



いたばしスポーツ推進委員だより109号

平成26年7月1日

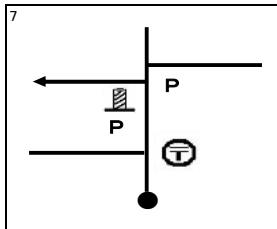
編集 板橋区スポーツ推進委員協議会

発行 板橋区区民文化部スポーツ振興課

スポーツ事業係

TEL 3579-2652

第18回



いたばしウォークラリー大会

～友達・家族・みんなで歩こう～

5月11日(日) 富士見地区



上位入賞の皆さん - 表彰式にて

いたばしウォークラリー大会が5月11日、友人同士や親子ら50組176人が参加して五月晴れの下、実施されました。

平成9年に始まった本大会も18回目となつた今年は、板橋本町駅近くの板橋フレンドセンターをスタート・ゴール地点として、富士見地区周辺のおよそ5キロのコースで行われました。

参加者は、受付で渡されたコマ地図と呼ばれるコース地図を手掛かりに途中、ゲームや観察ゾーンなどを楽し

いたばしウォークラリー大会に笑顔が広がる

みながらまた、歴史や文化にも触れる
がら散策するので、子どもから大人まで
楽しむことができます。

「ここ、まっすぐだよね?」「えつ?
違うんじゃない。こっちよ!」などと
やり取りしている会話が聞こえてき
ました。ウォーカリーはスピードだ
けを競うものではありません。

西台から6年連続で参加された川口さん親子は、「交通公園が広すぎて
(観察が)難しかった」「バラが咲いて
いるお宅が沢山あり、見られて良かつた」と話されました。ギブアッ
プも無く参加者全員が完歩され、程よい
疲れの中にもすがすがしい笑顔が
印象的でした。

第一位は、「けん玉がなかつたこと
が勝因」と語っていた野辻さんら友人
3人組でした。

来年も「おもてなし」の心でお待ち
しています。

初ウォーカリーを見て

中村委員

天候も良くあたたかな中、たくさんの方に参加して頂きました。ゲームパートでは、的当て、ダーツ、幹の太さ当てなど世代を気にすることなく楽しめます。観察ゾーンでメモしながら対象物を見ると、新たな発見もあります。グループで話し合いながら楽步いている姿を見ると、距離も時間も短く感じました。

スポーツ推進委員だより



森や海岸沿いをハイキング



今年は日帰り研修で神奈川県の真鶴半島に行つきました。天気は快晴で、夏のような日差しが照りつける一日でした。バスは区役所を出発し、渋滞もなく順調に真生林のハイキングコースに入りました。樹々は深くほとんど日の光は届きませんが、マイナスイオンが体をリフレッシュしてくれます。じきに視界が開け、磯浜から海沿いの歩道を進み、ハイキングの目的地である真鶴岬に到着しました。この後、湯河原温泉で汗を流し、昼食を取り帰路につきました。少し渋滞ましたが疲れが心地よく、充実した一日でした。

普段自分でいられないような場所（ハイキングコース）に行けたのはいい機会だったと思います。これからも色々お世話になります。宜しくお願ひします。（木下委員）

太陽の力を思い知らされた暑さの中、一歩森の中に踏み込めばそこは別世界、清々しい空気の中、心地よい汗をかけました。（大和委員）

真鶴港での体操、海岸沿い、森林の散策、晴天の中、心地よい汗をかくことができました。とても楽しかったです。（中元委員）

（松川委員）



理事長 浅見 宗弘

平成 16 年に設立準備委員会を発足してから 10 年が経ちます。その以前から当時の体指協内で研究会を行い実施に移し今に至ります。当時は中学校の部活動を救わなくてはとの思いが強かったのですが、実際には難題も多くその通りには進んでいません。しかし、意欲のある小学生や運動機会の少ない高齢者のニーズがかなりあります。小学生で PRIMULA に入会した子が、社会に出るようになりましたので、今後は指導者の勉強もしてもらいつもりです。

