終了後，アトラクションとして福島高校胡桃太鼓，串間市歌うたい隊による合唱に引き続き「スポーツの力」の演題でUMKテレビ宮崎アナウンサー柳田哲志氏の講演がありました。番組制作中の不慮の事故から入院生活で感じたこと，現実を受け入れる中での葛藤，毎日の生活で大変なこと，パラリンピックの正式競技ボッチャーとの出合いとその普及への熱い思いなどを語られました。大変な障害を負ったにもかかわらず，前向きに行動されている姿に色々と考えさせられ“自分も頑張らなくては！”と元気をいただきました。（岩本・本部）

○２日目

実技講習は“卓球バレー”と“ポールウォーキング”が行われ，私はポールウォーキングに参加しました。初めに室内体育施設で，ポールの長さを調節しました。（握った状態ではなく，グリップに乗せた状態で肘が直角になるように）そして基本フォームのポイント（①遠くを見る②歩幅を半歩広くして，かかとから着地する③ポールはかかとの横に突く）を教えていただき，基本動作を繰り返し練習しました。その後，運動公園内を１ｋｍ位ポールウォーキングし，終わる頃にはみんな心地よい汗をかいていました。最後に串間の酪農家から頂いた牛乳を飲んで終わりました。とてもおいしかったです。（石田）

羽島康浩さんと有馬雅美さんが功労賞を受賞されました

おめでとうございます！

この度の表彰は，地域の皆様，推進委員の仲間，行政関係者の方々などたくさんの支えがあり，特に家族，愛する妻の支えがあったからこその受賞だと感謝しております。私はただ身体を動かすことが好きというだけで受けた推進委員ですが，いつの間にか１１年余り過ぎ去ろうとしております。しかし，この間で単に自分が楽しむだけの活動から，参加者の笑顔や別れ際の「今日は楽しかったわ！」の一言で喜びを感じられるようになりました。スポーツや運動は参加する人は当然ですが，見る人や支える人の身体の健康，笑顔で心の健康も向上させる素晴らしいものだと改めて知ることができました。決して大きなことはできませんが，今後も自覚と誇りを持ち，人と人との絆を大切に，ここに集われた県内の推進委員の皆様とともに宮崎県の生涯スポーツの発展を目指し，微力ながら邁進してまいります。（羽島）

第５９回九州地区スポーツ推進委員研究大会

２月１１日（土）～１２日（日）熊本県

九州大会には推進委員２１名，行政１名で参加しました。大会テーマは「スポーツ推進委員が繋ぐ地域の絆」。功労者表彰は１３２名（うち宮崎県は７名）。九州各県で，たくさんの推進委員が長年にわたり地域を支えているのだとあらためて感じました。また，会場の片隅に熊本県内の優秀広報誌の紹介があり，終了後いただくことができました。今後の広報誌のヒントにしたいと思います。（長友）

おめでとうございます！

安藤定美さんが功労賞を受賞されました

多くの推進委員仲間の協力と，行政担当者のご指導，それと家族の多大な支えに感謝いたします。今後も，スポーツの力で，地域住民との連携をとり，健康で楽しいまちづくりに頑張っていきたいと思います。（安藤）

第２回地区交流ニュースポーツ大会

２月１８日（土）宮崎市総合体育館

三世代交流や地域の絆づくりを目的としたこの大会，２年目は１４チームが参加しました。（今回はエンジョイスポーツフェスティバル県央ブロック大会と同時開催）午前はカローリング，ディスゲッター，輪投げ，アジャタ，スカットボール，ラダーゲッター，ペタンクと７種の体験ゲームが行われ，終始歓声が響いていました。私はペタンク担当。対戦式にせず，的（ビュット）に近い球の点数を加算するルールで行いました。どのチームも初心者ばかりで球の重さにびっくりしていました。また，球が曲がるため，投げるコースや投げ方を変えたりとそれぞれ工夫していました。他のゲームも盛り上がり喜んでもらえたようですが，チームの移動順序，投げる距離，回数などでの反省がありました。午後からのビーチボールバレーですが，今後広めていくためにも対抗戦ではなく，楽しく体験できるようにして欲しいとの意見がありました。最後に，スポーツマスコット“ザッキー”の登場やジャンケン抽選会などあり，「また来年も出たい！」とのうれしい声もいただきました。（石田）

