

がらっば

八代市スポーツ
推進委員だより

R3.3.1 vol.27

〈編集・発行〉八代市スポーツ推進委員協議会 八代トヨオカ地建アリーナ2階
八代市緑町11-1 Tel 33-4164

いつでも楽しく!いつまでも健康に!!



コロナ禍での生涯スポーツについて

八代市スポーツ推進委員協議会
会長 立本 勝久

これからの生活はどうなるのだろうか? 新型コロナウイルス感染拡大により、不安な生活を強いられることを誰が予測したでしょうか。本来ならば、東京オリンピック・パラリンピックの余韻に浸り、ハイライトシーン等が放映されていることでしょう。ところが昨年、状況は一変し、社会生活、家庭生活、さらにはスポーツ活動等にも大きな影響を及ぼしました。

スポーツ基本法では、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利である」と謳われています。また、スポーツ基本計画では、「成人のスポーツ実施率について、週1回以上が3人に2人、週3回以上が3人に1人」という目標値が設定されていますが、総合型クラブやスポーツクラブなどの自粛又は休止により、スポーツの実施率は低下していると思われます。特に子供の運動能力発達の遅れや、高齢者の運動機能の低下が心配されます。子供の神経系の発達は早く、小学校入学時には成人の90%までに達するといわれています。そのため幼児期に多くの遊びやスポーツを体験することは重要なことです。この時期に十分な発達が来ないと、運動の苦手な子供に育ってしまう可能性があります。

高齢者においては、ステイホームで外出や運動する機会が減ることにより運動機能が低下し、さらに進むと要介護となります。また、人と触れ合う機会も減り、会話しないことで認知症や呼吸器の疾患も心配されます。要介護や認知症予防に役立つ生活習慣では、「毎日の会話」「車の運転」「買い物」「畑や庭の仕事」などが挙げられます。これらの活動は密にならない活動もありますので、是非実践していただきたいと思っています。

これまでスポーツ活動のリスクについては、ケガの防止に重点が置かれ、ウイルスに対しては特段想定されていませんでした。これからはウイルスに対する感染防止に努めながら活動しなければなりません。現段階では、活動の自粛や中止によって回避するしか方法はないかもしれませんが、withコロナにむけてニュースポーツの推進の方法や、ルールの変更を模索するチャンスでもあります。

「大変」は大きく変わるのだと思います。「今何が出来るか」について知恵と経験を集結し、一歩でも生涯スポーツを前進させて行きたいと思います。皆様のご支援とご協力をお願い致します。

今年度はコロナウイルスの影響で開催できませんでしたが、
来年度は是非とも開催したいと考えております!!

※これは昨年度開催する際に発行したチラシです。

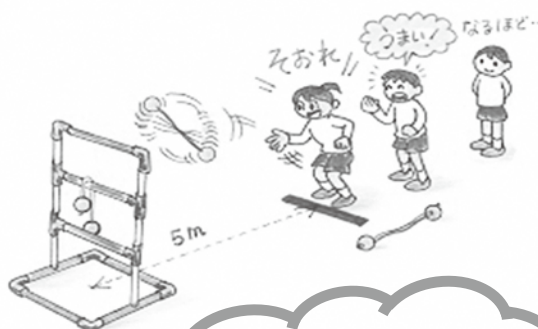
＜主催：八代市スポーツ推進委員協議会＞

仲間と楽しみながら体力づくり!! チャレンジ・ザ・ゲーム大会 参加者募集!

チャレンジ・ザ・ゲームは、仲間とふれあい、遊び感覚で楽しくカラダを動かすゲームのような新感覚のレクリエーションスポーツです。全国ランキングにも挑戦できます!

《リング・キャッチ・クロス・10》

《スピード・ラダーゲッター》



ニュースポーツ体験コーナー

- ・バルバレーやつしろ
- ・フーズティスゲッター
- ・ニクシクやつしろ
- ・ネットパスラリー



ニュースポーツを
知らなくても一人でも
参加大歓迎です!