フットサルは相変わらず人気があり、安全保護のため入会制限をしています。ゴルフも安定して伸びています。卓球は会場の関係であまり人数を増やせない悩みがあります。つぎに今年、新たにスタートする種目をご紹介します。まず、ボウリングです。誰でもできるのですが、PRIMULA ではレーンの貸し切りとプロによるレッスンを用意しています。もうひとつはヒップホップです。これは元 ZOZO のメンバーによる本格的なものです。ご期待ください。



日帰り研修 6月1日(日)

神奈川県 真鶴半島

すばらしい天気の下、気持ちの良い汗をかくことができました。改めてスポ推の皆様のチムワーカーの良さを感じました。（鈴木（慎）委員）

みなさんに声を掛けて頂き、バトル間もなく終わりました。明るく元気な仲間の一員として活動するのが今後も楽しみです。（中村委員）

大変暑い日でしたが、海あり山ありのハイキングコースで、いい汗を流させてもらいました。多くの人と交流もでき、有意義な一日でした。（花水委員）

初めて日帰り研修に参加させて頂き、みんなと和気あいあいと楽しく参加しました。これからも色々お世話になります。宜しくお願ひします。（木下委員）

普段自分でいられないような場所（ハイキングコース）に行けたのはいい機会だったと思います。これからも色々お世話になります。宜しくお願ひします。（大和委員）

太陽の力を思い知らされた暑さの中、一歩森の中に踏み込めばそこは別世界、清々しい空気の中、心地よい汗をかけました。（中元委員）

とても暑いお天気でしたが、山の中は涼しくマイナスイオンを浴びリフレッシュできました。私も歩けるコースで安心しました。

（松川委員）

関東スポーツ推進委員研究大会

6月 13・14日 群馬県総合スポーツセンター

今年度は「楽しく歩いて健康づくり in 群馬！ウォーキング・ハイク・トレッキングの理論と実践」をテーマに群馬県総合スポーツセンターをメイン会場として行われ、大久保（一）委員と黒田委員の 2 名が参加しました。基調講演は三村仁司先生の「世界の選手に愛されるシユーズ作り」、分科会は歩くについての理論と実践として、ノルディックウォーキングに挑戦してきました。

ハイキング研究会リーダー 後藤嘉一
スポーツ研究会リーダー 宮浦晃一

ふるさといたばし体操委員長 松井将一



今年度は 6 人の新しい仲間が加わり、平成 26 年度の板橋区スポーツ推進委員協議会は総数 63 会員全員の意気込みとパワーが感じられ、これから 2 年間スポーツ推進委員の活躍に大きな期待が持てそうです。

さて、昨年度はオリンピック・パラリンピックの東京開催が決定し、また板橋区ではプロバスケットボール「東京エクセルレンズ」の招致、スポーツ大使の創設、女子レスリングワールドカップの開催等々、スポーツに関する話題が豊富な年でした。今年度も早々にフットサルパークが舟渡に誕生し、板橋区のスポーツに対する積極的な取り組みを感じます。

そこで先日、苦米地、新井両副会長と 3 人で坂本区長にお話を伺ってきました。安井副区長、藤田区民文化部長、織原スポーツ振興課長、そして係長 2 人にも同席していただき、板橋区のスポーツに対する考え方などを伺いました。スポーツは地域コミュニティーの活性化に寄与するとのことで意見が一致。我々スポーツ推進委員には、今後もスポーツを通じて板橋区民のために力を貸していただきたいと意しました。最後に区長自ら『ふるさといたばし体操』の普及に役立つ提案があり、30 分程の短い時間でしたが、有意義な意見交換ができました。

我々スポーツ推進委員には、今後もスポーツを通じての活動に満足することなく、区民のスポーツに関するさまざまなニーズに応えられるよう、いろいろな活動をしていきたいと思います。こちらの方の力強いご支援、ご協力をお願いします。

板橋区では、区民の皆様がいきいきと暮らし、また多くの方が板橋区を訪れていただけるような魅力ある文化・スポーツ事業を展開していくため、スポーツを成長戦略の一つとし、重要な施策と位置付けております。そうした中でスポーツ推進委員の皆様の日々の活動が、板橋区にとって大きな力となっています。

