

25年度横浜市スポーツ推進委員大会開催

1月19日（日）、横浜市全区のスポーツ推進委員が一堂に会する大会が馬車道の関内ホールで開かれ、第1部の式典では10年以上の永年勤続者178名が表彰されました（写真右）。

続く第2部では、NHKテレビ・ラジオ体操で活躍中の岡本美佳さん（写真左）が、身振り手振りよろしく「ラジオ体操の効果」について講演。おなじみのラジオ体操第1は13の運動パーツから成り立ち、それぞれの運動は何のための運動か？を正しく理解して体を動かすことが大切！とのこと。講演会ながら、マイクを置いて会場全体を巻き込んでの実技指導に発展しました（写真下）。体操に流れるような美しさは不要、鏡に映して号令をかけながらメリハリをつけることが“上達のコツ”だそうです。

熱血指導の前に、聴講者はゆっくりりむ間もありませんでした。（酒井）



おめでとう！瀬谷区表彰者の皆さん

- | | |
|-------------|---------------|
| ■ 15年永年勤続表彰 | 飯沼 宏氏 (阿久和北部) |
| | 後久 康明 (阿久和北部) |
| | 遠藤 勇 (瀬谷第二) |
| ■ 25年永年勤続表彰 | 松木 俊朗 (瀬谷第二) |
| | 菅 芳則 (瀬谷第四) |
| ■ 協議会退任者表彰 | 兼田 治彦 (本郷) |
| ■ 区体育功労者表彰 | 東 親宏 (南瀬谷) |
| ■ 横浜スポーツ表彰 | 土居 義彦 (阿久和南部) |

編集後記

広報部員になって、アッという間に1年が過ぎ、2回目・第14号の広報紙を発行することになりました。当初の編集会議では「第22回瀬谷ふるさとウォーク大会」記事を見開き2ページで掲載する予定でしたが、大会前日（2月8日）の記録的大雪のため中止となりました。急遽レイアウト変更となり、新入部員の私にとってはいい勉強となりました。これからも皆様に興味を持って読んでいただける紙面づくりのため、広報部員一同頑張ります。（後藤）

LET'S SPORT! Vol. 14

////////// 瀬谷区スポーツ推進委員だより //////////
発行日：平成26年5月20日 瀬谷区承認第38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 Tel1367-5694

瀬谷ふるさとウォーク大会 積雪中止

2月9日（日）開催予定だった第22回瀬谷ふるさとウォーク大会（主催：瀬谷ふるさとウォーク大会実行委員会、共催：瀬谷区スポーツ推進委員連絡協議会、瀬谷区役所）は、南岸低気圧の接近による大雪のため残念ながら中止となりました。中止となったのは平成20年以来6年ぶり2回目。

9日当日は快晴となっただけに、前日のドカ雪を大いに恨みたくなる中止決定でした。



中止看板↑を持つ飯沼実行委員長も残念そう→



雪ダルマも怒った？突然の大雪（瀬谷区役所前）

来年こそ！お待ちしております！！

瀬谷ふるさとウォーク大会実行委員長 飯沼宏氏

今回のコースは和泉川、境川、引地川と、自然豊かな川沿いを中心に、「歩きやすい」と好評だった昨年のルートをベースに、一部新しく開通した道路も取り入れるなど、リピーターの方にも変化を実感していただけるようなコースを設定しました。

また、瀬谷区役所の建て替え工事が完了し、4年ぶりに二ツ橋公園で開会式ができるため、実行委員会としても張り切っていたのですが、大会前日から降り始めた「記録的な大雪」のため、中止となりました。

平成20年の第16回大会に続く2度目の大会中止でしたが、今回は前日に中止を決定し、申し込みされた代表者の方々に実行委員が手分けして電話連絡させていただきました。時間の関係で、一部の方には間に合いませんでしたが、大きな混乱もなくホッとしております。

せっかく楽しみにいただいた参加者の皆様には大変申し訳なく思いますが、「中止になって残念、来年また楽しみにしています」という声も多くいただきました。実行委員一同、より充実したウォーク大会にすべく企画を練っていきますので、また次回にご期待ください。



