

「親子ふれあいスポーツデー」
野口 明（東小地区1期目）

スポーツを通して、健康と笑顔、親子ふれあいを目的に、7月14日の土曜日、東小学校で「親子ふれあいスポーツデー」が開催されました。

ストラックアウト、輪投げ、インドアペタंक、グラウンド・ゴルフ、新体力テストなど、様々な種目に、幼児から小学生まで多くの子どもたちと親御さんがチャレンジしました。

お母さんと競い合い、友達同士で楽しみ合い、何度もチャレンジしたり、それぞれが思い思いに楽しんだ一日になったと思います。これからも、

各地区で順次開催します。皆さまもぜひ参加してください。



親子ふれあいスポーツデー（東小）

「歩くことは将来の財産」
長田 晴人（拝三小地区1期目）

毎朝6時過ぎ、近くの公園に向けて歩き出します。「おはようございます」の会社員、早朝ウオーキングをしているご夫婦などに出会います。公園に着くと、老人会を中心とした人たちが公園の中を行ったり来たり、そして朝日を浴びながらラジオ体操、「歩くことで健康になりました。毎日続けたいですね」と笑顔で答えてくれました。



第118回 市民健康づくり歩け歩け運動

私たちスポーツ推進委員は、年2回「市民健康づくり歩け歩け運動」を行っています。

コースは様々で、市内の散策コースや五日市、奥多摩のハイキングコースなど、市民の皆さんに楽しんでいただ

る場所をご案内しています。どうぞ、皆さんの参加をお待ちしています。一緒に歩きましょう！

「インドアペタंक教室」
小林 光夫（拝二小地区1期目）

7月21日、インドアペタंक教室の担当をさせていただきました。当日の参加者は4人でした。最初は、それぞれ投球練習をし、慣れたところで2チームに分かれて試合を始めました。

時間が経つとともに、作戦を考えながら組み立て、投球フォームも安定して上達が見られました。

ある女性は、「3回目です。ルールが分かるようになって、とても楽しいです。」と、また、ある男性は、「2回目で初回より楽しくできました。まだまだです」との感想が聞かれました。

この教室は、毎月第1・第3土曜日の10時から総合スポーツセンターで開催中です。市民の皆さまお気軽に参加してください。お待ちしております。

平成24年度上半期の主な活動

- 5月 第118回歩け歩け運動（金毘羅山）
親子ふれあいスポーツデー（中神小）
- 6月 スポーツ教室委員会研修
（総合スポーツセンター）
関東スポーツ推進委員研究大会
（長野県松本市）
- 7月 親子ふれあいスポーツデー（東小）
歩け歩け運動委員会研修
（花小金井駅〜玉川上水駅）
- 8月 体力テスト判定員養成講習会
（日野市市民ふれあいホール）
- 9月 市民体育大会開会式
都推協第8ブロック実技研修会
（昭島市）

いいき健康フェスティバル

● 企画運営 ● 役員等協力
● 参加

編集後記

5月30日に行われたチャレンジデーは、皆様のご協力により、対戦相手の大村市に勝利することができました。引き続き、スポーツを続け、健康増進につなげてほしいものです。

編集委員 和田・小峰・川口・田副・廣光