

# スポーツ推進委員だより

スポーツコーディネーター

No.

1

編集 伊勢原市スポーツ推進委員協議会  
広報部 会  
市教育委員会スポーツ課内  
TEL.0463-97-7266

発行日 平成24年6月1日

## 新体制スタート!!に向けて



伊勢原市  
スポーツ推進委員協議会会長

藤川 充

平成24年・25年度伊勢原市スポーツ推進委員協議会の会長に就任いたしました藤川と申します。

平成12年度より体育指導委員（現スポーツ推進委員）として仰せつかりまして地区での夏まつり、体育祭、生涯スポーツの普及、そして伊勢原市全体での生涯スポーツ普及の取り組みを行ってきているところです。現在の少子高齢化の時代に子供から高齢者に至る市民の健康づくり、体力づくりにいかに関われるか、推進委員のレベルアップのための研修等行い、地域の特性を生かした生涯スポーツの普及を行っていき、地区間交流が図られ、市全体としてスポーツ交流ができ活力がある活動できる事を目標に全力を尽くして参りたいと思っておりますので今後ともご指導、ご協力のほどよろしくお願いいたします。



## 市民のためのリフレッシュデー

# 第1回 バウンスボール大会開催

場 所：伊勢原市総合運動体育館

時 間：午前9:00～11:30

### バウンスボール大会について

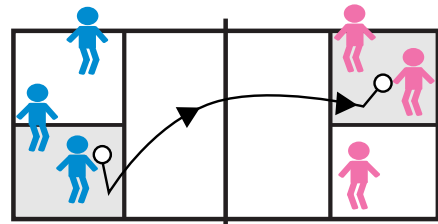
このスポーツは、子どもから高齢者まで幅広い年齢層で出来るスポーツです。ルールはいたって簡単で最初に予行練習をするだけで簡単に覚えられます。試合方法もあらかじめ、体力に見合ったルール作りに変更することも出来ます。今回のバウンスボール大会は各地区・学区のコミュニケーションづくりの場と簡単に出来て継続出来るスポーツとして企画しました。参加をご希望の方は、各地区・学区のスポーツ推進委員まで連絡ください。



### バウンスボールルールについて

- 3人対3人で行います。（4・5人で1チーム）
- 25点制の1セットマッチ（12点でコートチェンジ）
- コートはバドミントンコートの線を利用。
- 対象は小学生4年生以上、上限なし（体力があればOK!）
- ファミリーでの参加もOK!です。
- 各地区・学区で4チームを上限とさせていただきます。
- ※詳しくはスポーツ推進委員までお問い合わせください。

ワンバウンドしたボールを  
相手コートに素手でたたいて返します。



## 各部新部長に聞いてみました

### 事業部



伊勢原市スポーツ推進委員協議会  
事業部 部長 石田 良夫

今年度より事業部部長に就きました石田（大田地区）と申します。どうぞ宜しくお願い致します。

事業部の今年度の主な取り組みをご紹介します。

市民のためのリフレッシュデー、障害者スポーツ大会、女性のためのリフレッシュデーが事業部主体の行事になっております。市民のためのリフレッシュデーの行事としましては各地区学区との情報交換、健康づくりを目的としたニュースポーツ、

〈バウンスポール〉を企画いたしました。スポーツを通じて各振興会との交流を深め健康な体をつくる事が疾病予防にも継ぎたいと思います。

ためらう事なく、お気軽にいろいろなスポーツに参加をしてみたい。そしてスポーツを日常生活に取り入れてみんなで健康になりましょう。

### 研修部



伊勢原市スポーツ推進委員協議会  
研修部 部長 渡辺 真男

研修部は13名、うち3名はスポーツ推進委員初任命です。昨年、国のスポーツ基本法が制定され、スポーツ推進委員は地域住民のスポーツ・運動のコーディネーターとして期待されました。という事は自身は運動の指導ができなくても、上手なコーチを紹介してやる場所を提供できればいいということにもなります。しかし研修部員は皆さん丈夫で、運動能力にも優れていますので、まず自身でスポーツ・運動を体験し習得し、ルールなどの知識も学び、そのうえで地域住民にスポーツの場とともに実践する機会を用意できたらいいなと思います。これはスポーツ推進委員全員に当てはまることですが、そのなかでも研修部が中心にニュースポーツにも取り組み皆さんにその楽しさを教えてあげられたらいいなと思います。

### 広報部



伊勢原市スポーツ推進委員協議会  
広報部 部長 齊藤 光雄

今年度の新広報部員は半数が新人です。その特性を生かし新しい目線で情報をとらえ表現し、一般のより多くの人々に広報紙を読んでいただきたいと思います。また、スポーツ推進委員の活動をどう知ってもらえるかをみんなで考えていきたいと思います。「スポーツ推進委員だより」としては24年度・25年度と2年計画で考えています。その中で年、最低3回の広報誌発行を目標に取り組みます。内容は、市の行事の協力・各地域の行事の促進などスポーツ推進委員のスポーツコーディネーターとしての活躍ぶりを紙面に表現します。また、今までは行事の報告的な内容が多かったのですが、行事の予告や地域の紹介、スポーツ・運動の提案までも出来ればいいなと考えています。

### 伊勢原市スポーツ推進委員2012年度 主な参加型事業計画

- 5月13日(日)** 新体カテスト協力 伊勢原市体育館  
文部科学省設置の新体カテストを実施
- 6月30日(土)** 市民のためのリフレッシュデー 伊勢原市体育館  
バウンスポール大会
- 9月22日(土)** 障害者スポーツ大会協力 伊勢原市体育館
- 9月23日(日)** 大山地区体育祭 大山小学校  
市内ではトップを飾る地区住民の体育祭です
- 10月7日(日)** 地区学区体育祭 小学校及び中学校  
市内各地区・学区による住民体育祭
- 11月1日(木)** 女性のためのリフレッシュデー 伊勢原市体育館
- 11月8日(木)** 女性のためのリフレッシュデー 伊勢原市体育館
- 1月20日(日)** 伊勢原駅伝競走大会協力 伊勢原市総合運動公園
- 2月10日(日)** かながわ駅伝競走大会協力 秦野～相模湖
- 3月10日(日)** 大山登山マラソン協力 伊勢原駅北口

### 3033運動ってなあに？

運動・スポーツを生活の中で習慣化するための推進活動です。



**1日30分**

**週3回**

**3ヶ月間**

1日**30分**、気軽からだを動かしましょう。10分程度の運動を1日合わせて30分でも結構です。できれば2日に1回、**週3回**が運動効果が期待できる目安です。

**3ヶ月**続けてみましょう。運動習慣が身に付き体調が良くなるなど運動の効果が現れます。

#### 編集後記

「スポーツ推進委員だより」第1号は、いかがでしたか？今回は新体制でのご挨拶を特集しました。次号は地区の委員・イベントなど紹介します。