

スポーツ推進委員とは？

平成23年に施行された「スポーツ基本法」に基づき、各市町村のスポーツ推進のために、教育委員会から委嘱された活動をを行っているのがスポーツ推進委員です。市民の中から選任され、市町村の非常勤職員となります。全国に約3万5千人のスポーツ推進委員がいて、それぞれの市町村で活動しています。

本市は各地区（菊池、泗水、七城、旭志）にそれぞれ支部があり、52人が在籍しています。主な活動内容は、生涯スポーツ

の推進、スポーツ環境の提供、

ニユースポーツの紹介などの活動を通して、市民の健康増進・生きがいづくり・地域活性化のお手伝いを行っています。市民体祭、マラソン大会、駅伝大会などの各種大会のスタッフとしても活動しています。

特に最近では、出前講座によるニユースポーツ競技や体験が人気で、学校の学年行事、区や事業所のイベントなどでも利用していただいています。皆さんもぜひ利用してみてください。ちなみに、この紙面「エンジョイ・スポーツ」も編集しています。



健康増進などいろいろな学習もっています



子どもたちも熱中する出前講座

スポ推し出前講座  
ポイントアドバイス☆

地域のイベントや学年行事、子ども会、老人会などでレクリエーション活動を行う際のお手伝いをしていきます。「活動内容はどのようにか」「ルールが分からない」「そんな人はぜひご相談ください。」「どんなスポーツをするか」「1つのゲームの時間を決める」「参加人数やグループ分け」「参加者の年齢層」など、事前に対応させていただきますと講座がスムーズに進み、効率よく楽しむことができます。



毎回多くの参加者で盛り上がります

ニユースポーツ紹介  
バレー特集

ミニバレーやソフトバレーはよくご存知かと思いますが、ニユースポーツにもさまざまな種類のバレーがあります。それぞれに特徴があり、新鮮さ間違いなしです。

委員のつづき

若いころはスポーツや読書をしていませんでした。40歳ごろに体調を崩し、健康の大切さを感じ、健康に関する本を読みあさりしました。

仕事で社員の健康管理を推進するようになると、健診やフットケア、生活習慣、運動など、「良」と「運動」の大切さを社員一人一人に伝えました。なぜメタボになるのかを一緒に考え対策を行っています。

今の医学は「対症療法」といって、現状に合わせて治療する方法が主流です。一時は良くなりましたが、原因には手をつけないため再発します。なぜメタボが修正できないのか、原因を取り除く努力が必要です。

体に良い運動はさまざまです。一人で無理なくできる散歩やジョギングなどから始めましょう。毎日ではなくても週単位で大丈夫です。また、体力維持にはストレッチと筋トレが欠かせません。一人は辛くても、仲間と一緒にすると取り組みやすくなります。

健康づくりにはニユースポーツを体験してはいいですが、楽しみながら、みんなと取り組めることが一番です。

(S・M)

No.36  
輝けきくち  
青少年育成推進員だより

青少年健全育成講演会開催

青少年育成市民会議は2月19日、教育委員会と共催で青少年健全育成講演会を開催しました。玉名小学校の戸田俊文校長を講師に迎え、「ネット社会を賢く豊かに生きる子どもの育成をめざして」と題して講話がありました。

戸田先生は、「子どもたちには、①ネット社会にもルールがある②目の前にいる友人や家族や先生を大切に③メールでは気が持たない④ネットは誰が書き込んだか必ず分かる⑤必ず分かってから、スマホなど



戸田校長の話に真剣に耳を傾けていました

のっぺ汁の野菜を細かく切ったり太く切ったりと、出来上がりにはそれぞれの個性が出ていました。とじこ豆も太め、細めと千差万別で面白かったです。びっくりしたのはハンバー

問い合わせ先  
菊池市教育委員会  
生涯学習課内  
☎0968(25)7232

菊池池校区で郷土料理教室

菊池池校区青少年健全育成会議は2月6日、郷土料理教室を行いました。5年生21人と育成委員10人で、「のっぺ汁」と「とじこ豆」を調理。慣れない手つきの子や、ときばき作業する子どもたちでしたが、育成委員の指導で楽しく作ることができました。



のっぺ汁ととじこ豆の作り方を教えてもらう子どもたち

グ型のとじこ豆です。最終的には棒状に修正して、きれいに蒸しあげました。試食のときには、自分たちの料理の出来栄えに「こり満足。子どもたちのうれしそうなお顔をみていると、私も一緒にやっていたかと思えました。

山口順子

戸崎青少年育成餅つき大会

12月21日、戸崎支館・青少年育成部主催で餅つき大会がありました。戸崎4・5・6年生の子どもたちが、戸崎小学校長・戸崎支館役員・区長・民生児童委員・青少年推進員に見守られ、かねて餅をつきました。

「もっ」と踏ん張って、「二つつきがいいね」「そうそう、その調子。1、2、1、2……」と、大盛り上がりです。掛け声が戸崎支館駐車場いっばいに響きます。次々に丸め、



バレーバレー

▼バレーバレー  
ボールカバリーの中は風船です。ゆっくりした動きですが、コートに2つのボールを入れると、体がフル回転!



ヘルスバレー

▼ヘルスバレー  
ラビーボールのような形をしています。柔らかいボールですが、しっかり捕らえないと運ぶところにトスが……。形を上手く使うのがコツです。



ふらばーボールバレー

▼ふらばーボールバレー  
不思議な形をしたボールを使います。フンバンドさせて競技をするのですが、どこに跳ねるか分かりません。素直く反応!



元氣良く餅つきを行う戸崎小4・5・6年の子どもたち

餡入り餅も出来上がり、ぜんざいをみんなでおぼほりました。「楽しく、力を合わせて、粘り強く頑張ってるね」地域の大人も見守っている中、そんな思いを込めての餅つき大会でした。

稲田京子

泗水西小で「食」の出前授業

泗水西小では、毎年JA青壮年田島支部の皆さんや保護者の皆さんの協力の下、「食」についての出前授業を行っています。低学年では、牛の飼育の話やバター作り、中学年では、米作りの話や日本の米とインディカ米の食べ比べ。高学年では、酪農の仕事、TPPの話などを楽しく分かりやすく説明していた

子どもたちが、この「食」の



食の出前授業を受ける泗水西小の子どもたち

授業を通して、少しでも農業や食への関心を持ち、食の大切さを感じたり、食についてより深く考えたりしてくれたらと思います。

西本和江

つれづれなるままに

家の近くを車で走行中、中高生くらいの男子がポケットの紙くずを、ポイ捨てしました。それを見て夫が「ポケットから大事なものを落としたようだ」と声をかけました。男子の子は引き返して、紙くずを拾うとポケットにしまい、ニコッと会釈して去ってしまいました。

夫の、恥をかかせまいとの思いやりある声かけと、少年の素直な反応と笑顔に、心があたったかくなった春の一日でした。佐々木心つみ