

Let's SPORT!

瀬谷区スポーツ推進委員だより

発行日：平成 28 年 3 月 18 日 瀬谷区承認第 33 号 発行：瀬谷区スポーツ推進委員連絡協議会広報部会 事務局：瀬谷区地域振興課 Tel367-5694

■平成27年度 横浜市スポーツ推進委員大会



横浜副市長挨拶

1月17日(日)、横浜市スポーツ推進委員大会が関内ホールで開催されました。この式典は一部と二部で構成され、一部は横浜市スポーツ推進委員として永年ご尽力いただいた方々を表彰する式典で、区内から7名が表彰されました。

二部は、横浜マラソンや日本テレビ「24時間テレビ」のマラソンプロデューサーとして歴代のタレントランナーを指導し完走させてきた名コーチの坂本雄次氏による「なぜ24時間マラソンランナーは完走できるか？ 今、求められる推進力」の講演がありました。(担当 石山)



坂本雄次氏

横浜市永年勤続表彰			
横浜市永年勤続表彰	15年	福井 叔子	阿久和北部
		鈴木 茂	瀬谷第二
		高崎 純二	瀬谷第二
	20年	佐々木 好美	南瀬谷
		横野 晃	三ツ境
	30年以上退任	若林 香	三ツ境
東 親宏		南瀬谷	
関東スポーツ推進委員協議会表彰			
菅 芳則		瀬谷第四	
横浜スポーツ普及功労賞			
菅 芳則		瀬谷第四	
区体協 体育功労者表彰			
上田 敏彦		瀬谷第一	

(敬称略)

■第46回瀬谷区マラソン大会



一般男子10km 優勝
横浜隼人高校 安藤選手

1月24日(日)第46回瀬谷区マラソン大会が、瀬谷中学校を会場に海軍道路を中心としたコースで行われました。前日までの天気予報は雪で開催が心配されましたが、当日はやや風が強かったものの快晴でした。約900人の参加者は、3km・5km・10kmの距離で健脚を競いました。この大会の参加者は区内在住、在学、在勤で、中には各地の大会に出場するランナーもいます。一般男子の部10kmでは横浜隼人高校陸上部所属の安藤海選手が2位以下に30秒以上の差をつける圧勝でした。スポーツ推進委員は早朝より警備を担当し、安全な大会運営を心がけていました。(担当 鎌田)

■新春 体力チェック



①立ち上がり

1月15日(金)瀬谷区役所にて体力測定が行われ、120名が参加されました。下記6項目の体力チェックを行い最後に各自アドバイスを受けました。(①③は口コモチェック)

- ①立ち上がり(40cm) ②長座位体前屈 ③ツーステップ ④握力
- ⑤全身反応時間 ⑥開眼片脚立ち

筋肉、骨、関節等に障害が起きると将来要介護の危険性が高まってしまいます。予防・改善のためには、毎日の生活習慣や運動が大切になります。(担当 湯谷)

編集後記

今回の瀬谷ふるさとウォーク大会の記事は、いかがでしたか？みなさんの笑顔が印象的でした。次回は、各地区情報を掲載する予定です。(担当 佐藤)

瀬谷区スポーツ推進委員連絡協議会 土居会長に聞く ～スポーツ推進委員の役割～



瀬谷区スポーツ推進委員連絡協議会
会長 土居 義彦

一スポーツ推進委員の役割

平成23年にスポーツ基本法の施行により、それまでの「体育指導委員」から「スポーツ推進委員」に名称が変わりました。それまでスポーツ振興法の下で活動していた体育指導委員は一般的な健康や環境の変化について地域スポーツという形で関わってきましたが、スポーツ推進委員となることで、地域住民に対して生涯スポーツを企画、指導、運営するという役割だけでなく、行政と住民との間に立って、住民の体力づくりや健康づくりに関わる調整やコーディネートをする役割が新たに備わってきたと思います。

