

# 瑞穂町スポーツ推進委員だより

みんな元気 健康スポーツのまち みずほ

vol. 36

2016年7月1日 発行

発行 瑞穂町教育委員会教育部社会教育課  
住所 瑞穂町大字箱根ヶ崎2475番地  
電話 042-557-7071  
編集 瑞穂町スポーツ推進委員協議会



残堀川ふれあいウオーキング

5月8日

快晴の青空のもと7回目の残堀川ウオーキングが開催されました。当日は574名の参加者が、新緑の六道山を気持ちよくウオーキングしました。

コースはビューパークをスタートし、ジュンサイ池、六道山公園、玉林寺公園、残堀川、ゴールの狭山池まで、瑞穂町の自然を満喫できます。途中、残堀川ではたくさんの鯉のぼりが、元気よく参加者を歓迎し、ゴールの狭山池ではお花のプレゼント、様々な催し物、瑞穂町の特産品販売、体験型ニュースポーツ等で、とても充実したウオーキングイベントになりました。是非、来年もみんなで参加しましょう！！

## ご挨拶



瑞穂町スポーツ推進委員協議会

会長 牧野 寿義

2020年東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。その頃には、高齢者人口の増加は、避けられない問題になっています。今、スポーツを取り巻く環境は大きな変革期を迎えています。スポーツ推進委員は、異なる分野の関係団体組織と連携を取り、町民がスポーツを通じて、生涯にわたり心身ともに健康で、豊かな明るい生活ができる社会を実現することが求められています。このような状況を踏まえ、成人の週1回以上のスポーツ実施率を70%に引き上げなければなりません。そのためには、スポーツや文化活動など幅広い交流を通じて、気軽に自分に合うスポーツを楽しむことができるように環境を整備し、スポーツ人口を増やすことが重要です。

2020年東京オリンピック・パラリンピックが、地域にもたらすレガシーを次世代に繋ぐ、地域スポーツ社会を目指します。自然豊かな瑞穂町は、その恵まれた環境を使ったウオーキングイベントを年3回実施しています。1月1日新年歩こう会、4月さくらまつり狭山丘陵ウオーキング、5月残堀川ふれあいウオーキングを行い、年々参加者は増加傾向にあります。これらの事業は天候に左右されます。町民の健康を維持するには、日々スポーツを行うほうが良いと言われています。現在では、毎月第1土曜日に森林ウオーキングを楽しんでいます。

今、いつ、何が起こるか分からない時代です。不安定な時代だからこそスポーツの力で、地域・人・心・健康・仲間作りが、地域の連帯感を高められると思います。人が元気になれば、町も元気になります。これがスポーツ推進委員の信条です。

## 狭山丘陵ウォーキング 4月3日

狭山丘陵ウォーキングが、2年ぶりに開催されました（昨年は天候不良のため中止）。235名の参加者が、六道山から狭山丘陵を抜け、桜と緑の織りなす山道を歩き、心地よい汗を流していました。ゴールである六道山公園では、さくらまつりが行われており、ウォーキングのあとも楽しいひとときを過ごしていました。来年もたくさんの参加をお待ちしています。

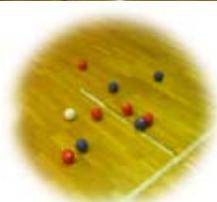
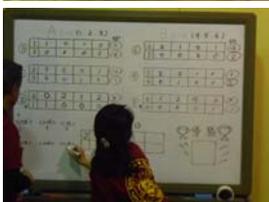


## ボクシングエクササイズ（自主研修） 3月18日

平成27年度の自主研修は、昨年度に引き続き、ボクシングエクササイズを行いました。講師はお馴染み、大和興産(株)の大和弘先生です。ボクシングエクササイズは2回目ですが、リズムが速くなるとついていけないのは前回と変わらず。それでも終わったあとは爽快感でいっぱいでした。もし3回目があるときは、しっかりついていこうと思います。



必殺パンチだ～！



## 東京都宿泊研修会 3月6～7日

東京都スポーツ推進委員協議会宿泊研修会に参加しました。研修では、瑞穂町が主管ということで、障害者スポーツであるポッチャを行いました。ポッチャとその後の懇親会で、他市区の方との交流を図ることができ、とても有意義な宿泊研修会となりました。また機会があれば、参加したいと思います。

## ニュースポーツ体験教室

2月27日

ニュースポーツ体験教室として、ボッチャを行いました。ボッチャはパラリンピックの正式種目であり、最後の一球まで勝負の行方がわからない熱いスポーツです。参加者の中には、障がい者の方もおり、手が不自由な方には、ランプと呼ばれる勾配具を使って投球してもらいました。

今回の体験教室を通じ、改めてボッチャは、老若男女、健常者、障がい者問わず、熱くなれるスポーツだと感じました。誰でも気軽にできるこの素晴らしいスポーツをもっと普及していきたいです。



## 視察研修

2月14日

視察研修として、味の素ナショナルトレーニングセンターへ行ってきました。このトレーニングセンターは日本におけるトップレベル競技者の国際競技力の総合的な向上を図るトレーニング施設として設立されました。ジュニア世代競技者の育成にもかなりの力を注いでいるようです。

最初に見学したのは体操の練習場でした。室内は天井が高く設定されており、競技者が思いきり競技できるように設定されていました。また、レオタードで練習する人がいるため、室温も調整しています。他にも、天井の色、床の素材、照明など、競技によっていろいろな特性がありました。また、開催地に合わせた環境づくりも行っていました。

今回の視察研修では、トップアスリートを育成するために、大規模な施設と莫大な費用を要していることを知りました。それと同時に日本と日本の競技者が、オリンピックへかける熱意を感じました。いつの日か瑞穂町からもオリンピックに出場できるような選手が現れるといいですね。



全部止めます！

## 森林ウォーキングに参加してみませんか！！



ウォーキングをしていると春から夏にかけては、桜、つつじ、バラ、紫陽花など、季節の花を楽しむことができます。秋が深くなれば紅葉も楽しめ、冬は遠くを望むと雪山がキレイですね。皆さんもウォーキングで、自然を楽しみ、季節を楽しんでみませんか。

森林ウォーキングは、毎月第1土曜日にみずほエコパークで開催中です。日頃、運動不足を感じている方、気分転換したい方など、気軽に参加してみてください。お1人様でも大歓迎です♪ みずほエコパークでも四季折々の花を楽しめますよ。

# スポーツ推進委員紹介

## 殿ヶ谷地区



土橋 賢一



原 幸子



## 石畑地区



牧野 寿義



高水 昌彦

## 箱根ヶ崎地区

瑞穂町スポーツ推進委員は、この精鋭16名で2年間の任期を遂行します。



関谷 一慶



中井 明



福井 いくみ



## 長岡地区



坂本 佳子



小山 宏



西村 元

チャレンジ精神を忘れず、困難な目標へも得意のチームワークで乗り切ります。

## 元狭山地区

全員が自分の役割をはっきりと理解し、安全意識を高め、無事故を目指します。



竹嶋 一茂



天野 進



大屋 敬則



## 武蔵野地区



片倉 あけみ



深堀 豪



村田 憲一

事業後の反省会への参加率を高め情報交換をしっかり行い、次に生かします。