

## 加東市ふるさとハイキング開催のお知らせ

### ニュースポーツとミニウォークラリー体験 ～ 新たな発見、楽しく交流～

今回のふるさとハイキングは、加東市スポーツ推進委員会、小学生チャレンジ教室、サンサンチャレンジ及び加東市老人クラブ連合会のご協力で開催します。

晩秋の澄んだ空気の中で、ニュースポーツとミニウォークラリーを楽しみながら、世代を超えた参加者間の交流も図っていただきたいと思います。ぜひ、ご参加ください。

**実施日** 平成28年11月27日(日曜日)  
**場所** 兵庫県立嬉野台生涯教育センター(加東市下久米1227-18)  
**参加資格** 小学生以上。加東市在住・在勤・在学の方  
(小学1年～3年生は保護者同伴とします。)

※6月のスポーツ推進委員会だより(第3号)にて、加東市ふるさとハイキングの開催を11月20日(日)予定と掲載しましたが、上記のとおり変更になっています。

募集方法など詳しいことは、ケーブルテレビ・ホームページ・11月広報紙でお知らせします。

#### 〈 お問い合わせ先 〉

加東市スポーツ推進委員会事務局 滝野総合公園体育館スカイピア内  
電話:0795-48-2566 FAX:0795-48-2744

## 無料! ニュースポーツ用具の貸出し

### & 出前講座のご案内

滝野総合公園体育館スカイピアにて、各種ニュースポーツ用具の無料貸出しを行っております。個人でも団体でも貸出しできます。

また、指導員が必要な場合は、調整の上、スポーツ推進委員を派遣させていただきます。(調整がつかずお断りする場合があります。)こちらも費用は必要ありません。地域でのサロンやレクリエーション等に、ぜひご活用ください。

やってみよう!



- ・囲碁ボール、
- ・クロティター、
- ・シャフルボードなど...



## 加東市スポーツ推進委員募集中!!

(お問い合わせ先)

加東市スポーツ推進委員会事務局  
滝野総合公園体育館スカイピア内

# ALLかとう スポーツニュース



加東市マスコットキャラクター  
加東伝の助

— 加東市スポーツ推進委員会だより —

第4号 2016.11.1  
発行: 加東市スポーツ推進委員会 広報部

加東市の皆さん、こんにちは!今年の夏は、リオオリンピック・パラリンピックでの日本選手の活躍、メダルラッシュに、日本中が熱気と歓喜に包まれました。皆さんの周りでも、オリンピックやスポーツの話題で盛り上がったのではないのでしょうか?4年後、2020年の東京開催が本当に楽しみです。

加東市スポーツ推進委員会では、より多くの市民の皆さんにスポーツに親しんでいただけるよう、体力測定イベントやニュースポーツ出前講座などの活動に取り組んでいます。本号では、上半期の活動報告と共に、各種ニュースポーツを紹介しています。

ニュースポーツは、ルールも簡単なので、年齢に関係なくだれでも楽しめるスポーツです。身体にハンディがある方も一緒に楽しんでいただけるものもあります。興味をもたれた方は、事務局(滝野総合公園体育館スカイピア内 48-2566)まで、お気軽にお問い合わせください!



## 第10回 加東市ふれあいパラリンピック

6月25日(土)スカイピアにて、第10回加東市ふれあいパラリンピックが開催されました。今回は過去最高の108名もの方が参加され、赤・青・白・黄の4チームに分かれての玉入れや鯉のぼりつり競走など、各競技で熱戦が繰り広げられました。

昨年からの競技種目に加わったフライングディスクでは、ディスクがゴールリングを通過する度に「ナイススロー!」の音が響き渡りました。失敗しても「残念」「おいしい!」との温かい声援があり、支えるスタッフや応援メンバーも競技者と一緒に楽しめました。



お昼休憩後のアトラクションでは、シッティングバレーボールの実演と体験会を行いました。シッティングバレーボールは、座ってお尻を床につけたまま行うバレーです。サーブ、ブロック、アタックなどをする時に、立ち上がったたり、跳びはねると反則になります。お尻をつけた状態でアタック!ブロック!は迫力がありました。



推進委員は、大会に向けての企画、当日の準備、運営、MC、競技のデモンストレーションなど、サポートをさせていただきました。来年度も参加者の皆さんと共にもっと楽しめる大会にしていけるよう、頑張りたいと思います!





立幅とび



上体起こし



長座体前屈



反復横とび



握力

実施から3年目を迎えた「ALLかとうスポーツDAY～体力測定だよ！全員集合!!～」。平成28年度の第1回は6月26日(日)に滝野会場(スカイピア)で、第2回は9月4日(日)に東条会場(東条第一体育館)で開催しました。

今年度も小学生から70代まで幅広い年代の方々に参加をいただいています。「新記録を出したい!」と、記録更新に意欲的に挑戦される参加者もおられます。年代・男女別で最高記録を残していますので、回数を重ねても最高記録が毎回更新されます。

種目別最高記録更新の方には、記念品を贈呈しています。皆さんの挑戦をお待ちしています☆

ケーブルTVのカメラさん 飛び入り参加で  
自身の記録を更新  
小学生も  
親子で  
家族で

**ALLかとうスポーツDAY**  
～体力測定だよ！全員集合!!～

最高記録更新の方々です!