日 時：令和元年8月18日(日) 午前9時開会

場 所：八代トヨオカ地建アリーナ 小アリーナ (八代市総合体育館)

対 象：小学生以上 1チーム3人～ (個人参加可)

※小・中学生のみの参加も出来ますが、必ず保護者の引率が必要です。

申 込：令和元年8月2日(金)まで

参加費：1人 100円 (※大会当日お支払いください)

その他：大会終了後に「お楽しみ抽選会」を行います!



【要項・ルール・申込書配布】

八代市スポーツ振興課(八代市総合体育館2階)、各コミュニティセンター、八代市ホームページで配布しています。

【申込方法】

8月2日(金)までに、八代市スポーツ振興課(八代トヨオカ地建アリーナ2階)、各コミュニティセンターへ。

※参加者はスポーツ保険などの傷害保険に加入してください。なお、NPO法人八代市体育協会では、スポーツ傷害共済を取り扱っております。

なお、来年度開催する際には、
事前に「広報やつしろ」にてご案内いたします。

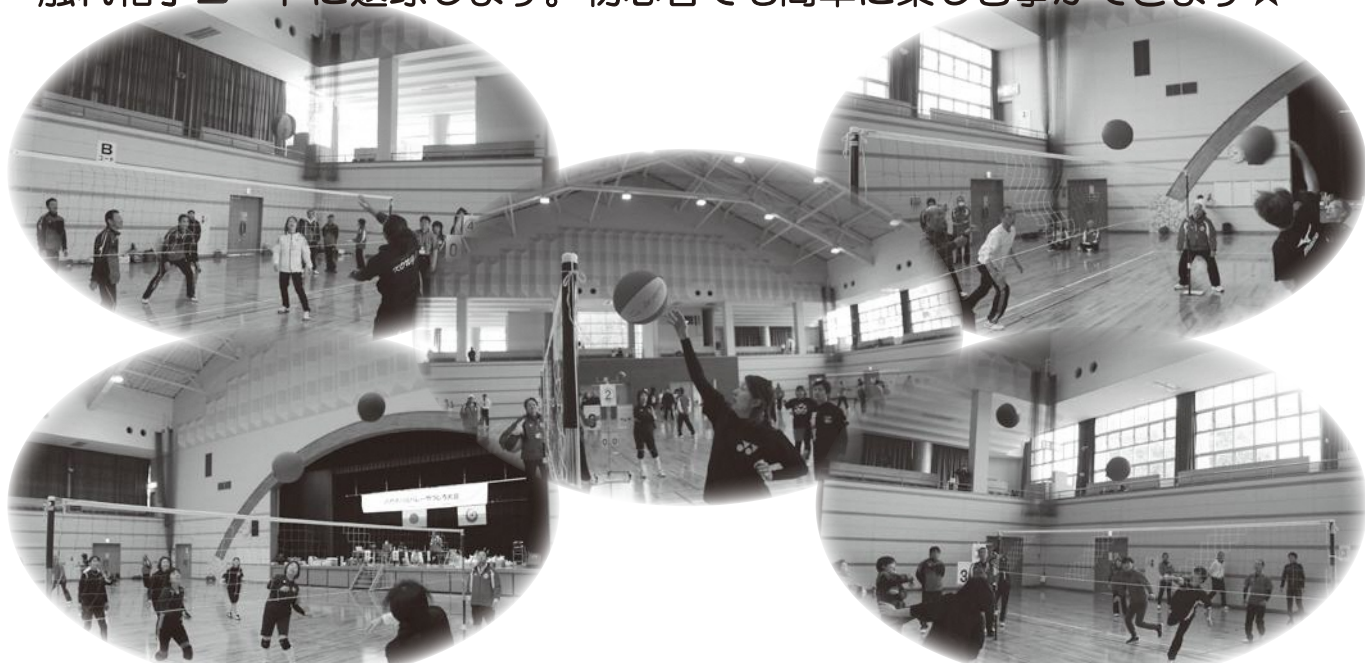
今年度はコロナウイルスの影響で開催できませんでしたが、
来年度は是非とも開催したいと考えております!!

