

スポーツ推進委員協議会だより

宮崎市スポーツ推進委員協議会

第2回 自主研修

令和3年10月23日(土) 加納地区交流センター

今年度第2回目の自主研修には、37名が参加しました。

まず、ラジオ体操指導士の坂元さんと羽島さんのラジオ体操第1の運動ごとに練習しました。各運動ごとの“コツ”を交えながら丁寧に指導いただき、指導後には前回の自主研修の時よりも皆さん上手にできていたようです。今後も“鏡”を意識して上達に努めましょう！

次は、アイスブレイキングの一例として、研修部より「4拍子足踏み+倍数手拍子」「しりとり自己紹介」「進化じゃんけん」の実技研修がありました。参加者は、自然に笑顔があふれ、緊張がほぐれていきました。参加者同士の交流が深まり、次のニュースポーツ実技研修にスムーズに臨むことができたと思います。

ニュースポーツ実技研修では、「ガラッキー」「卓球バレー」「オーバルボール」をチーム分けして対戦しました。皆さん勝負にこだわり、つつい大きな声、大きな拍手。私は、ニュースポーツに触れるのは初めてでしたが、研修部の方に教わりながら、みんなで盛り上がり、それぞれのスポーツの面白さを存分に味わえました。

今回の自主研修では、参加者の皆さんがずっと笑顔。あっという間に時間が過ぎ、楽しく有意義な研修でした。参加者は大満足だったのではないのでしょうか。

研修部の皆さん、ありがとうございました。(広報部 齋藤)

進化じゃんけん



ガラッキー



卓球バレー



オーバルボール



第61回宮崎県スポーツ推進委員研究大会

令和3年11月28日(日) 高原町総合保健福祉センター

令和3年度の各功労者表彰の後、「楽しい運動で高める脳フィットネス～やりたいことをやれる人生のために～」と題して、筑波大学体育系教授の征矢英昭氏による基調講演が行われました。

適度な運動は心や体のリラックスだけでなく、脳の働きの活発化にも効果的なことが分かってきています。これが「脳フィットネス」と呼ばれるもので、様々なデータをもとに、その効果を明るく楽しく伝えていただきました。「長期の楽しい軽運動介入は、認知予備力を増強させる」とのこと。ただし、孤独な環境では阻害される。私たち推進委員の役割は、豊かな運動環境を地域の中でどう作るか、どう実践していくかだと思います。頑張っていきましょう！！(広報部 山元)

皆で「フリフリグッパ」



各市町村の活動パネル展示



全国スポーツ推進委員功労者表彰 生目台地区 松元 敏廣さん



この度、全国スポーツ推進委員功労者表彰を頂きました。地区体育会、市スポーツ推進委員、その他皆様に感謝申し上げます。

28年前、地区体育会スタッフの一員として行事等参加し、スタッフ諸先輩から宮崎市体育指導委員(当時)の推薦を受け、お手伝いする側から企画運営する側へ、市と地区の連絡パイプ役から、市スポーツ推進委員運営まで経験させていただきました。私にとってスポーツ推進委員は、生活の一部になっています。「スポーツは楽しむもの」32年間スポーツ少年団を指導した私の思いです。

地区活動の経験から、楽しんで活動できるスポーツ推進委員になって、一緒に活動したいと言われるように、これからも頑張ります。

宮崎県スポーツ推進委員功労者表彰



穂山 美保さん(左)
潮見 長友 裕 さん(中央)
住吉 中山 郁子さん(右)

～ 地区対抗スポーツ大会 ～

第38回 地区対抗駅伝競走大会

令和4年1月16日（日） 生目の杜運動公園

令和2年度は、新型コロナウイルス感染拡大による影響を受け中止を余儀なくされましたが、今年度は変異株感染が拡大傾向にある中、感染防止措置を徹底しながら2年ぶりに開催することができました。

男子の部は11地区14チーム（10.94km）、女子の部は10地区11チーム（10.14km）で、150名の参加でした。小学生から社会人までの各地区を代表する健脚自慢による全6区間で襷をつなぐ同大会は、これまでも己の限界に挑む選手と、全力で応援する住民が一丸となって栄冠を目指す新春の花形競技です。