私も皆様とともに、板橋区のスポーツを盛り上げていきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



この 4 月にスポーツ事業係長に配置されました
丸山と申します。

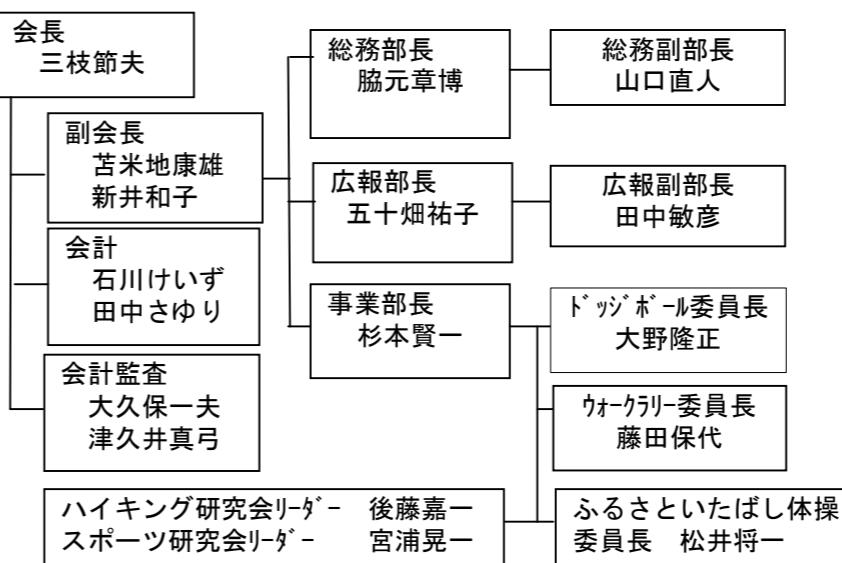
区民の皆さんにスポーツを身近に感じていただき、参加するスポーツだけではなく、観戦や応援も含めて誰もが気軽にスポーツを楽しんでいただけます。同時に区スポーツ推進委員の皆様には、地域と区政をつなぎ、区民のスポーツ活動を支えるコーディネーターとして今までと同様にご尽力いただけるようお願い申し上げます。



皆様こんにちは。
昨年のオリンピック・パラリンピックの東京開催決定を受け、区民のスポーツに対する関心は大変高まってきております。同時に区のスポーツ対策に対する要望やスポーツ推進委員の皆様への期待も非常に大きくなつてまいりました。

昨年のオリンピック・パラリンピックの東京開催決定を受け、区民のスポーツ環境整備に取り組んでまいります。同時に区のスポーツ推進委員の皆様には、地域と区政をつなぎ、区民のスポーツ活動を支えるコーディネーターとして今までと同様にご尽力いただけるようお願い申し上げます。

平成 26 ~ 27 年度 スポーツ推進委員協議会 体制図



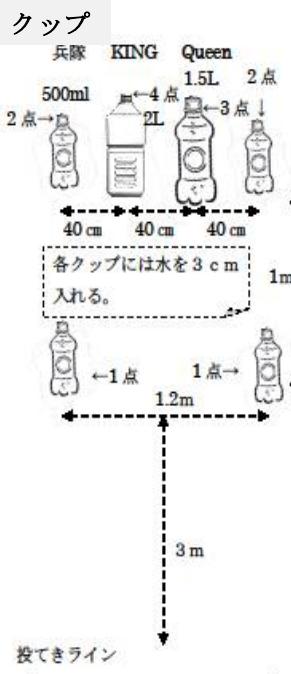


板橋区スポーツ推進委員 実技講習会 レポート

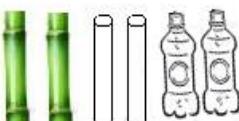
スポーツ推進委員の
講習会を取材します



カップは、北欧のスウェーデン生まれでバイキングが生み出したといわれています。カップとはスウェーデン語で薪(まき)という意味で、草地や地面に立てたカップにカストビンナを投げて倒し合うゲームです。Pカップはカップを手軽に誰でも楽しめるように考案された板橋生まれのニューススポーツです。



