

春日井市 スポーツ推進委員だより

題字 会長 神田 茂

第47号

平成26年3月1日

発行
春日井市スポーツ推進委員会
連絡協議会
広報部



「スポーツ基本法」を読み返してみて!

会長 神田 茂

「スポーツ振興法」が50年ぶりに改訂され、「スポーツ基本法」が公布、施行されて2年半が過ぎました。そこで、今一度目を通して、その中で再確認したことの一つに、スポーツ推進委員の役割があります。新法では、今までの体育指導委員の役割にはなかった新たな役割が加えられました。その役割とは、スポーツ推進委員はスポーツの指導や助言だけでなく、あるいは行政が実施する事業の単なるお手伝い役でもなく、各種のスポーツ団体や各方面に積極的に関わり、運営の担い手として自主的に活動する姿勢が求められているということとです。このことの意義について、改めてその重要性を強く感じます。

そこで、当市ではこの2年半の間、どう取り組み、変わったかを振り返ってみました。まずは、より多くの市民に参加してもらえるように、レクリエーションスポーツ祭や、かすがいい!スポーツフェスティバルの開催時期や内容を見直し、巡回指導委員の選出方法を見直したりしたことなどが挙げられるかと思えます。

また市内の全ての小学校区にスポーツ推進委員を最低1名は配置することを目標にして、それを果たせたことも大きな成果ではないかと思えます。

では、これからどうしていくのか、なかなか名案は思い付きませんが、町内会などの主催するスポーツ行事への参加者が減少しているということをよく耳にすることから、スポーツ推進委員一人一人が地元のスポーツ事業の活性化を目指して取り組んでみてはどうかと思えます。

今後、呼び掛けていきたいと考えています。

かすがい！スポーツフェスティバル

かすがい！スポーツフェスティバルに参加して

推進委員 酒井 治己

平成25年10月14日体育の日。爽やかな青空のもと全国各地において、各種のスポーツイベントが大々的に開催される中、春日井市においても「市制70周年記念事業」の一環として、総合体育館を始めとする市内体育施設において幼児から高齢者まで幅広い年齢層の人々に体力測定、各種スポーツ教室・体験、体育施設の無料開放等のスポーツイベントが開催されました。このイベントに私もスポーツ推進委員の一人としてお手伝いをさせて頂き共に楽しみ感動しました。運動クラブの学生達をはじめ、二世帯、三世帯で参加された家族を見るに、最高の笑顔を振りまき幸福感溢れる姿が印象的でした。あらゆるスポーツを楽しみ、スポーツにより大勢の方に日々健康で明るい幸せな生活を送って頂きたいと思います。今後スポーツ体験、知識向上を糧に地域に密着したスポーツ推進委員として活動したいと思えます。



― 気持ちを新たに ―

推進委員 安藤 昇

体力測定「空気イス」を担当しました。壁に背中をつけ、椅子に座ったような姿勢が何秒保てるかを測定するもので、「腹筋力」や「腿の前筋力」さらに「忍耐力」などを必要としました。測定中は「頑張り」と励まし合う親子や仲間の様子が微笑ましく思えたり、顔を歪めながら手をぶらぶらして気を紛らわす様子がおかしかったりしました。一番印象に残ったのは、75歳のおばあちゃんでした。平然としておられ結果は満点にあたる108秒を難なくクリアされました。お話を聞くと「毎日3kmのウォーキングとグラウンド・ゴルフを楽しんでいる」「来年も絶対挑戦したい」など、目を輝かせて答えてくださいました。最も評価の高い体力年齢18歳までは無理だとしても、体力の衰退に甘んずることなく、「現状維持を！」と気持ちを新たにしたい1日でした。



第32回新春春日井マラソン大会

新春春日井マラソンに参加して

豊田市立猿投台中学校 清水 豊

平成26年の初レースはどこにしようかなどインターネットで検索したところ、愛知県内で春日井マラソンが目にとまりました。まだこの大会は参加したことがないし、過去の参加人数からすると、人気の大会、賞品もきつといいぞと思い、すぐに申込みをしました。