この日は時折太陽ものぞき、無風に近い絶好の駅伝日和となりました。男子の部、女子の部ともに上位が入れ替わり、アンカーまで戦線がもつれる大混戦となりました。

男子の部は、1区から5区まで安定して上位を走り、40代以上の部代表で区間賞の快走をみせた生目地区が、前回覇者佐土原Aと前回準優勝の大淀地区を振り切り、大会前に目標に掲げた優勝をつかみ取りました。女子の部は、全区間でシーソーゲームを繰り広げた大淀地区と住吉地区の優勝争いとなり、6区で区間賞に迫る激走をみせた前回準優勝の大淀地区がリベンジを果たしました。

最後まで諦めずに戦い抜き清々しい表情を見せる選手たち、他の地区の選手であっても最後まで応援し続けた皆さんが優勝に値する輝きをみせていました。

前回大会に比べてその数は微増しているものの、参加地区やチームの更なる増加を図ることが必要であると感じます。選手がつなぐ襷には見ている人を感動させる力があります。継続することの難しさはそれぞれ存在するものの、今後益々の周知活動が必要であると認識しました。（広報部 押川）

いよいよスタート。みんな頑張っ！



大会成績

【男子】

優勝 生目・・・35分27秒
第2位 大淀・・・35分57秒
第3位 佐土原A・36分39秒

【女子】

優勝 大淀・・・40分56秒
第2位 住吉・・・41分28秒
第3位 大宮A・・・42分02秒

第20回 地区対抗グラウンドゴルフ大会

令和4年3月12日（土） 生目の杜運動公園

当日は、天候に恵まれ、青空の下、汗ばむほどの陽気となりました。3年ぶりの開催となった大会は、感染症の影響もあり、参加22チーム（110名）と今までにない少ない参加でした。

清山市長の挨拶、宮崎市スポーツランド推進大使・原川愛さんのラジオ体操、お二人による始打式等、参加者から声援が起こるほど、和やかな雰囲気での始まりでした。

最高齢者は92歳。参加者の軽快な足取り、ピンと伸びた姿勢は年齢を感じさせないほどでした。参加者は、日々の練習の成果を発揮して、和気あいあいと笑顔でプレーされていました。

感染症対策として、昼食を仲間たちと取れないことを、とても残念そうにされていたので、来年の大会では、感染症も収まり、マスク無しで声援できる大会になってほしいと思いました。（広報部 利岡）

NHKテレビ・ラジオ体操の原川愛さんと一緒に



清山市長の挨拶



大会成績

【個人の部】

優勝 大塚地区 大塚下区グラウンド
ゴルフ同好会A ●後藤 久美子さん
第2位 倉岡地区 糸原A ●田原 孝 さん
第3位 瓜生野地区 千代ヶ崎 ●川崎 美恵子さん

【団体部】

優勝 大淀地区 花山手
さわやかA
第2位 江平地区 江 平B
第3位 瓜生野地区 新 町

【最高齢者】

男性 中央西地区 日高さん
91歳
女性 中央西地区 田原さん
92歳

【最高齢チーム】

檜地区 えだばる

日頃の練習の成果、出てますか～？
ん～、なかなか・・・(；)



12月12日、晴天の中「青島太平洋マラソン」が開催されました。今年は2年ぶりの開催となり、朝早くからボランティアやランナーが続々と運動公園に集まり、ランナーは軽くスタジアム周りを走ったり、マラソンへの意気込みが感じられました。

沿道では、密を避けるため皆さん拍手したり手を振ったりしてランナーを応援していました。ランナーも日頃の成果を発揮するために、それぞれの目標タイムを目指し、私たちの目の前を駆け抜けていきます。その中には様々なキャラクター（マリオ・ニワトリ・お姫様・鬼滅…等々）が走り抜けて行きました。また、今年のマラソンは例年になく気温が高く、数名のランナーが熱中症症状になり途中棄権される方もいたようで心配でした。

来年もこの青島太平洋マラソンが無事開催され、沢山のランナーの皆さんが宮崎市内を駆け抜けていく姿を大勢の沿道の応援団と見たいです。

(広報部 佐藤)



★ スポーツ推進委員 交流イベント **ボウリング大会・パークゴルフ**

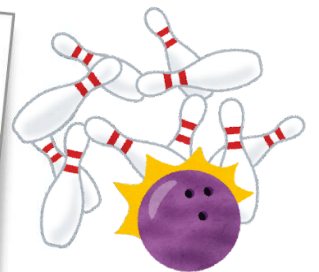
ボウリング大会
令和3年
12月5日(日)
宮崎エースレーン

初めての交流ボウリング大会が、25名の参加で行われました。いつもボウリングをしている人、していない人、20年、30年ぶりなんですと話す人もいました。

ハンディキャップは男女・年齢で設定されていました(プロ級の本田さんは-50)。大声を出さないようにとありましたが、熱が入ると思わず声が出ているようでした。和気あいあいの中、各レーンとも楽しい声が聞こえ、良い雰囲気の良い交流大会になりました。優勝は甲川さん、準優勝は長友裕さんでした。

