

みんなのスポーツ

in TOYOAKE

第176号 (4月1日号)

発行日 令和2年4月1日
発行者 生涯学習課文化・スポーツ係
TEL 92-8317
編集者 豊明市スポーツ推進委員連絡協議会

<https://www.city.toyoake.lg.jp/1059.htm>

検索 生涯学習課／豊明市

検索

スポーツ推進委員の活動に向けて

委員長 山田勇一

現在私たちスポーツ推進委員は19名で活躍しています。私が今最も関心のある事は「超高齢化社会の到来」と「超高齢化社会をどう生き抜くか」ということです。健康の基

本は「歩く」ことです。これからも元気で健康な子どもたち、そして高齢者に共に地域スポーツのコーディネーターとして貢献していきたいと思えます。今後は常識にとられない斬新な発想で皆様と豊かな未来を想像しながら、活動を通して夢と感動あるスポーツライフを提供していきたいと思えます。

☆行事のご案内☆

「春季自然歩道を歩く会」

NHK連続テレビ小説「半分、青い」のロケ地を歩く

岩村城跡、農村景観日本一の富田地区、岩村城下町を始め、新緑豊かな自然歩道を歩いて自然を満喫しませんか。多くの方の参加をお待ちしています。

(詳細は後日「広報とよあけ」にて掲載予定です。)

開催日は、5月10日(日)です。

行先は、岩村城跡～富田～岩村城下町約8kmの行程です。



「前期スポレクフェスティバル」

・・・参加賞もあります・・・

スポレクフェスティバルは、経験が無くても当日すぐに体験できます。年齢に関係なく気軽にお一人でも、ご家族でも、お友達とでも参加可能です。参加賞もありますよ。

当日準備していただく物

運動のできる服装・室内シューズ

タオル・水分補給のための飲料水

開催日 6月28日(日)

時間 午前9時～12時

受付 午前9時～9時20分

開催場所 栄小・中央小の体育館

その他 参加費無料・事前申込み不要。



後期スポレクフェスティバルは新型コロナウイルス感染防止対策として残念ながら中止となりました。

予定していた種目

●カラーリング

●ポッチャ

●ペタンク

●デイスコン

次回開催時には是非参加してください。

募集中！！ トータルスポーツ(ジュニア軽スポーツ教室)

小学4年生から6年生を対象としたスポーツ教室が始まります。
ショートテニス、ファミリーバトミントン、スポーツ鬼ごっこなど、楽しいスポーツがたくさん！
スポーツ推進委員がやさしく指導するので、スポーツが苦手なお子さんでも大丈夫です。
市役所生涯学習課で申し込みしてください。

開講 5月9日(土)

毎月 第2、第4土曜日の9時半から11時半

場所 栄小学校体育館



多くの方が参加 新年歩け歩け運動

1月5日(日)、新年歩け歩け運動が開催され、二村山は多くの参加者でにぎわいました。おしるこ甘酒が振る舞われ、みなさんに好評でした。
歩け歩け運動は毎月第一日曜日に開催されています。ご自宅から二村山まで歩いて、今年も健康に過ごしましょう。

出張指導

『唐竹小・沓掛小放課後子ども教室』

スポーツ鬼ごっこ・ポッチャ

『ふれあいサロンすみれ会』

カローリング体験

11月28日(木)唐竹小にてスポーツ鬼ごっこを学年を越え沢山のお友達と楽しみました。また、1月20日(月)沓掛小にてポッチャを行い初めての児童も頑張りました。(両校共50名)

1月22日(水)総合福祉会館3階大会議室で、「ふれあいサロンすみれ会」さんがカローリング体験会を開催しました。コートは小さいながらも2面取ることが出来、参加者32名を6チームに分け1位決定戦までゲームを楽しみました。皆さんジェットローラー

(円盤)がポイントゾーンに中々収まらず「簡単そうで難しいな」と言いながらも、ポイントゾーンに入った時は大騒ぎでした。短い時間でしたが楽しかったです。また派遣依頼お待ちしております。



ボッチャ



スポーツ 鬼ごっこ

市民ウォーキング、 好評でした！

11月17日（日）に市民ウォーキングが開催されました。
今回のテーマは「新しくなった戦人塚へ行ってみよう」ということで、栄小学校から出発し、戦人塚、阿野一里塚、曹源寺、大蔵池公園、桶狭間古戦場伝説地、栄小学校の7kmあまりの行程でしたが、体力的に厳しいと感じられた方には大蔵池公園からショートカットしていただくこともできるようにしました。

