

令和3年度活動について

総務部

- ・スポーツ推進委員が「新たな生活様式」の中で実施できるスポーツの知識とノウハウを身につけられるよう支援します。
- ・区民がコロナ渦の中でも安心して運動ができる環境を考えます。
- ・今年度は練馬区スポーツ推進委員会が主体で開催する広域地区別研修会(第4ブロック)があることから重要であるため、研修の実施など日々の活動を大切にしていきます。

事業部

- ・区民向けにねりまの魅力をお伝えするため、練馬区特産物やねりコレ掲載商品などを巡るウォーキング事業を行います。
- ・障害者福祉サービス利用者の活動に参加し、障害者がスポーツを行う環境について考えます。
- ・SSC(区内総合型地域スポーツクラブ)のイベントに協力参加し、地域におけるスポーツ活動を盛り上げます。

広報部

- ・スポーツ推進委員会の各事業取材します。
- ・スポーツかわら版の発行とホームページの充実を図ります。
- ・2年間の活動報告「あゆみ」の編集および発行します。



部会活動の様子

身近なところでスポーツを！！

コロナ禍の自粛生活による運動不足が大きな問題になっています。身近なところで体を動かし、心も体もリフレッシュしませんか。

道具が無いなんて言わないで！新聞紙でフライングディスクを作ってみましょう。自分で作ると、投げたくなります。運動嫌いの方も、きっと体を動かしたくなるはず。作り方は「**手作りフライングディスク**」とインターネットで検索してください。新聞紙と風船があればいろいろことができます。風船バレーボール？風船野球？風船テニス？遊び方は自由です。なんだか子どもだましのようですが、やってみると意外に楽しくて、はまってしまいます。

練馬区内には**自然、文化、歴史、農や食、魅力を感じる場所**がたくさんあります。自宅の周りを散歩してみると、未だ知らなかったことを発見できるかもしれません。

その他、前ページに掲載した「**公園でのラジオ体操**」など探してみると自宅の周りでもやっているかもしれません。インターネットで検索すると、色々なスポーツが紹介されているため、自分に合ったスポーツを見つけてチャレンジしてみましょう。



編集後記：「スポーツかわら版」をご愛読いただきありがとうございます。「誰に向けたかわら版なの？」そんな基本的な疑問から、20号の編集会議は始まりました。私たちとしては多くの区民に手に取ってもらいたい！そんな思いで今号のかわら版を作りました。今後も多くのスポーツ情報を届けていきたいと思っております。なお、過去の発行分は練馬区ホームページからご覧頂けます。今後ともスポーツ推進委員会の活動に、ご理解とご協力をお願いいたします(H.S)

スポーツを、いつでも、どこでも、いつまでも

第20号

令和3年3月31日発行

トピックス

オリンピック・パラリンピック
令和2年度活動報告
耳寄りな情報コーナー
令和3年度活動について



らぼ

編集・発行：練馬区スポーツ推進委員会
問合せ先：練馬区スポーツ振興課振興係
TEL：5984-1948
FAX：5984-1228

東京2020オリンピック・パラリンピック

今年は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会が開催予定です。当大会で行われる種目のうち「射撃競技」が練馬区近隣の陸上自衛隊朝霞訓練場で行われます。オリンピック・パラリンピックの射撃競技は参加国が多く、世界的にとってもメジャーな競技です。



オリンピック射撃競技は、1896年の第1回アテネオリンピックから正式競技となっています。大きくは「クレー射撃」と「ライフル射撃」に分けられ、さらに標的までの距離、使う銃の種類などにより種目が分かれています。

パラリンピック射撃競技は、1976年大会から正式競技となっています。選手の障がいの程度ならびに手または腕で銃を保持できるかどうかを基準とし、3つのクラスに分けられています。さらに、オリンピック同様に銃の種類や標的までの距離などによりさまざまな種目があります。

聖火リレーは3月25日に福島県から始まり、7月17日に練馬区にやってきます！区内では石神井公園駅を出発し、主に富士街道と目白通りを走り、セレブレーション会場となる練馬総合運動場公園に到着します。ぜひ、皆さんもオリンピック・パラリンピックを応援しましょう！