次年度も、このような推進委員の交流会を通して、親睦を深めていきたいと思います。

(広報部 坂元)



パークゴルフ
令和4年
3月20日(日)
青島パークゴルフ場



新型コロナウイルスの「まん延防止重点措置」が解除され、ようやく活動再開となったところで、今年度2回目の推進委員交流会を実施しました。澄み渡った青空の下、こどものくに内の青島パークゴルフ場に集合して、4人ずつのチームに分かれコースを回りました。簡単そうでもなかなか難しく、カップの近くまで来て何度もあっち行ったりこっち行ったり……。時には、木の間を飛び越えて、一打でカップ近くまでいくスーパーショットもありました。

優勝は羽島さん、準優勝は本田さんでした。年度末ということもあり、参加者が少なかったのが少し残念でしたが、みんなと楽しく交流でき、また、宮崎の青い空、青い海、木々の緑、温かい日差しを体中に感じられて、久しぶりにすがすがしい時間を過ごすことができました。

(広報部 山元)



★ スポーツ推進委員にインタビュー

コロナ禍で、推進委員同士顔を合わせる機会が少なくなり、こういう場を借りて少しずつ紹介していければと思っています。まずは、今年度から広報部の仲間になってくれた2人にインタビューさせていただきました。このコーナーを見て、次に会った時の話のきっかけ作りになったらいいなと思います。次、広報部から声をかけられたら、皆さん快くインタビューに答えてくださいね～。よろしくお願いします。



- 氏名 押川雄一郎 (生目)
- 経験年数 4年目
- 年齢 38歳
- 趣味 読書
- 得意なスポーツ 野球

- スポーツ推進委員になったきっかけは？
～ 地区の知人に誘われて引き受けました。
- 今まで参加した事業や研修の中で一番良かったと感じたものは？
～ すみません。まだほとんど参加できておりませんので、これから見つけていきます
- 推進委員との交流はありますか？
～ ありません
- どんな推進委員を目指しますか？
～ 黒子に徹します



- 氏名 日高一樹 (本郷)
- 経験年数 4年目
- 年齢 45歳
- 趣味 バレーボール
- 得意なスポーツ バレーボール

- スポーツ推進委員になったきっかけは？
～ バレーボール経験者ということで、ミニバレー大会地区予選会の設営や準備等の手伝いをしていいる中で、スポーツ推進委員の存在を知り、誘われて仲間に入りました
- 今まで参加した事業や研修の中で一番良かったと感じたものは？
～ 参加したものすべて
特に、グラウンドゴルフ大会は、各チーム楽しく健闘してる姿を見て、エネルギーをもらいました。
- 推進委員との交流はありますか？
～ まだあまりありません
- どんな推進委員を目指しますか？
～ スポーツを通して健康増進と地域の発展に貢献できるスポーツ推進委員になればいいなと思います



広報部より

今年度こそは、健康増進、地域スポーツの活性化に力を注いでいこう！と意気込みを新たにされていた推進委員も多かったと思いますが、まだまだ、新型コロナウイルスの影響が大きく、令和3年度も多くの事業、研修等が中止になりました。

これまで活動報告的な推進委員だよりを作成していましたが、今後は内容も検討していく必要があると思っています。推進委員が地域で活動する際に役立つ情報や、推進委員自身の健康づくりに参考になる記事など、情報を広く集めて発信していきたいと考えています。

皆さんも掲載してほしい記事や、地区での活動等ありましたら、広報部までどしどしお寄せください。お待ちしております。



- 広報スタッフ～
- 部長：山元美保 (檜) 副部長 利岡真由美 (中央) 担当副会長：井上竜志 (大淀)
 - 本部伴典 (檜) 栗原和幸 (大宮) 坂元孝夫 (倉岡) 長友 裕 (潮見)
 - 齋藤卓司 (東大宮) 日高みち子 (生目) 押川雄一郎 (生目)
 - 佐藤みゆき (清武) 日高一樹 (本郷)