※これは昨年度開催する際に発行したチラシです。

バルバレーやつしろ大会

～参加者募集～

風船を薄い布で覆ったボールを使う競技です。必ず1人1回ボールに触れ相手コートに返球します。初心者でも簡単に楽しむ事ができます☆



○一般の部

監督を含む4人～6人

中学生以上の男女

(男性のみ・女性のみ・男女混合可)

※両部門とも監督は必ず20歳以上とし、選手を兼ねることができる。

※両部門合わせて先着30チーム限定。

○ファミリーの部

監督を含む4人～6人(幼児不可)(家族以外も可)

小学生が1人以上いること。ただし、

小学生のみのチーム編成は不可。

日 時：令和元年11月10日(日) 午前9時開会

場 所：八代トヨオカ地建アリーナ 小アリーナ

対 象：バルバレーやつしろをやってみたい人

参加費：1チーム 1,000円 (※大会当日お支払いください)

その他：表彰、参加賞があります。大会終了後「抽選会」を行います！

＜要項・ルール・申込書配布＞八代市スポーツ振興課、各コミュニティセンター、八代市ホームページで配布しています。

＜申込方法＞10月18日(金)までに、スポーツ振興課(八代トヨオカ地建アリーナ2階)、各コミュニティセンターへ。

※参加者は必ずスポーツ保険などの傷害保険に加入してください。なお、NPO法人八代市体育協会ではスポーツ障害共済を取り扱っております。



なお、来年度開催する際には、
事前に「広報やつしろ」にてご案内いたします。



コロナ禍でも楽しめる!



オススメのニュースポーツ!

☆新型コロナウイルス感染症の対策として、用具の消毒及びマスク・手袋を着用し、対人接触等がない、安心して楽しめるニュースポーツをご紹介します☆

◇ボッチャ

屋内にて、個人戦・ペア戦・チーム戦の組み合わせでゲームを行います。ボールを的にどれだけ近づけることができるかを競います。小さいお子様でも楽しくプレーできるスポーツです☆

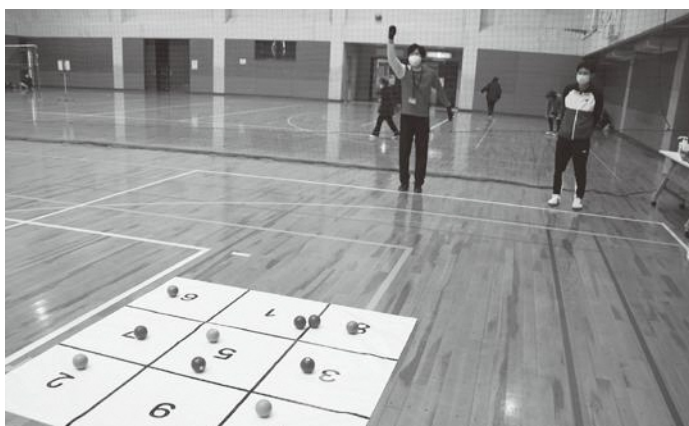


◆ニチレク

ペタンの室内で行う競技です。天候に関係なく、いつでも楽しんでいただけるスポーツです!

また、【ニチレクやつしろ】といった、ニチレクから少しルールが改定された、八代市独自のスポーツ競技もございます☆

※写真はニチレクやつしろです。



◇ペタンク

野外にて、1人対1人、2人対2人、3人対3人の組み合わせでゲームを行います。

地面に標的用のボールがあり、そこに向けてお互いボールを投げ、得点を競います!



◎スポーツ推進委員派遣事業も行っております!!

申請をしていただければ、スポーツ推進委員がニュースポーツの指導を行います!!

申請書をスポーツ振興課までご提出ください。もちろん派遣依頼の費用は**無料**!

※新型コロナウイルス感染拡大状況次第では、派遣が難しい場合もございます。

また、ニュースポーツ用具の貸し出しの費用も**無料**で行っております☆