

◇スポーツ推進委員の活動や研修の紹介

毎月第2火曜日は定例会議を行い、終了後随時研修会を行っています。
・囲碁ボール ・コグトレ研修 ・ラジオ体操 等



- ・親子ひびきあい活動（市内小学校）
- ・幼稚園PTA軽スポーツ活動（市内幼稚園）
- ・子育て支援事業（健康福祉センター）
- ・ワイワイサークル（障がい者スポーツ支援）
- ・YASUほほえみクラブ、さざなみスポーツクラブへの支援
- ・スポーツ推進委員研修会 ほか

◇地域活動やサークル活動でお困りではありませんか？

推進委員はスポーツに関する特技や資格を持っています。

学区	名前	専門・得意種目	資格等
三上学区	山田 修	卓球バレー	卓球バレー審判員、ファミリー健康体力向上アドバイザー
	板倉 祥浩	野外活動、レクリエーション、キャンプ	野外活動指導員
	山岡 康宏	グラウンドゴルフ	
野洲学区	青木美弥子	陸上競技、スキー	ラジオ体操
	外田 順一	剣道	日スポ協公認クラブマネジャー、剣道3段、居合道2段
	山中 秀樹	卓球	
北野学区	三大寺久美	ソフトバレー、スリータッチボール	ファミリー健康体力向上アドバイザー
	吉田 和代	ソフトバレー、スリータッチボール	
	我孫子 実	ソフトボール、野球	
紙王学区	石塚 健一	ラグビー、障がい者スポーツ	
	松並 典子	器械体操、スキー、水泳	ラジオ体操、卓球バレー審判員、ファミリー健康体力向上コーディネーター
	白井 洋一	スキー、マリンスポーツ	基礎スキー1級、小型船舶、教員
篠原学区	山本 博一	バレーボール、水泳、ニュースポーツ	初級障がい者スポーツ指導員、ファミリー健康体力向上アドバイザー、卓球バレー審判員、全日本ノルディックウォーキング連盟公認指導員
	若松津賀子	ソフトバレー、インディアカ、剣道、スキー	ソフトバレー審判員、ファミリー健康体力向上アドバイザー、剣道2段、基礎スキー1級
	梅本 優香	ソフトボール、野球、水泳、陸上競技	初級障がい者スポーツ指導員
中里学区	中澤 千聡	スキー（アルペン）水泳、テニス	基礎スキー1級、水泳
	米澤 麻利	マリンスポーツ、卓球	B&G海洋性レクリエーション指導員
	蘭田 孝浩	ゴルフ	
兵主学区	川端 範雄	バドミントン、スキー、スケート	B&Gインストラクター、ファミリー健康体力向上アドバイザー、基礎スキー1級
	木村 崇	サッカー	
	吉田 芳行	野球、カヌー、ヨット、キャンプ、障がい者スポーツ	B&Gインストラクター
公募	栢木 守	バレーボール	スポーツ指導員、スポーツ少年団認定員
	岩井孝子	バレーボール、水泳、グラウンドゴルフ	ファミリー健康体力向上アドバイザー、初級障がい者スポーツ指導員、卓球バレー審判員、ポッチャ審判員
	田中千秋	バレーボール、ビーチボールバレー	ファミリー健康体力向上アドバイザー

回 覧

元気になる

読めば“お得な”情報誌

スポーツ推進委員だより

編集：野洲市スポーツ推進委員協議会 事務局：野洲市生涯学習スポーツ課
電 話：587-6053 FAX：587-3835

令和4年3月

◇会長あいさつ

野洲市スポーツ推進委員の活動

平素は、野洲市スポーツ推進委員の活動に深いご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。
現在野洲市のスポーツ推進委員は、教育委員会から委嘱を受けた24名で活動しております。



