

「親子ふれあいスポーツデー」 佐藤 英二（東小地区・1期目）

令和5年6月3日、拝島第一小学校で「親子ふれあいスポーツデー」が開かれました。

当日は朝から雨が降っており、どれほどの方に来て貰えるのか心配されました。しかし、開催時間になる頃には雨も上がり薄日が差すまでに回復し、参加者は徐々に集まり、40人を超える参加が見られました。

今回は雨の影響で校庭が使用できず、外でのレクレーションは中止となり、体育館のみでの開催となりましたが、体力測定その他にポッチャ体験コーナーを設けましたので、時間一杯大いに楽しんでいました。

体力測定では、子どもたちだけではなく大人の方も参加し、お子さんの成長に感動や声援を送り大人の实力を見せつけたり、昔はもつと出来たはずと運動不足を感じたり、親子での会話も弾んでいました。

ポッチャ体験では初めての方も多くいましたが、直ぐにルールを覚え友達同士のチームや

親子のチームを作り、試合を楽しみ時間が足りないほどでした。

「親子ふれあいスポーツデー」は、令和5年度は6月、9月、2月の3回、順番に小学校を回って開催されました。

体育館で体力測定を行い、握力、上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳び、反復横跳び、シャトルランの6種類を行い、空きスペースでポッチャ体験コーナーも行っていました。

校庭では参加者にもっと楽しんでもらおうと、レクレーションを行っていました。グラウンドゴルフ、ストラックアウト、フリスビー投げ、モルックなどでした。9時半から11時半の2時間と短い時間ですが、近くの学校で開催の時は、是非、来ていただき、朝のひとときを楽しんでください。



「ポッチャ昭島カップ」 細井めぐみ（富士見丘小地区・1期目）

令和5年10月28日（土）、総合スポーツセンターで「ポッチャ昭島カップ」を開催しました。上位2チームが東京都市町村ポッチャ大会への出場権を獲得します。

東京2020パラリンピックでの日本人選手の活躍で、ポッチャ競技を知った方も多いと思います。ポッチャは年齢・性別・障がいの有無に関わらず、すべての人が競い合えるスポーツです。白いジャックボールの一番近くに赤・青それぞれ6球ずつのボールを投げたり転がしたりして、いかに近づけるかを競います。

親子・学生・自治会仲間等、年齢、構成様々な11チームが参加。マイボールを持参しているチームがあれば、初心者チームもあり、ポッチャ経験歴も様々です。2ブロックに分かれてリーグ戦を行い、上位8チームで決勝トーナメントを行いました。各チーム一球毎に戦略を練り、チーム一丸となって勝利を

目指していました。



白いジャックボールのまわりに、赤・青のボールが集まるハラハラドキドキのゲーム展開が度々見られました。「やったー」「おーっ！」等と歓声が上がったたり、ナイススローに仲間がハイタッチする場面もあれば、勝敗を決める最後の一投には、見ている私も息をするのを忘れるほどの緊張感がありました。改めてポッチャ競技の楽しさと素晴らしさを実感する大会となりました。