第５回地区対抗ビーチボールバレー大会報告

１１月２０日（日）宮崎市総合体育館

楽しく大きな声の選手宣誓で幕を開け，準備運動では笑いもあり，体も心もほぐれました。今大会は，平均年齢６０歳以上１２チーム，４０歳以上２１チーム，３９歳以下１３チームが熱戦を繰り広げました。ボールが破れるような激しいアタックや，粘り強いレシーブなどでラリーの応酬が続き，とても見応えのある試合でした。ひとつ残念だったことは，広い体育館の応援席が寂しく，これからの課題だと感じました。この大会も５回目を迎え，徐々にルールには慣れてきましたが，勝敗にこだわり過ぎてトラブルもあり，しっかりとしたルール作りが必要だと反省の声が聞かれました。閉会式では上位チーム，下位チームともに景品が渡され，皆さん大変喜んでいました。今後は様々な反省点を改善して，さらに素晴らしい大会になるよう努力していきたいと思います。（児玉）

平均年齢３９才以下（１位Ｇ）
１位：中　央（川原区会）
２位：中　央（松山区会）

平均年齢４０歳以上（１位Ｇ）
１位：田　野（田野中央５０）
２位：潮　見（潮　　見）

平均年齢６０才以上（１位Ｇ）
１位：東大宮（花 ヶ 島）
２位：佐土原（小牧台１区）

第３３回地区対抗駅伝競走大会報告

１月１５日（日）生目の杜運動公園

「ナイスラン！」「がんばれ！」応援の声が渦巻く中，各地区代表の女子１５チーム，男子１９チームが生目の杜を駆け抜けて行きました。レースでは，全力を出し切り，たすきを渡した後に倒れこんでしまう選手もいて，地区代表のプレッシャーの大きさを感じました。前との差が開いていても懸命に走り切る選手たちの姿に感動し，自然と応援をしていました。たすきを渡す時に「頑張ってください！」と叫んだり，「よく頑張った！後は任せろ！」と肩をたたいて声を掛けていたりする駅伝らしい心の交流がみられました。今後も選手たちが思う存分力を発揮でき，地区の方々にこれまで以上に楽しんでもらえるような大会にしていきたいですね。また，今回は一部の学校の協力もあり，陸上部はもちろん，バレー部，野球部など１００名を越す中学生の応援で大変盛り上がりました。（栗原）

男子
１位：大　淀（０：４４：０１）
２位：大宮Ａ（０：４４：１９）
３位：木　花（０：４４：４９）

女子
１位：高　岡（０：４２：００）
２位：大　淀（０：４２：５８）
３位：江　平（０：４４：０４）

第２回宮崎市スポーツ推進委員自主研修会

１月２１日（土）宮崎西地区交流センター

今回はニュースポーツの実践ということで，推進委員同士でルールを確認しながら「ビーチボールバレー」と「アジャタ」を体験しました。初めて顔を合わせる人もいて，自分のチームで軽く自己紹介を済ませた後，早速試合形式で競技を行いました。

まずはビーチボールバレー。いつもは各地区のお世話役に徹する推進委員も，この日ばかりは日頃のストレスを発散するかのように，笑顔で楽しみながらも真剣にボールを追いかけ，良い汗をかきました。

次のアジャタは，バスケットをめがけ，必死にボールを投げてもなかなか上手く入らず，苦笑いの連発。ビーチボールバレーで力を使い果たした人たちは，「足腰がきつーい！」とボールを拾いにいく足取りの重いこと・・・。チームワークの良いチームは，制限時間内に全てバスケットにボールを入れ，歓喜の声が上がっていました。

２種類のニュースポーツを体験しましたが，チームを作ってコミュニケーションをとりながら体を動かし，みんな笑顔で楽しくリフレッシュできました。この楽しさを，地域の方たちに伝えていくことが，私たち推進委員の役割だと改めて感じた研修でした。（山元）

第２回宮崎県スポーツ推進委員協議会研修会

２月１９日（日）県武道館

私たち推進委員は，市民が健康を維持し，より豊かな生活を送ることができるよう支援していく存在でもあります。そのために日々研鑽し，よりよい運動指導ができなければなりません。今回は，元気な高齢者のための“チューブを使った運動”と，普段の生活の中で無理なくできる“ながら運動”を，理論を踏まえながら学びました。