一現在の行政との関係

5年ごとに見直されている横浜市地域福祉保健計画は、平成28年度に第3期が始まります。第2期までは社会福祉協議会や地域ケアプラザが中心になっていましたが、第3期を策定するにあたって生涯スポーツ、健康、体力向上という視点で、スポーツ推進委員も計画作成を手伝うようになり2年ほど前から会議に参加しています。このようにスポーツ推進委員による地域での活動の必要性が見直しされています。

一瀬谷区民の健康や体力づくりの現状

子ども達の体力低下は心配な点があり、約10年前から瀬谷区体育協会と協力して取り組んでいることがあります。原小学校、南瀬谷小学校、瀬谷さくら小学校などで、スポーツ推進委員や地域の人が、小学校の中休みに大縄跳びや遠投などの体を使う遊びやお手玉、けん玉などの昔遊びを子ども達と一緒にしています。また、原小学校、阿久和小学校の放課後キッズクラブ、相沢小学校、瀬谷第二小学校などでもさわやかスポーツを取り入れたイベントなどを行って、体を動かす遊びを通して子ども達の体力づくりができるようにしています。

一平成28年度の実践について

ウォーキングについては、「水緑の健康ウォークサポーター会」や「せや・ガイドの会」などと、ウォーキングのネットワークに参加しています。区内のウォーキングイベントの28年度の年間予定を一覧の冊子にして、公共施設に置いています。今後はネットワークの中に瀬谷ふるさとウォーク大会実行委員会にも入って欲しいと考えています。

また、スポーツ推進委員はスポーツ基本法に基づいた地域活動の担い手という役割を十分認識し、研修等によりレベルアップを図りたいと思います。企画では、スポーツ推進委員が生涯スポーツに関わるという立場で地域のスポーツイベントを企画して、何か発信できないかと考えています。実技講習会も今まで以上に充実させていきたいと思っています。

(担当 鎌田)

お知らせ

瀬谷区スポーツ推進委員連絡協議会のホームページが平成28年度に開設されます。地区情報等を発信していく予定です。

<http://seya-sports.net>

第24回瀬谷ふるさとウォーク大会開催

「秋の風を感じて 湘南ウォーク」

前々回は大雪のため中止、前回は途中から冷たい雨に見舞われるなど、2回続けて天候に恵まれなかった大会でしたが、今回は開催時期を11月に変更したことが吉と出て、朝から太陽が顔をのぞかせる絶好のウォーキング日和になりました。

二ツ橋公園からの23kmコースには約250名、湘南台公園からの14kmコースには約200名の皆さまが参加され、湘南海岸公園サーフビレッジを目指し元気に出発、気持ちよくウォーキングを楽しんでもらえました。

アンケートでは、今回と同じ「11月開催」を望む声が圧倒的多数でした。中には「年2回開催してほしい」というご意見もありましたが、次回も11月末か12月初旬に開催したいと考えています。今後も他のウォークイベント主催団体と協力し合いながら、皆さまに参加しやすい大会にしていきたいと考えています。最後に、ご協賛いただいた企業・団体の皆さまに感謝申し上げます。

(大会実行委員長 飯沼 宏氏)

～二ツ橋公園スタート～



23km先の
湘南海岸公園サーフビレッジ
を目指しスタート！！



<まだ前半！足取りも軽く！！>



<ゴール目指してピース！！！！>

～湘南台公園スタート～

ここからは14Km先のゴール目指してスタート！



寒川さんご家族

<今年で3回目！昨年は途中リタイア>



<あずま野野鳥の会の皆さん>

引地川親水公園広場



<高沢さんご家族：今回が初参加！！>



<境川左岸堤防沿>

ゴール！サーフビレッジ



<二ツ橋公園から完歩！
息子さんは一人で13:30にゴール！>

菊地さんご家族



横浜Fマリノスタオル当選者

☆高島 治代さん(左上)

☆宮本 千秋さん(右上)

☆半田 真鈴さん(左)

おめでとうございます！

