

親子ふれあいスポーツデー

牧 義明（成隣小地区・1期目）

私は日常生活においても、日ごろから体を動かすことを心掛けていますが、なかなか思い通りにいかないものです。

そのような中で、昭島市が積極的に地域への支援として行っているのが、新体力測定やニュースポーツ活動であることを、体育指導委員になって知りました。

「体力測定」の歴史は古く、昭和39年から行われており、平成11年度からは「新体力測定」が導入されました。測定結果から、自分の体力や運動能力を知り、全国平均値と比べ、自分の強い部分や補強する部分を自覚できます。

それに対して、新体力測定は8種目で測定しますが、親子ふれあいスポーツデーでは5種目で実施しました。

参加者は子どもだけでなく親子での参加もあり、大人も自分の体力に関心が高く、一生懸命取り組み、評価に喜ぶ一優するのは子ども以上

かも知れません。

子どもの体力向上には、子どもの好きなスポーツと一緒に遊ぶのが、スポーツの大切さや楽しさを教えることが重要です。



親子ふれあいスポーツデー つ南小

「昭島くじらスポーツクラブ」4月からスタート

川口 弘一（富士見丘小地区・2期目）

昭島市では「国のスポーツ振興計画」を受け、平成19年3月、平成22年までに「総合型地域スポーツクラブ」を育成するという「昭島市スポーツ振興計画」を定めました。

それ以降、体育指導委員（地域クラブ）を中心に、総合型地域スポーツクラブの設立を目指して取り組んできましたが、一昨年の5月に市民の皆さんの参加を得て、「昭島くじらスポーツクラブ」設立準備委員会を立ち上げ、理念を「世代を超えて

みんなでスポーツ 笑顔で健康 明るいまちづくり」としました。

以来、毎月打合せ会を行う一方、インドアペタンクまつりをはじめ、健康体操教室やわいわい子ども教室などの

プレ事業を行い、市民の皆さんに「昭島くじらスポーツクラブ」を知ってもらいました。

昨年の10月には、市民会館で500人を超す市民が出席し、元、読売巨人軍の宮本投手を招いて、講演会と同クラブの説明会を行い、会員の募集もスタートさせました。

その後も、実施種目、講師、教室やグラウンドなどの活動拠点、月間プログラムなどを決定し、設立総会の開催に



昭島くじらスポーツクラブ設立総会の模様

向けて諸準備を進めてきました。2月27日（日）、市民ホールで念願の設立総会を開催し、いよいよ4月から昭島くじらスポーツクラブが活動を開始します。皆さんもぜひご参加ください。

平成22年度下半期の主な活動

- 10月 市民スポーツ・レクリエーションフェスティバル
- 11月 都体指協8ブロック実務研修会（東大和市）
- 12月 第15回歩け歩け運動
- 12月 立川市・昭島市体育指導委員実技交流会
- 12月 青少年フェスティバル
- 12月 親子ふれあいスポーツデー（拝二小）
- 12月 都体指協女性体育指導委員研修会（文京区）
- 1月 新春歩け歩け大会
- 1月 新春駅伝競走大会
- 2月 自治会ブロック・事業所等交流綱引き大会
- 2月 社会教育関係委員研修会
- 2月 親子ふれあいスポーツデー（つ南小）
- 2月 東京マラソン2011
- 3月 立川・昭島マラソンファミリー駅伝企画運営 役員等協力 参加

編集後記

念願の「昭島くじらスポーツクラブ」が、いよいよ4月からスタートする。子どもから高齢者まで、多くの市民が参加し、健康づくりや地域の活性化を期待したい。

編集委員 和田・川口・鈴木・中島・宮本