

# みんなのスポーツ In TOYOAKE

令和4年6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  
検 索

第179号 (6月1日号)

令和三年七月からスポーツ推進委員として活動しています。コロナ禍での活動は制約もありますが、お年寄りから子どもまで気軽に楽しめるニュースポーツを通して、皆さんの健康増進や地域交流のお手伝いができればと思っています。運動不足が気になる人は、運動習慣を身に付けて心身共に健康な身体づくりをしていきましょう！



スポーツ推進委員の  
新メンバー紹介  
土井 肇

☆市民ノルディックウォーク  
+  
ウォーキング☆  
文化会館⇄三崎水辺公園  
令和3年11月21日(日)

文化会館集合・出発組



## 三崎水辺公園集合・出発組



文化会館と三崎水辺公園の往復組73名と三崎水辺公園集合し1周組7名の計80名の参加を得て開催できました。当日、天候に恵まれ心地よい時間を過ごして頂けたものと思います。男女とも70代の方が多く参加されました。参加者の感想として・楽しかった。・良い汗をかいた。・継続したい。また、・長短コース等コースを分けてほしい。・開催回数を増やしてほしい等貴重なご意見も頂きました。

スポーツレクリエーションフェスティバル  
令和4年1月29日(土)午前9時より 福祉体育館  
参加者62名・スタッフ15名

## ラダーゲッター



### 感想

- ・初めてやりました。
- ・楽しくできました。区民会館でもできそう。



# ボッチャ



感想  
・ボッチャが一番面白かった。

# カローリング



感想  
・強さと転がす方向が難しい。  
・カローリングの的が素人向けにはもっと大きい方がよい。



# ディスコン



感想  
・初めてやりました。  
楽しい競技ですね。



### 【全競技に対する感想・意見】

- 初めてのゲームをやり切りました。
- どの種目も力の入れ具合が難しかった。
- 子供に返ったようになり、いろいろなことを忘れ楽しめました。
- 健康のために参加させて頂きました。私たちの年代(80代)が参加できる種目ばかりで良かった。
- 得点をきちんと出して順位を決めたい。

### Clean キャンペーン プロギング

令和4年2月20日(日) 文化会館周辺  
参加者19名・スタッフ14名

プロギングとは・・・

ゴミ拾いとジョギングを合わせた新感覚のフィットネスです。今回はウォーキングで行いました。



### 参加者の感想

- 楽しくウォーキングができごみも拾えて楽しかった。
- きれいになり運動になるので環境にも良いしとても良いと思います。
- 普段あまり気にしていなかったが意外に沢山のごみが落ちていることにびっくり。

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下さい。  
TEL 九二一八三二七

桜も藤もあつという間に満開を過ぎ新緑の映える季節となりました。新型コロナもまだ気が抜けないし、withコロナで生活をしていくことになりましたね。  
共生交流プラザ(カラット)や小学校の体育館、市内各所等に於いてレクリエーションスポーツやウォーキング等の開催を計画しております。多くの皆さんにお会いできることを楽しみにしています。

編集後記