各回終了後には振り返りを行い、バージョンアップを図っています。その中で、体力測定と併せて、ニュースポーツ体験コーナーの充実も考えています。誰でも気軽に楽しめるニュースポーツは、体を動かすきっかけになるはず。会場のニュースポーツ体験にも、家族で、親子で、友人と... 気軽にお越しください。

### クオリティ (6月スカイピアにて実施)

アメリカの「ホースシュー」と日本の「輪投げ」を組み合わせて作られた最新の輪投げ競技です。

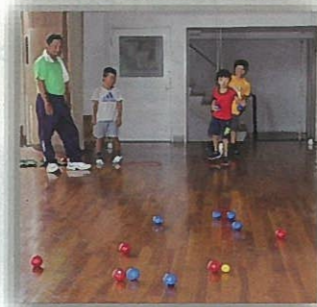
リングが目標棒に入らなくてもリングの一部が得点盤内にあれば得点となり、すでに投げられた味方のリングを有利にしたり、相手リングを不利にしたりするのが面白いところです。ルールも簡単なので子どもから高齢者まで、誰でも楽しめる健康スポーツです!



### 室内ペタンク (9月東条第一体育館にて実施)

通常のペタンクは金属ボール(ブール)を使用しますが、室内ペタンクは、特殊な軟らかいボールを使用。最初に黄色の目標球(ピュット)を投げて的を決め、それに向かって赤と青のボールを投げあい、より近づけることによって得点を競うゲームです。少しのスペースで気軽にプレーできます。

相手ボールに当ててはじき飛ばしたり、味方のボールを押し出すように当てて目標球に近づけたりするなど、常に大逆転の可能性があり、たった1球で形勢を有利にできたり大量得点をとったりするところに面白さがあります。思い通りの投球ができたり、作戦が的中した時には、この上ない爽快感が!!



オープニングでは、南山子ども太鼓「M'Smile 南山笑顔」が太鼓演奏を披露してくださいました♪

## 平成28年度 東播磨・北播磨地区 研修事業兼生涯スポーツ指導者講習会 in 加東

7月16日(土)加東市にて、東・北播磨地区スポーツ推進委員研修事業兼生涯スポーツ指導者講習会を開催しました。この研修は、地域の実情に応じてスポーツ本来の楽しさを、適切かつ安全に指導できる指導者の養成と資質の向上を図ることが目的で、近隣市町より100名近いスポーツ関係者にご参加いただきました。

午前の部は、京都医療センター臨床研究センター予防医学研究室研究員の同道正行氏に、「スポーツ推進委員と行政の連携について」とのテーマでご講演いただきました。

加東市のスポーツ推進委員会とサンサンチャレンジ、小学生チャレンジ教室とのコラボ企画ハイキングなどを紹介していただき、他市からの参加者からは、「参考にしたい」との感想や、「うちの市では企業とタイアップしたウォーキングイベントを開催している」とのケース紹介などもありました。

午後の部は、兵庫県障害者フライングディスク協会の方々にご協力をいただき、フライングディスクの実技研修を行いました。

研修会で学んだことを、今後の活動に活かしていきたいと思っております!

### フライングディスク研修の様子



シャフルボードは、コートの反対側にある得点源に向かって、ディスク(円盤)をキュー(細長い棒)で押し出すようにシュートし、得点を競うゲームです。一度得点エリアにディスクが入っても、相手のディスクに押し出されると0点やマイナス得点になってしまうことがあり、微妙な駆け引きも楽しめます。運動量が少なく、力も必要としないので、年齢や性別による実力差がほとんどなく、幅広い世代で手軽に楽しめるニュースポーツとして人気です。

推進委員からのルール説明後、子どもと大人混合の数人のグループに分かれて対戦スタート!最初は得点源に向かってディスクを押し出すだけだった方も、回を重ねて慣れてくると、「あれを弾いて…」と作戦を立てて挑戦されていました。得点記録係に着いた推進委員から狙い所のアドバイスもさせていただきましたが…狙いが外れてマイナスエリアに入ってしまったたり、思いがけず高得点エリアにすべり込んで一発逆転の展開もあり、あちらこちらで歓声と悲鳴(!?)があがっていました。

### 7月3日(日) 栄枝地区3世代交流会へ シャフルボードの出前講座



### 9月17日(土) 社小学校区の老人クラブ連合会で行われた

### 囲碁ボール体験会をサポート

囲碁ボールは、縦横それぞれ7本の線からなる碁盤の目に49個の穴(くぼみ)があいた専用マットを使います。スティックで碁盤の目の穴を目掛けて硬質プラスチックボールを打ち、並べる競技です。1局(1ゲーム)10球ずつで競い、五目並べのように、縦・横・斜めに三連、四連、五連と並ぶ数が多い方が勝者となります。個人でもチームでも楽しめるニュースポーツです。

「この日が初めての体験!」という方がほとんどで、朝早くから来て各自練習をされていました。ボールが穴に入ると、「やったー」「気持ちいい」との声が。チームはもとより、対戦相手のチームからも、「すごいな」「上手や」と称賛の声かけがあるなど、和気あい合いの体験会となりました。どのチームも30ゲーム以上たっぷり体験して、帰って行かれました。体験後にある地区の老人会長さんから、「今度いきいき体操の後で囲碁ボールやってみよう」という言葉があり、楽しんでいただけたのではと思いました。



予告

平成28年度  
「ALLかとうスポーツDAY」  
第3回  
平成29年2月19日(日)  
社会場(社小学校体育館)

今年度の『ALLかとうスポーツDAY』はラスト1回。初めて参加される方はもちろん、2回目、3回目の参加も大歓迎!!この機会にぜひ自分の現在の体力を確かめてみませんか?そして体力作りへの第一歩を踏み出してみませんか?親子や3世代での参加も大歓迎です!

スポーツ推進委員一同、  
皆様のご参加を心よりお待ちしております!