

エンジョイスポーツ

問い合わせ先
 菊池市
 スポーツ推進委員
 協議会広報部
 ☎0968(25)7234

元気アップ教室

私たちスポーツ推進委員は、体力や年齢に応じたスポーツをいつでも提案できるようにとさまざまな研修に参加しています。今回の元気アップ教室には菊池市だけでなく、他の自治体で活躍しているスポーツ推進委員の皆さんと一緒にニュースポーツの「チャレンジ・ザ・ゲーム」や「ラダーゲッター」という競技の研修を行ってきました。

どちらも、楽しみながら体を動かすことができるレクリエーションゲームです。この他にも、グループで楽しみながら行うことのできるレクリエーションゲームを体験しました。

曰ごろ体を動かす機会の少ない人も、家族や地域での世代を超えたコミュニケーションづくりに、ニュースポーツを体験してみたいかがでしょうか。

スポーツ推進員による出前講座も行っていきます。お気軽にお問い合わせください。



ラダーゲッター

ヒモでつながっている2つのボールをラダー（はしご）に向かって投げ、ラダーに上手く引っかかると得点になる競技



チャレンジ・ザ・ゲーム

グループで記録に挑戦し、遊び感覚で体を動かすことができるさまざまな種目を組み合わせるもの

インターハイボート競技

8月17日～20日、菊池市斑蛇口湖ボート場で行われたインターハイボート競技には、スポーツ推進委員もスタッフとして参加しました。

全国から多くの選手、また、応援の皆さんにお越しいただき、大会期間中は、これまでに見たことのない盛り上がりを見せました。選手が競技に向き合う姿はとも真剣で格好良く、輝いていました。何か夢中になれることがあるというのは、素晴らしいことだと改めて感じることができました。



インターハイに出場した菊池高校クルー

菊池市ふれあいレガッタ

9月1日に斑蛇口湖ボート場で開催された、第20回菊池市ふれあいレガッタに出場しました。1年ぶりのレガッタ。練習時からとても楽しみにしていました。菊池市スポーツ推進委員チームは男女共に、9月28日～29日に大分県日田市で開催される全国市町村交流レガッタに出場が決定しました。結果は、男性チームは17位、女性チームは7位という成績でした。来年も出場できるように練習を重ねていきたいと思えます。

斑蛇口湖ボート場は、国内最大級の竜門ダムを利用した素晴らしいボート場です。皆さんもぜひ一度ご参加ください。



スポーツ推進員チーム

スポーツ推進員のつばやき

秋も深まり、皆さんいかがお過ごしでしょうか。秋には、いろんな秋があります。読書、スポーツ、食欲、皆さんはどの秋を楽しんでいますか。わたしは、スポーツです。でも、食欲もあまりすぎて困っています。

昨年、会社の健康診断で、コレステロールが基準値より高く、再検査に行くことになりました。主治医の先生から「スポーツしていますか?」と聞かれたのですが、そういえば、最近スポーツしていないなあ、仕事では、異動で課が変わり、プライベートでは、孫の誕生、義母の介護などでスポーツを忘れていたことに気づきました。「何とかしないと」思っていたところに、友人から男女混合バレーボールのお誘いが。私の眠っていた体がビビッと動くのを感じました。始めてみると楽しくて、楽しくて。今も目標に向けて頑張っています。

皆さんのなかにも、なかなか一歩踏み出せない人がいるかもしれませんが、スポーツの秋、心機一転始めてみるのも良いのではないのでしょうか。

R・K