大会が近づくにつれ、レース展開のイメージが自然に頭に浮かぶようになりました。夏場にトラックの300メートルで競ったメンバーを思い起こし、ペース配分、ラストパートのタイミングなど、いくつかのパターンを想定し、頭に入れて当日を迎えました。

スタート直後から先頭集団が絞られたため2番手で先頭についていき、スタートのタイミングを待つという作戦にし、予定のラスト400メートルでスタート、トップでゴールしました。

今年初めての大会で思うようなレースができたことで、4月からの高校での陸上競技生活がうまくいくような気分になりました。



新春春日井マラソンに出場して

小牧市立味岡中学校 豊永 香音

私は陸上を始めて、今年で3年になります。新春春日井マラソンに出場させていただくのも、今年で3回目です。1年目6位、2年目4位、そして中学校生活最後となる今年、念願の1位になることができ、とても嬉しかったです。

私は主にトラック競技をしているので、ロードレースにはまだあまり慣れていませんが、ロードレースも楽しくて、大好きです。走る度に変わる景色、沿道の人達の暖かい声援、普段車でしか走ることのできない道路も走れたり、また、様々な世代の方々ともお話ができたりと、新しい刺激をたくさんもらうことができました。

マラソンは、一人で走る競技ですが人とのつながりを感じられるのが、新春春日井マラソンだと思います。今年初めてのレースで、よいスタートを切ることで、本当によかったです。

私をいつも支えてくれる周りの方々への感謝の気持ちを忘れず、また来年の新春春日井マラソンに向けて、日々努力していきたいです。

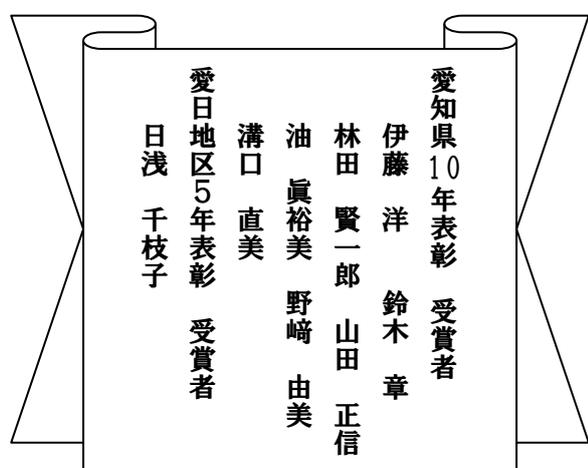


スポーツ推進委員愛知大会

推進委員 油 眞裕美

平成25年9月21日(土) 日本ガイシスポーツプラザで、スポーツ推進委員愛知大会にて10年表彰を受賞しました。また同時に実施された、中京大学教授の湯浅景元氏による「ウォーキングの正しいフォームと歩き方」の実技研修を受けました。

今までは、仕事の都合で行事になかなか参加することができませんでしたが、今後はこの表彰を糧に、率先して行事に参加し、精力的に活動していきたいと思えます。これからは少子高齢化が進みます。元気で介護を受けずに寝たきりにならないよう、気軽に出るニュースポーツにも取り組んで行きたいと思えます。



愛日地区スポーツ推進委員表彰式並びに 研修会に参加して

推進委員 日浅 千枝子

初めて愛日地区の研修会に参加した日を、昨日の事のように覚えていきます。今回は、5年表彰を頂きヨタヨタと続いた5年を振り返っていたところ、春日井市には30年余の「達人」がいっぱいいるとの事。

私が続けてこられたのも、先輩たちの道案内のお陰だと改めて深く感謝致しました。

引き続き研修会では、糖尿病専門医の山之内国男先生による「成人病予防と運動療法」の講演を受けました。

過食、高齢化社会を迎えた私達が糖尿病にならない為に注意することは、食事と運動、運動の種類としては、①筋力トレーニング②有酸素運動(歩行他)③ストレッチになります。特に重要なのは下肢の筋トレだそうです。この講演で学んだ事を推進委員の活動に生かしていきたいと思えました。

