

加須スポーツ推進委員だより

令和3年3月発行

深いご理解とご協力をよろしく願います。

今後ともスポーツ推進委員協議会の活動に対し、

スポーツを推進してまいります。

より多く皆さんに提供できるよう活動し、加須市の

スポーツをする機会を

うすれば出来るか」を考え、スポーツをする機会を

ナ禍では何もできない」ではなく「コロナ禍でもど

これからスポーツ推進委員協議会としては「コロ

環境を作りたいと思っています。

のみなさんが安心して、安全にスポーツに親しめる

しい生活様式の中で人のつながりを大切にし、市民

スポーツ推進委員一人ひとりが現状を認識し、新

頭に置かなければいけません。

ルディスプレイを守り感染予防ができるかを常に念

くマスク着用、消毒、換気を心がけ、いかにソーシャ

スポーツ活動においても、これまでどおりではな

ないのかもしれない。

「新たな生活スタイルの構築」を考えなくてはいい

今後、私たちはこれまでの日常の生活ではなく

活動ができない状況がつづいております。

拡大による「緊急事態宣言」でなかなか思うような

任期がスタートし、新任11名を加えた52名体制で活

動を始めるはずでした。その矢先の新型コロナウイルス感

染拡大による「緊急事態宣言」でなかなか思うような

活動ができない状況がつづいております。

今後、私たちはこれまでの日常の生活ではなく

「新たな生活スタイルの構築」を考えなくてはいい

ないのかもしれない。

スポーツ活動においても、これまでどおりではな

くマスク着用、消毒、換気を心がけ、いかにソーシャ

ルディスプレイを守り感染予防ができるかを常に念

頭に置かなければいけません。

スポーツ推進委員一人ひとりが現状を認識し、新

しい生活様式の中で人のつながりを大切にし、市民

のみなさんが安心して、安全にスポーツに親しめる

環境を作りたいと思っています。

これからスポーツ推進委員協議会としては「コロ

ナ禍では何もできない」ではなく「コロナ禍でもど

うすれば出来るか」を考え、スポーツをする機会を

より多く皆さんに提供できるよう活動し、加須市の

スポーツを推進してまいります。

今後ともスポーツ推進委員協議会の活動に対し、

深いご理解とご協力をよろしく願います。



加須市スポーツ推進委員協議会
会長 秋葉正之

あいさつ

ポッチャってなに？

意味します。最初に投げるジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競う競技です。バドミントンコート大の平面のコートを使います。ボールの大きさは、女性の握りこぶしくらいで重さは275グラム程度。革製で完全な球型ではないため、偶然性も加わりゲームに面白さを与えます。ボールの投げ方に決まりはなく、投げたり転がしたり、足で蹴ってボールを転がしてもOK。見た目には激しい運動ではありませんが知的な戦略とそれを実行する技術力、集中力が求められます。障がいのある方もない方も楽しめる競技なので面白さをぜひ体感し、同時に東京パラリンピック競技の種目でもあるので楽しさを共感できるかもしれませんね。

加須支部の梅澤です。「ポッチャ」とは古代ギリシャの球投げを起源とし、イタリア語で『ボール』を意味します。最初に投げるジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競う競技です。バドミントンコート大の平面のコートを使います。ボールの大きさは、女性の握りこぶしくらいで重さは275グラム程度。革製で完全な球型ではないため、偶然性も加わりゲームに面白さを与えます。ボールの投げ方に決まりはなく、投げたり転がしたり、足で蹴ってボールを転がしてもOK。見た目には激しい運動ではありませんが知的な戦略とそれを実行する技術力、集中力が求められます。障がいのある方もない方も楽しめる競技なので面白さをぜひ体感し、同時に東京パラリンピック競技の種目でもあるので楽しさを共感できるかもしれませんね。

からだサポート通信

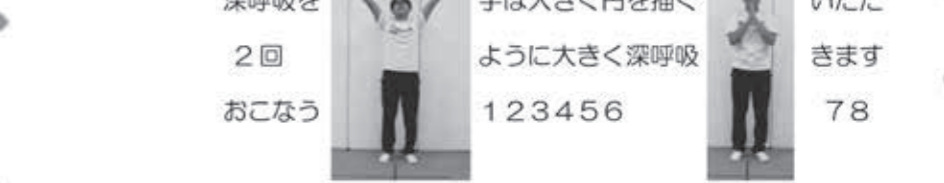
有酸素運動で認知症予防 加須うどん体操

「有酸素運動」で「脳の血流」を増やし「記憶力」を鍛える体操です。体操の間は足踏みし、動きを意識しながら楽しく行いましょう！前回の動きに続いて最終回は、ゆでる・できあがりの体操を掲載します。