令和2年度を振り返って

スポーツ推進委員会
会長 大野 均

私ども練馬区スポーツ推進委員会では、このコロナ禍において、区民の皆さまおよび委員の健康と安全を最優先に考え、感染防止に努めてまいりました。

その状況のなか令和2年度においては、自主研修会、区民歩行会、ねりすぽフェスティバル、エンジョイスports DAYの開催をす

ることができました。催行にあたっては三密の回避や消毒、マスクの着用などを各委員が自覚し、臨機応変に対応することができました。こうした献身的な姿勢は、以前と少しも変わることはありませんでした。

残念ながら中止となった事業もありましたが、区民のスポーツ機会の創造という大きな使命に対して、各委員がそれぞれの立場において少しもぶれることなく真摯に向き合うことができた1年だったと思います。

これからの時代、いかに活動していくのか、皆で考え、協力していきたいと思っております。そして、やりがいのある充実した年度になることを願っております。

令和2年度活動報告

区民歩行会

令和2年10月25日(日)に飯能～高麗で実施した区民歩行会は、真っ青で雲一つない晴天に恵まれました。26名の参加者は皆さん健脚揃いで、途中離脱者が出ることなく、秩父路の歴史と季節を感じながら全行程を踏破しました。

天覧山からは富士山を望むことができ、ウォーキング途中で四里餅を食したりしました。また巾着田では、昼食を兼ねた自由時間を家族や友達と過ごすことができましたように充実した歩行会となりました。

急遽訪ねることになった「古民家」では、歴史ある建物を参加者皆さんが興味深く見学しました。



天覧山山頂からの富士山



ドレミファ橋を皆で渡りました

ねりすぽフェスティバル

令和2年11月3日(祝)に、都立光が丘公園けやき広場に於て区内スポーツ団体の協力で行いました。

With コロナにおいても、お天気の良い日は外で十分に体を動かすことは重要です。そのため、健康増進とストレス解消には程よいニュースポーツ体験を区民に提供することができました。参加者はターゲットバードゴルフ・グラウンドゴルフ・輪投げ・ポッチャ・ラダーゲッター・ノルディックウォーキング等多彩なスポーツの体験を楽しみました。



参加者と一緒にノルディックウォーキング!

こどもアウトドア体験教室

令和3年3月7日(日)に都立光が丘公園で半日のアウトドア体験を企画していましたが、残念ながら中止になりました。この教室は、夏休みのわんぱくキャンプが中止になり、少しでも子どもたちのためになればとスポーツ推進委員会で何度も意見交換し、企画したものです。

令和3年度は新型コロナウイルス感染防止対策をしながら、子どものアウトドア体験の場としたいと思っています。



わんぱくキャンプの様子

スポーツ推進委員会自主研修会

令和2年11月23日(祝)に練馬区役所本庁舎多目的会議室にて、自主研修会を行いました。日本フライングディスク協会の諸岡文男会長を講師にお迎えし、「with コロナ時代におけるスポーツ」をテーマに講演をしていただきました。また、実技「IOC・IPC承認スポーツフライングディスクの楽しみ方」では、スポーツ推進委員29名が6チームに分かれ、実際にディスクを投げ、いろいろな飛ばし方や的当てなどを体験しました。的当ては人類の本能、当たるとうれしいものですね!他にも様々な楽しみ方があることを学びました。



中央的的を狙ってフライングディスクを投げました

地域のスポーツイベントに協力参加しました

親子グラウンドゴルフ大会

令和2年11月15日(日)に、大泉さくら運動公園芝生広場でSSC大泉主催で行われました。スポーツ推進委員会のほか、SSC光が丘、SSC桜台が協力団体として参加しました。

参加者が101人となり、多くの方に楽しんでいただきました。またスポーツ推進委員は、審判をしながらホールアウトまで参加者と一緒に回りました。天候にも恵まれ、コースを回る親子の笑顔、笑い声にあふれた楽しい一日でした。



グラウンドゴルフを楽しんでいます

耳寄りな情報コーナー

都立大泉中央公園でラジオ体操

毎朝6時と7時になると、自動でラジオ体操の音楽が流れます。6時半には個人でラジオを持参し、NHKの放送を流していますので、一緒に体操が出来ます。どの回とも、時間になると参加者が三々五々集まり、終わると散って行きます。ラジオ体操に参加した後は、公園内をウォーキングするなど、皆さん自由に運動しています。



早朝の都立大泉中央公園の様子