カストビンナ



ルール
【ゲーム形式】
 ○ 対戦チーム
 2チーム以上
 ○ 対戦人数
 6対6 3対3 2対2 1対1
 ○ 試合形式
 1ゲーム 3~9イニング (今回は3イニング)
【進め方】
 ○ 左図のように、6個のカップを並べる
 ○ チーム毎に6投を順番に投げ切る。但し、最初に4隅の兵隊を倒し(順不同可)、次にQueen、KINGの順とする。
 1対1以外のゲームでは、投げる順番はイニング毎に固定とする。
 ○ カストビンナは下手投げ。回転をかけても可。
 ○ 6投 投げ切るか、順番通りにカップをすべて倒した時にチェンジとなる。但し、投げずに終わったカストビンナがある場合は、1本2点で得点に追加される。
 ○ 倒すカップの順序を取り違えた時は、ペナルティチエンジとし、対戦相手に攻撃権が移る。点数は正しく倒したカップまでの点数の合計となる。
 ○ 複数本同時にカップを倒しても可。但し、順番を違えたペットボトルが残っている場合、その投てきは得点にならず、ペナルティチエンジとなる。
 ○ 1セットの総合点で勝敗を競う。同点の場合、同点のチームのみで次イニングをおこない勝敗がつくまで延長戦を戦う。

カップ
 ①KING (2Lペットボトル)…1本 4点
 ②Queen (1.5Lペットボトル)…1本 3点
 ③兵隊(500mlペットボトル)…4本 奥は2点 手前1点

すべてのカップは3cmの水を入れる

カストビンナ
 ①竹 … 2本 30~40cm
 ②マット敷き … 2本 30cm
 ③1Lペットボトル … 2本 (3cm水を入れる)

この競技は、子どもからお年寄りまで幅広く楽しめる板橋区独自のスポーツとして広めようとしています。費用があまりかかるないという点では各地区はもちろん、色々なサークルや団体でも簡単に楽しめるスポーツなので、ぜひ体験してもらいたいです。講習が始まると委員の苦笑いが聞こえてきました。観ていると、カストビンナで順序通りにカップを倒さないと対

ンワイーク中盤に行われ、いたゞ第107号で紹介しました。ペットボトルクップ(左図参照)を委員全員で体験しました。

戦相手に攻撃権が移り高得点が得られません。流石にスポーツ万能?な委員も苦戦していましたが、それがまた楽しく時間の経つのを忘れてのめりこんでいました。気が付けば終了时刻となりました。

今回講習しました。ペットボトルクップを各地区のスポーツ推進委員が各自この楽しさを普及して、いざれば板橋区で生まれたメジャースポーツとして都内、いや全国に普及してもらいたいと願つて止まない気持ちで帰路に着きました。

まことに、地区大会で成績を残すことはできませんでした。気分を失ってのめりこんでいました。気が付けば終了时刻となりました。

*ドッジボール大会 地区大会

9月6日(土) 成増地区

10月26日(日) 常盤台地区

11月16日(日) 中台地区

11月23日(日) 仲宿地区

11月29日(土) 大谷口地区

11月30日(日) 蓼根地区

12月7日(日) 板橋地区

1月5日(土) 舟渡ホール

1月12日(土) 成増社会教育会館

1月20日(日) 高島平集会所

*ふるさといたばし体操講習会

7月5日(土) 舟渡ホール

7月12日(土) 成増社会教育会館

7月20日(日) 高島平集会所

*区民体育大会総合開会式

9月7日(日) 小豆沢公園野球場

9月27日(土) 小豆沢公園野球場

*障がい者スポーツ大会

9月19日(日)

10月3日(月祝)

*高島平・日刊ロードレース大会

11月9日(日)

*第24回ハイキング

11月27日(土)

12月19日(日)

*第27回いたばしウォーキング

1月3日(月祝)

1月11日(日)

1月24日(日)

1月27日(日)

2月3日(月祝)

2月10日(日)

2月19日(日)

2月27日(日)

3月3日(月祝)

3月11日(日)

3月24日(日)

3月27日(日)

4月3日(月祝)

4月10日(日)

4月27日(日)

5月4日(月祝)

5月11日(日)

5月18日(日)

5月25日(日)

5月32日(日)

6月8日(日)

6月15日(日)

インフォメーション

広報部も新体制でスタート!!
 部員一同積極的に取り組み、編集しました。皆様に読んでいただけますよう頑張りますので、これからよろしくお願いします。

編集後記

お問い合わせ

いたゞは、各地域センター・区立体育馆で入手いただけます

区民文化部スポーツ振興課スポーツ事業係 TEL 3579-2652