これじゃ歩けない（湘南台公園）



中止でも、実行委員会メンバーがやらなくてはいけないことが山ほど（2月9日当日の区役所会議室）

アルピナ・マヨロワ(ロシア)が優勝

第5回横浜国際女子マラソンの沿道を警備

第5回横浜国際女子マラソンが平成25年11月17日(日)に開催されました。

国内外の招待選手や実業団選手、市民ランナーなど、出場者総勢305人。トップでゴールテープを切ったのは最年長招待選手ロシアのアルピナ・マヨロワ(36)。記録は2時間25分55秒。2位は野尻あずさ(31)でした。

好天ながら海風が強い中、瀬谷区スポーツ推進委員50名は、ゴールを目指すランナーが最後のチカラを振り絞るみなとみらい国際会議場付近(40km地点)を沿道警備。事故もなく無事に終了することが出来ました。(堀田)



激走する選手と沿道警備のスポーツ推進委員

バウンスポールに挑戦

12地区交流会開催

今年も12地区交流会が3月9日(日)に行われました。瀬谷スポーツセンターに80名のスポーツ推進委員が集合。瀬谷区体育協会の指導による「ハマトレ」で体を温めた後、さわやかスポーツ「バウンスポール」に挑戦(写真)。

バトミントン級のコートに低いネット、1チーム3名で、ワンバウンドした軽いボールをアンダーハンドで相手コートにサーブ&レシーブするというルール。あっという間に体が慣れて皆さん大奮闘!

正午からは近隣の集会所でそれぞれの地区活動に関する情報交換会。区内の仲間と一緒に語り、楽しい午後を過ごしました。(岩下)



低いネット! これがバウンスポールだ!!

第33回横浜マラソン開催

来年フルマラソンに衣替え

平成25年12月1日(日)、絶好のコンディションの中、山下公園を発着地点として横浜マラソンが開催。今年は10Kmのみで、全国から6,600名の選手が参加しました。瀬谷区スポーツ推進委員20名は、10km折り返し地点手前を担当、選手の皆さんに声援を送りながら無事沿道警備を終えました。

今後の横浜マラソンは、「市民参加型フルマラソン大会」として衣替え。参加者2万5,000人規模で平成27年3月15日(日)に実施される予定。それに伴いスポーツ推進委員の役割も大きく変わる事が予想されます。(芝本)



このルートを走るのは今回が最後かも?

応援したい・参加したい・みんなで楽しく健康づくり

平成26年度瀬谷区スポーツ推進委員連絡協議会活動予定

日程	行事名	活動内容
平成26年5月18日(日)	世界トライアスロンシリーズ横浜大会	沿道警備
6月14日(土)	健康づくりフェア	運営員
15日(日)	競技審判講習会	区スポーツ推進委員研修会
9月28日(日)	横浜シーサイドトライアスロン	沿道警備
10月19日(日)	瀬谷区スポーツレクリエーションフェスタ	区民の各種目体験会
26日(日)	瀬谷フェスティバル	各種行事の運営
11月9日(日)	瀬谷区ソフトバレー大会	大会の企画運営
16日(日)	横浜国際女子マラソン	沿道警備
12月21日(日)	健康づくりフェア	運営員
平成27年1月18日(日)	瀬谷区マラソン大会	沿道警備
2月8日(日)	瀬谷ふるさとウォーク大会	大会運営全般
22日(日)	瀬谷区インディアカ・カローリング大会	大会の企画運営
3月1日(日)	12地区交流研修会	区スポーツ推進委員研修会
15日(日)	横浜マラソン2015	沿道警備

※その他、随時各地区連合運動会、レクリエーション大会、球技大会、さわやかスポーツ大会を開催

■さわやかスポーツ紹介②■

カローリング

スポーツというと一般的に激しい動きを伴うものが多い中で、このカローリングは激しい動きも力も不要、老若男女、障がいのある方もハンデなく一緒に楽しめる屋内ゲームです。このカローリングは、冬季オリンピックで人気が出た“氷上のチェス”といわれるカーリングからヒントを得て創作されたNEWスポーツです。(写真右)

複数人数でチームを組み、相手チームより沢山得点を得た方が勝ち。相手の得点を妨害したり、次に投げるチームメイトをサポートしたり、様々な作戦がものをいう知的なゲームとして、奥深く楽しめます。

またチーム内ではアドバイス等コミュニケーションの取れるレクリエーション的なスポーツと言えます。ルールは簡単で、すぐ出来ますので皆さんも是非体験し、楽しんで如何ですか。(芝本)



底には3つのローラーが

