

「第8ブロック実技研修会について」

石川 英次（玉川小地区・9期目）

東京都スポーツ推進委員を
広域地区別に分け、立川市、東
大和市、武蔵村山市、国立市、
昭島市から成る第8ブロックの
実技研修会（インドアペタंक）
を、昭島市スポーツ推進委員会
主管で、7月8日（土）に総合

スポーツセンターで行いました。
研修の主旨は、各市で実施し
ている地域スポーツ推進委員活
動を通じて、スポーツ推進委員
の資質の向上と広域的な連携を
図り、必要な地域スポーツ振興
のあり方を考えることとなっ
ています。

研修したインドアペタंक
は、運動は苦手とか、高齢の方
でも、簡単にできて楽しめる生
涯スポーツとして、昭島市スポ
ーツ推進委員が、平成18年から
教室等を通じて普及に努めてき
た二ニュースポーツです。2013年に
開催された東京国体では、昭島
市のデモンストレーション競技
として実施され、また自治会ブ
ロック対抗スポーツ大会でも行



われました。

当日は5市のスポーツ推進
委員や職員61人が参加しまし
た。4コートを使い、各市ラン
ダムに選出した4チーム（計16
チーム）に分かれ、リーグ戦方
式により各コート6試合を実施
しました。

インドアペタंकはルール
も比較的簡単で、誰でも気軽に
楽しめますが、その一方、大変
奥が深く緻密な作戦も要求され、
各コートで白熱した試合が続き、
最後の1投で逆転した試合もあ
り、大きな歓声が上がっていま
した。

順位は時間等によりコート
ごとにしましたが、各チーム共
インドアペタंकを十分に堪能
してもらったと思います。

その後、会場を移して懇親会
を兼ねた情報交換会が行われ、
交流を深めました。

「昭島チャレンジデー2017 みんなで目指そう金メダル」 和田 幸子（田中小地区・7期目）

皆さん、チャレンジデーを知
っていますか？毎年5月の最終
水曜日、全世界で一斉に開催さ
れています。人口規模のほぼ同

じ自治体同士が、午前0時から
午後9時までの間に、15分間以
上継続して運動やスポーツ等の
身体活動を行った住民の「参加
率」を競い合うもので、全国で
128の自治体が参加したユニ
ークなスポーツイベントです。

今年5月31日に開催し、対
戦相手は秋田県横手市でした。
通勤・通学者の認知度を高める
ために、毎年恒例で昭島市内の
各駅頭でティッシュ、チラシ配
りをしています。声をかけてく
れる方などいて、また頑張ろう
という気持ちにさせてくれます。
当日はまず、あいぽっくにあ
る「あすはの会みしょう」に行
き、約30分、笑顔と大きな声で

歌を歌い、リズムに合わせて車
イスからタッチをして体を動か
しました。

次の昭島市老人クラブ連合
会では、校庭で100人ぐらいがポ
ールウォーキングを楽しみまし
た。次の「ゆいのもり福祉協会」
や「社会福祉法人きょうされん」
では、笑顔と歌で体操などをし
て楽しい時間を過ごし、「また
今度ね」の言葉で別れました。

参加者の方にとっても喜んで
いただき、年に一度の出前教室
は良いものだと思います。横
手市がとても優秀だったので参
加率では負けてしまいましたが、
この日を機会に運動習慣が身に
つき、毎日何かしら体を動かす
ことを期待しています。