野洲市スポーツ推進委員協議会
会長 山本博一

ここに、令和3年度の『スポーツ推進委員だより』を発行し、活動の一端を紹介致します。

一昨年3月から新型コロナ感染拡大防止のため、多くの事業が中止・延期あるいは縮小を余儀なくされました。そのような中、昨年1年延期となりました東京オリンピック・パラリンピックが無観客で開催されました。テレビ等のメディアを通しての観戦・応援となりましたが、多くのアスリートの活躍に感動し、勇気を受けられたことと思います。特に、滋賀県出身の選手では、水泳200mと400m個人メドレー金メダルを獲得した大橋悠衣選手、パラ水泳100mバタフライで金メダルに輝いた木村敬一選手やパラトライアスロンで銀メダルに輝いた宇田秀生選手、更には野洲市出身では、サッカー女子なでしこジャパンの中島依美選手とパラ水泳100m背泳ぎで7位入賞の福井香澄選手が活躍されました。

現在オミクロン株が猛威を振るっており、感染拡大が止まりません。そのような状況下、スポーツ推進委員の全国大会「第63回全国スポーツ推進委員研究協議会 滋賀大会」を今年11月に開催しなければなりません。そして3年後の2025年には、滋賀で第79回国民スポーツ大会と第24回全国障がい者スポーツ大会が開催されます。「スポーツの力」で日本のみならず、滋賀を元気にすべく関係者一丸となって準備しています。『スポーツは、世界共通の人類の文化である』と位置付けられているように、まさに、スポーツは、私たちに楽しみや喜びをもたらし、人生を豊かで充実したものにしてくれる世界共通の文化の一つであると思います。「するスポーツ、観るスポーツ、支えるスポーツ」とスポーツとの関わりは多様です。私たち野洲市のスポーツ推進委員は、障がいの有無に関わらず、だれもが、いつでも、気軽に参加できる多様なスポーツに触れ合う機会を提供し、スポーツに親しみ、スポーツの楽しさや魅力を見つけ、幸福で豊かな生活を営むことができる共生社会実現のお手伝いをしております。今後とも皆様のご支援、ご協力を宜しくお願い申し上げます。

◇2021 年度の活動紹介

第11回ニュースポーツバイキング 6月26日(土): 総合体育館
新体力テストを同時開催

新型コロナ感染対策を施して2年ぶりの開催!

**スローイングビンゴ、ゴロ卓球、カローリング
ボッチャ、囲碁ボール 全5種目**

☆希望が丘文化公園レクリエーションコーナー

★新体力測定

全 年 齢: 握力・長座体前屈
6 歳 ~ 64 歳: 反復横跳び・立ち幅跳び
65 歳 以 上: 開眼片足立ち・10m障害物歩行



カローリング



ゴロ卓球



囲碁ボール



ボッチャ

この催しの特徴・面白さ

- ・ご家族の参加が多い
- ・シニアの方も友人達と多く参加
- ・障がい者の方も参加できる
- ・何と言っても様々な
ニュースポーツが楽しめる

当会活動の様子は下記のQRコード
から見るができます。

令和4年度は
6月25日(土)
総合体育館で
開催予定!
お楽しみに



第15回ストックウォーキング 11月23日(祝・火)

**全身を使い
運動効果の向上**

ボールを使い上半身も動かすので
普通のウォーキングより約20%
運動効果(消費カロリー)がアップ。



**きれいな
歩行姿勢とねじれ**

ボールで背筋が伸び歩幅も広がり
きれいな歩行姿勢を作ります。
またウェストのねじれが発生し
引き締め効果が期待されます。

**関節やひざへの
負担が軽減**

ボールを使うので運動の足に
かかる体重衝撃が分散されます。
(約20~30%の衝撃軽減)

**運動中の
転倒予防**

2本のボールを使うので
バランスよく歩けます。

**歩幅のアップで
認知症予防**

歩幅が狭いと認知機能の
低下が起こりやすい。
(厚生労働省調べ)



この催しの特徴・面白さ

- ・ご家族の参加が多い
- ・シニアの方の参加も多い
- ・障がい者の方も参加できる
- ・屋外特有の解放感がある
- ・お手軽にしっかり運動できる
- ・ご自身のお好みに応じて
歩く距離を選択できる



令和4年度は11月23日(祝)
近江富士花緑公園・希望が丘文化公園
で開催予定! お楽しみに