

くにすぽ

KUNITACHI SPORTS COMMITTEE

国立市スポーツ推進委員だより（第14号） 令和5年8月1日発行

◆スポーツ子どもの日『体操競技&シッティングバレーボール!』

令和5年2月19日（日）、東京女子体育大学の施設をお借りし、「スポーツこどもの日」を開催しました。毎年、子どもたちにオリンピック・パラリンピックの競技を専門の先生、学生、スタッフの指導のもと体験してもらいます。今年も新型コロナウイルス感染防止対策のため、午前・午後の部に分けて実施し、合計51名の参加がありました。種目は、オリンピック競技から「体操競技」、パラリンピック競技から「シッティングバレーボール」を行いました。「体操競技」では、段違い平行棒、吊り輪、平行棒、マット、跳び箱などを体験。本物の体操器具を目の当たりにし、子どもたちは目をキラキラさせていました。どの種目にも身体をいっぱい動かし、終始笑顔あふれる貴重な時間となりました。【森西】

オリンピックと同じ本物の器械で体操！
～段違い平行棒からピットに落ちる～



「シッティングバレーボール」とは、座った状態でバレーボールをするスポーツ。もともとはしょうがいのある人々により考案されたようですが、現在ではだれでも楽しめるスポーツになっています。

まず、子どもたちは、床に座ったままでの左右前後の動きを練習しました。これがなかなか難しい。この状態で追いかけてこをしました。慣れたところで柔らかなバレーボールを使いリフティングに挑戦。最後にゲームを実践。ゲームでは床に座ったまま動くことが難しく、その上でバレーボールをするのでかなり苦勞の様子。その分、得点が入ると喜びも大きかったです。終了後「楽しかった!」の声がありました。【仁科】

お尻を床につけたまま・・・



「楽しかった人～!」
「はーい♪♪」



◆人気のボッチャ体験教室から東京都市町村ボッチャ大会へ

●ボッチャ体験教室 ～毎月第2土曜日に開催～

パラリンピック競技種目のボッチャを多くの市民のみなさんに体験してもらうために、毎月第2土曜日の午前9:30～11:30、くにたち市民総合体育館で「ボッチャ体験教室」を開催しています。

令和4年9月まではスポーツ推進委員と行政が運営していましたが、同年10月からは国立市から委託された地域スポーツクラブ「くにたちエール」が運営を行っています。

「ボッチャ体験教室」総合体育館第三体育室



●ボッチャくにたちカップ2022 ～16チーム参加～

令和4年12月17日(土)くにたち市民総合体育館で「ボッチャくにたちカップ2022」を開催しました。これは、東京都市町村ボッチャ大会(令和5年1月開催)の国立市代表を決める予選会を兼ねた大会です。

参加チームは16チーム。しょうがいのある人のチーム、家族チーム、小学生チーム、高校生チーム、老人会・自治会チームなどさまざまで、スポーツ競技でこれだけの多様なチームが、ハンデなしのルールで試合をするのは非常に珍しいことです。

試合形式は、予選リーグで16チームを4組に分け、各組4チームの総当たり戦を行い、各組1位・2位の8チームが決勝トーナメント戦を行いました。

大会の結果、優勝は「北一丁目」、準優勝は「HYÖ TARŌ」で、ともに小学生の家族チームでした。

「ボッチャくにたちカップ」総合体育館第一体育室



●東京都市町村ボッチャ大会 ～48チーム参加～

令和5年1月28日(土)立川市泉市民体育館で開催され、多摩地域27自治体から48チーム200人が参加。

国立市からは「ボッチャくにたちカップ2022」で優勝した「北一丁目」、準優勝した「HYÖ TARŌ」の2チームが参加し、ともに予選リーグを勝ち上がり16チームによる決勝トーナメントまで進出しましたが、惜しくも上位入賞はできませんでした。

【森本・保坂】

「東京都市町村ボッチャ大会」立川市泉市民体育館



◆ファミリーソフトボール教室

開催日：令和4年11月13日(日) 場 所：東京女子体育大学(ソフトボール場)

参加者：小学生(1年生～3年生)と保護者(22組44名)

小学生と保護者のペアで参加するファミリーソフトボール教室は、東京女子体育大学の准教授である、佐藤理恵先生に指導をお願いしました。日本ソフトボール協会公認のスポンジ製(子ども専用)ボールを使用し、グローブを使わず素手で扱う、新しい指導法を実践してくれました。

☆ スローイング：ペアが近い距離でアンダースローのキャッチボール練習から、少し離れてオーバースローと両手でボールをキャッチする練習。

☆ バッティング：ゴム製バットを使用してネットに向かって打つ、ティーバッティングとトスバッティングとの二か所に分かれて、ローテーションで練習。



子ども達は休憩時間に新しく整備された人工芝の上で、寝転んだり、でんぐり返りしたりして大喜びでした。また、市内の未来高校の生徒と先生方が補助員として用具の準備から、ボール拾いまでお手伝いしていただき、大いに助かりました。