チューブを使った運動は，日吉眞理子先生に教えていただきました。チューブの特性を生かし，トレーニング負荷を自由に調節できるのが大きな特徴です。チューブを引っ張り上半身だけでなく，足に引っ掛けたり，結んで輪にしたりして，下半身や体幹を鍛えることもできます。椅子に座ってのトレーニングやペアでのトレーニングも紹介されました。

午後からのながら運動は，桐井明子先生に教えていただきました。普段の生活をしながらトレーニングできます。仕事をしながら，家事をしながら，休憩しながら，こまめに運動することで健康寿命を延ばすことに繋がります。

今回の２つの運動を体験してみて，日頃から意識して運動に取り組むことが必要だと感じました。日々忙しい毎日を送っている現代人に，手軽に実践してもらうことができるので，とても有効なのではないでしょうか。

最後に杉元副会長が推進委員のアンケート結果をまとめたものを発表しました。市と町村では随分違うものなのだと感じました。（栗原）

第１５回地区対抗グラウンドゴルフ大会報告

３月１２日（土）生目の杜・多目的広場

雲ひとつない晴天の中，早朝から班員でコート設営を行いました。野球のキャンプ後でグラウンドの状態も悪く，セッティングは大変でした。当日は東日本大震災が発生した日と重なっていたため，開会式は黙とうから始まりました。

試合は，１チーム不参加となり，急遽体育会会長と行政の混合チーム（公立大の推進委員２名も交代で参加）が加わり，予定の４０チームで行われました。スタートしてすぐにホールインワンが出たり，ゴールをかすめる惜しいプレイが幾度もあり，周囲から大きな歓声が上がっていました。しかし，ガタガタに荒れているコースもあり，これまでになく打数が多かったようです。参加者の最高齢は９４歳の男性で，はつらつと元気にプレイされていました。和気あいあいとした楽しい雰囲気の中で一日を過ごすことができました。（児玉）

団体の部	個人の部
１位：江　平（江　平　Ａ）	１位：末田　修司（大淀）
２位：住　吉（雀塚自治会）	２位：高野　慶喜（江平）
３位：大　淀（源藤ＧＧ愛好会Ｂ）	３位：杉尾　正敏（青島）

地区体育会連合会主催三者合同大分視察報告

１月２７日（金）～２８日（土）

体育会長１０名，推進委員７名，行政１名　参加

『地区体育会』・・・大分市は校区・地区体育会として市内４３校区・地区（３２校区＋１１地区（複数学校がある））に設置されており，「大分市体育協会」の加盟団体である。収入は市体協からの補助金，自治会からの助成金，企業からの協賛金等あり原資は豊富。体育施設の確保として，地元優先の日（毎月第三日曜日）が設けてある。

『スポーツ推進委員協議会』・・・県の会長は学識経験者でないとなれない。大分市は校区･地区体育会会長が推薦し，教育委員会が選任。現在２０８名在籍し，うち６０名が女性。５ブロック制で活動している由。事務局は市にあり，行政主導で運営されている。

『総合型クラブ』・・・スポーツ推進委員が中心となり，総合型クラブ推進部会を発足させクラブ設立を目指しただけに，推進委員の半数が関わっている。行政の取り組みや関わりかた，支援は宮崎とは全然違う。クラブ代表者やマネージャーは地域に貢献したいとの思いが強く，住民の健康増進，体力の保持，絆づくりに熱意を以って奮闘されておられた。川添なのはなクラブは，地区の全自治会が母体となり，全自治会員がクラブ会員となっている。

※県民性か，地域性か，行政の方針か，自治会加入率が９０％以上あり，スポーツ行政に対しての住民の理解や支援が多くある印象だ。校区・地区体育会，スポーツ推進委員協議会，総合型クラブなど行政との結びつきが強く連携が密である。市体協の加盟団体で事務局が市にあるのでスムーズにいくのだろう。宮崎市スポーツ推進委員協議会は市から独立し自主運営しているがために，行政や関係団体との距離があると思う、（市体協の加盟団体でもない）しかし，企画，運営，連絡，調整等コーディネーターとしての役割を果たしているので，この部分は誇りに思う。ただ一部の委員が頑張っているのが実状なので，少なくとも半数以上の委員が同じ方向性で支えてもらいたいと思う。（本部）