<ゆでる>足を斜め前に踏み出し、手は肩と同じ高さで大きな円を描くように動かす



<できあがり> 深呼吸を2回おこなう



市のホームページでは、体操のチラシを見ることができ、動画の配信もしています。興味のある方は加須市高齢者福祉課・各総合支所市民福祉健康課までお問合せください。

○体操指導・監修（中田病院）理学療法士 大塚幸永、中島謙悟、伊藤祐太

受賞おめでとうございます

埼玉県スポーツ推進委員表彰 二〇二〇年勤続表彰



これまでの功績を高く評価されそれぞれの賞を表彰されました。おめでとうございませす。

各支部のスポーツ推進委員を紹介します



加須支部



騎西支部



北川辺支部



大利根支部

編集・発行
加須市スポーツ推進委員協議会
（事務局・加須市教育委員会スポーツ振興課内）
埼玉県加須市下三俣五九〇番地
電話 ○四八〇一六二一六二三

主な主催・協力行事等
（内は開催地）
〔6月〕 加須地域フロアカーリング大会（加須）
〔6月〕 Do You スポーツミックス①②③（大利根）
〔7月〕 ウォータースポーツ教室（北川辺）
〔7月〕 ウォータースポーツ教室（北川辺）
〔10月〕 渡良瀬遊水地まつり（北川辺）
〔11月〕 ニュースポーツ体験会（加須）
健康づくりウォーク（北川辺）
ふじの里ウォーク（騎西）
ニュースポーツ教室（北川辺）
〔12月〕 加須こいのぼりマラソン大会（加須）
〔1月〕 加須市フロアカーリング大会（騎西）
〔3月〕 加須ふじの里駅伝大会（騎西）
童謡のふる里おとね菜の花ウォーク（大利根）
市民の皆様が気軽に参加できますので、ぜひお越し下さい。
詳細は、協議会事務局（左記連絡先）までお問い合わせ下さい。

主な研修事業
〔6月〕 関東スポーツ推進委員研究大会
北埼玉地区スポーツ推進委員ブロック研修会
〔11月〕 全国スポーツ推進委員研究協議会
〔未定〕 加須市スポーツ推進委員自主研修会

《令和3年度活動予定》

～ スポーツ推進委員

各支部の活動紹介～

※今年度はコロナ禍で開催できなかったものもあります。

(北川辺支部)

松橋支部長からひとこと：9人の推進委員でスポーツの普及・推進に努めていきます。

●共催事業 **ウォータースポーツ教室(カヌー&ヨット)**

渡良瀬遊水地の恵まれた自然環境を活かし、7月に北川辺ウォータースポーツクラブの指導の下、渡良瀬遊水地を会場にカヌー&ヨット教室を行っています。スポーツ推進委員は、講座の補助等を行っています。

●共催事業 **ニュースポーツ教室**

体力増進・健康維持の向上と、スポーツによる親睦及び交流を深めることを目的に、11月から12月にフロアカーリングとディスコン教室を開催しています。スポーツ推進委員はディスコンの指導を行っています。



カヌー教室



ディスコン

(大和支部)

山下支部長からひとこと：推進委員11人協力してスポーツの普及に頑張ります。

●主催事業 **Do You! スポーツミックス**

『いつでも、どこでも、みんなでスポーツ』をテーマに、年6回(6月～11月毎月1回)、楽しくいろいろなスポーツを行っています。

体を動かす楽しさと地域の仲間とのふれあいの場として、“気軽に参加”してもらい、体力・健康づくりを推進するとともに、スポーツによる親睦や交流を深めることを目的に実施しています。

対象者は市内在住、在勤、在学する小学4年生以上の方で、種目はフロアカーリング、スポーツウエルネス吹矢、卓球、ミニテニスなどを行っています。



スポーツウエルネス吹矢



フロアカーリング

(加須支部)

秋葉支部長からひとこと：推進委員22人でだれもが参加できるスポーツの推進に努めます。

●主催事業 **加須地域フロアカーリング大会**

6月と11月の年2回、健康増進、体力の向上、生きがいづくりを図ることを目的に、加須地域のフロアカーリングチームを中心に大会を開催しています。

●協力事業 **ワークスみぎわ活動支援**

年に6回奇数月の第2水曜日に、障がい者就労支援施設ワークスみぎわの皆さんとスポーツと一緒にを行っています。バドミントン、ミニテニス、四面卓球バレー、今年度よりポッチャも加わり、楽しみながら活動しています。



加須地域フロアカーリング大会



ワークスみぎわ四面卓球バレー

(騎西支部)

内海支部長からひとこと：10人の推進委員で力を合わせ頑張っています。

●主催事業 **みんなでスポーツ! 「なんでもアリーナ」**

スポーツに親しむ仲間を増やし、「する」「見る」「支える」といったスポーツ活動を展開することを目的に、7月中旬から下旬頃に、騎西総合体育館(ふじアリーナ)を会場に、スポーツ競技団体や騎西中学校の生徒からボランティアを募り開催しています。

対象者は市内在住、在勤者(在学含む)で、種目については、推進委員の会議で意見を出し合い決定、フロアカーリング、ミニテニス、卓球、バドミントン、ヘルスパレーボール、四面卓球バレー、フライングディスクなどを行っています。



四面卓球バレー



ビーチバレーボール