戦人塚、阿野一里塚、桶狭間古戦場伝説地では、それぞれ豊明市歴史民俗資料調査研究会（略して歴史民）の方々による詳しい説明がありました。

天候にも恵まれ、気持ちの良いウォーキングを楽しむことができました。新しく整備された戦人塚からは視界が開け、昔の人もこの景色を見ていたのだと思うとタイムスリップした気分になりました。

ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。今年も同じくらいの時期に開催する予定です。参加されたことのない方はぜひ一度参加してみてください。



参加者の感想

- ・地元の知らないことを学べ、運動にもなり良かった。
- ・車で見過ごす所を、じっくり説明が聞けて良かった。
- ・戦人塚が改修されてきれいになったと聞き参加した。古戦場のお話も、とても興味深く楽しかった。
- ・豊明に住みながら、初めて行ったところがありとても良かった。
- ・普段歩くことのまったくない小さな道を発見できて楽しかった。



市民ウォーキング



愛日地区研修会に参加して 「熱中症対応」について

熱中症とは暑さによって起こる病気の総称で熱失神、熱けいれん、熱疲労、熱射病があります。暑さにより脱水・塩分不足・循環不全・体温の上昇が原因です。運動活動中の予防として①無理な運動はNG②急な暑さに要注意③失った水と塩分を取り戻す④薄着スタイルでさわやかに⑤体調不良は事故のもと
暑い時の運動には十分注意してください。

▽研修会に参加▽

東海4県スポーツ推進

委員研修会

(主管静岡県 浜松

市・湖西市にて)

2月14日(金)・15日

(土)に開催され、長年スポーツ推進委員を務められた方々の表彰に続き「幅広い世代にスポーツを普及させるためのクラウン流コミュニケーション術」と題した講演がありました。子ども病棟で長期間治療を頑張っている子ども達や付き添っている家族を笑顔にする様子を紹介してくれました。子ども目線で話をするのが大事とのことでした。

2日目は、3つの分科会



に分かれ静岡県内各地区の活動内容の発表がありました。

▽研修会に参加▽

スポーツ講演会

2月23日(日)3市1町スポーツ推進委員連絡協議会

主催で長久手市文化の家のホールにて開催されました。講師は、TVや執筆活動で有名な中京大学名誉教授湯浅景元先生です。「スポーツよもやま話」と題して非常に聞きやすく分かりやすい内容でした。イスに座って足ふみ、同時に腕振りをしたら、これは立派な運動。また自分の手のひらを力一杯押付けたら、また逆に指を絡ませ引張り合うこともこれまた立派な運動(筋トレ)だそうです。TVを見ながらでも出来ますね。お買物、ショッピングは目的のお店に行く前に色々お店を回ってから行けば意識しなくても運動になります。固く考えずにトライしてみてください。

▽研修会開催▽

救急蘇生法・AED取扱いを訓練

スポーツ推進委員は年一回、豊明消防署員の方に指導して頂き研修をしています。皆さんが万一蘇生が必要な現場(自発呼吸の有無の確認が必要)に遭遇したらまず大きな声を出して周りの人を集め、次の指示をして下さい。

①119救急車を呼ぶように②AEDを探して持って来るように③更に人を集めるように。集まった人の中に救急蘇生法をやる人がいれば救急車が来るまで交替して対応が可能です。協力してAEDを扱える人もいるかもしれません。

トータルスポーツ

「一年を振り返って」

昨年度は、例年と異なり栄小学校一校での開催となりました。例年は、中央小学校を加えた2校で開催していました。中央小学校での参加希望者が少なく1校にまとめたからです。でも栄小・唐竹小・三崎小・大宮小のお友達が集まってくれました。

ショートテニスやファミリーバトミントンを中心にスポーツ鬼ごっこなども実施しました。参加児童のみんなは、5月の開催当初より随分上達しました。感想を聞くと「楽しかった」と言ってくれました。



☆小旗つきました☆



☆編集後記☆

いよいよ東京オリンピック、パラリンピックの開幕が近づいて来ました。これを機会にスポーツへの関心が高まるといいですね。老若男女、障がいの有無にかかわらず、すべての人に「一人一スポーツ」を。(長瀬)

☆出張指導の依頼は、生涯学習課文化・スポーツ係までお問い合わせください。

☎ 九二一八三一七

次回は令和2年8月1日発行予定です。