最後に、佐藤先生がお持ちの、2008年北京オリンピックの金メダル、東京2020オリンピック競技大会の聖火リレー用のトーチをみんなに持たせてくれて、ファミリーと並んで記念写真撮影にも快く応じてくれました。【浜田】

◆ファミリーフェスティバル/ミニ体力測定

令和5年5月5日(金) 国立市体育協会、くにたち文化・スポーツ振興財団共催のファミリーフェスティバルが開催され、多くの方が参加されました。合計25種類のアトラクションのうち、スポーツ推進委員に実施協力を依頼されたのは「ミニ体力測定」です。長座体前屈・握力・立ち幅跳び・反復横とびの4種目を会場で測定し、上体起こしは参加者との近接回避のため、各参加者の家庭で行っていただきました。コロナによる中断を経て4年ぶりの開催でしたが、合計148名の参加者は自身の記録に一喜一憂しながら楽しんでおられました。来年も開催予定となっておりますので、皆様の挑戦をお待ちしております。【荻原・武政】

今年は柔らかくなっているかな？



コロナで3年計測できませんでした。

◆「スポーツ推進委員」って何？

スポーツ推進委員とは、スポーツ基本法にもとづき、各市町村より非常勤特別職として委嘱され、市民のスポーツの普及と振興を図るため活動しており、国立市では12名が委嘱されています。

＜研修会＞ 国立市スポーツ推進委員は年間を通じて各種の研修を重ねて、市民のためにスポーツ指導・アドバイスなどお役に立てるよう日々研鑽を重ねています。

- ★令和4年度ニュースポーツ「ベースボール・ファイブ」研修会（6/25 会場：大森スポーツセンター）
- ★地域スポーツクラブシンポジウム「部活動地域移行について」研修（7/3 会場：主婦会館プラザエフ）
- ★健康運動プログラム「障がい者への運動指導の指導能力向上」（8/27 会場：くにたち市民総合体育館）
- ★令和4年度実践型WS アスリートが摂るべき栄養素と食事メニュー（9/6 会場：立川商工会議所）
- ★スポーツボランティア講習会【入門編】（9/18）、【体験編】（10/1 会場：東京都障害者総合スポーツセンター）
 - ・障害者の使用する競技用の車いすでスラローム、競走、バスケットボール、バドミントンの体験
- ★第8ブロック実技研修会「クップとノルディックウォーキング」（10/30 会場：武蔵村山市立第一小学校）
- ★第63回全国スポーツ推進委員研究協議会滋賀大会（11/17 会場：滋賀県草津市 YMIT アリーナ）
 - ・『わた SHIGA 輝く未来のために』～スポーツでつながる喜びを～全国スポーツ推進委員協議会功労賞受賞
- ★東京都地域スポーツ支援研修会【市町村部】（2/11 会場：立川市女性総合センター『アイム』）

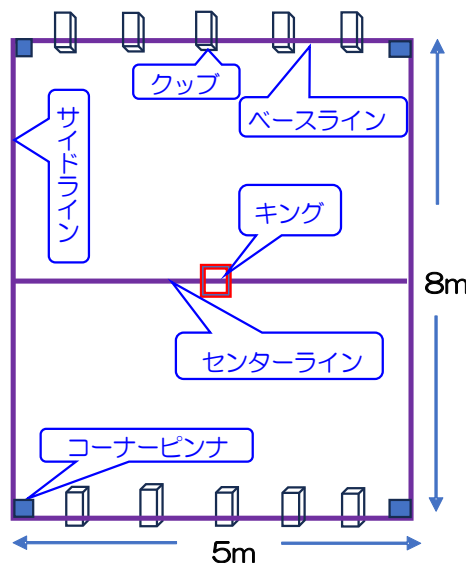
◆ニュースポーツ紹介「クップ」

《日本クップ協会公認用具を使用する》



- ★キング (9×9×29cm) = 1個
- ★クップ (7×7×15cm) = 10個
- ★カストピンナ
(直径4.5cm、長さ30cm) = 6本
- ★コーナーピンナ
(2×2×30cm) = 4本

クップを倒すのはなかなか難しい…
難しいけれどハマります!!



秋晴れて、すがすがしい日。
気持ち良く実技研修会ができました。



第8ブロック実技研修会にて

「クップ」はスウェーデン発祥の屋外スポーツです。木材でできた道具を使用します。カストピンナ(丸棒)をアンダースローで投げ、自陣(ベースライン)から8m先のクップを倒すのは至難の技。芝生の上では思うように転がらず、またそこが面白いところです
【浜田】

発行 国立市教育委員会教育部生涯学習課 編集 国立市スポーツ推進委員会

〒186-8501 国立市富士見台 2-47-1

お問合せ 電話 042-576-2107(直通)

国立市スポーツ推進委員
ホームページQRコード



Enjoy Sports