

平成27年1月1日

編集 板橋区スポーツ推進委員協議会

発行 板橋区区民文化部スポーツ振興課

スポーツ事業係

TEL 3579-2652

Sports & Recreation いたスポ in ITABASHI

第二四回 ハイキング

碓氷峠「アプトの道」

十一月九日



地図出典：安中市松井田町坂本碓氷峠 遊歩道アプトの道ガイド「碓氷峠路探訪」

あいにくの天気にもかかわらず、区役所前には、我々の心配を一蹴する大勢の参加者で埋め尽くされていました。募集定員90名に対し114名の申し込みがあり、我々一同感謝の気持ちを胸にバス2台に分乗して「アプトの道」へ出発しました。

「鉄道文化むら」からスタートして「碓氷関所跡」「旧丸山変電所」レンガ造りのトンネルを抜けると、紅葉が素晴らしい碓氷湖に到着しました。雨のため、ここでの昼食予定を変更して坂本ダム周辺を散策した後、今回最大の見どころ重要文化財の通称「めがね橋」を見学しました。その後バスの中で少し遅い昼食を食べて、最後に「坂本宿」を散策という約4時間の行程でした。帰路では、「おぎのや」で各々釜めしなどのお土産を楽しそうに購入し、予定時刻より少し遅れて区役所に到着しました。

歴史を感じさせる名所や、紅葉に染まった景色は参加者たちに満面の笑顔と程よい疲れを与えてくれました。

今年から新設のハイキング研究会が、コースや対象年齢などを見直しました。参加者たちの笑顔に来年も会えるように頑張りますので、また次回もご参加頂ける事をお待ちしております。



重厚感漂う旧丸山変電所



歴史を感じる碓氷関所跡



第 1 回いたばしウォーキング大会

11 月 3 日（月祝）

一昨年までの「歩け歩け大会」とは異なり、区内の四大学をチェックポイント、ゴールポイントに設定して開催されました。秋のさわやかな気候の中、853名の参加者が、自分の体力に合わせて、4km・10.5km・14.5kmのコースを歩きました。旧中山道や石神井川沿い、大山、中板橋の各商店街などを歩くコースは魅力的で、板橋の良さを再発見できたのではないのでしょうか。

また、14.5kmのゴールである大東文化大学では学園祭が開催されており、大変にぎやかな中でのゴールとなりました。全コース完走者は519名でした。

参加者からは、「来年もまた参加したい。」という声が多く聞かれました。



コース図に従い歩く参加者



出発地の小豆沢野球場での開会式

第67回区民体育大会総合開会式

9月7日（日）

板橋区民のスポーツの祭典、区民体育大会総合開会式が小豆沢体育館で行われました。33団体が、それぞれのユニフォームを着て堂々と行進しており、これからの熱戦に向けての意気込みが感じられました。式の後半では、個人・団体の表彰が行われ、スポーツ推進委員より、山口委員、飯島（実）委員、櫻井委員、田中（友）委員が板橋区スポーツ功労者表彰を受賞しました。平成27年3月まで各競技が繰り広げられます。



坂本区長と板橋区スポーツ功労者表彰受賞のスポーツ推進委員

第39回日刊ロードレース

10月19日（日）

秋晴れの下、高島平で実業団や学生のトップアスリートも交えて、日頃の練習の成果を競いました。1周5kmのコースを周回しますが、同一種目で多数の入賞を果たしたチームもあり、ランナーはベストを尽くしました。

第34回障がい者スポーツ大会

9月27日（土）

小豆沢野球場において、競技に参加する人や大会を支えるボランティア約1600名で開催されました。太陽が時折顔をのぞかせ、スポーツをするのには上々のコンディションの中、障がい者の真剣なまなざしに大会が盛り上がりしました。

特に大玉送りは、対抗戦の勝敗を決めるとあって、紅白とも熱のこもった展開となり、今年の大会を成功裏に締めくくりました。



大盛り上がりの大玉送り

第55回全国スポーツ推進委員研究協議会（岩手大会）

9月25日（木）・26日（金）

埼玉県白岡市の齋藤委員が発表された四面卓球を紹介しました。卓球台を2台つけ4コートで4チーム16人で打合います。車いすを前提にしているのでお尻をあげると反則です。玉には金属球が入っており3打以内でゴロで返す競技です。元気なお母さんは必ずと言っていいほど反則をとられるそうです。

障がい者も健常者も一緒に楽しもうといった意識が必要との事で、今後はスポーツ推進委員だけでなく障がい者スポーツに関わる団体と連携しての話しでした。



参加の苔米地副会長と松井委員

平成23年度のスポーツ基本法の改正に伴い、今までの事業や活動を点検し、必要であれば内容を修正することを目的として2つの研究会を立ち上げました。今期の研究会はスポーツ推進委員の自主参加で運営していますが、みなで知恵を出し合い板橋のニーズにあったスポーツを推進していきたいと思っています。

今年度より設置の研究会始動

事業部長 杉本委員

ハイキング研究会 リーダー 後藤委員

「確氷峠「アプトの道」になぜ決めたか？」ハイキング研究会の皆さんといろいろ話し合い、どうすれば参加者が増えてくれるのか？参加者がまた参加したいと思って頂けるのか？とあえず基本は従事する者が楽しくなければ参加者も楽しいわけがないという思いで場所を探しました。過去の場所も尊重しつつ新しい場所を求め、軽登山のようないハイキングだけでなく、たまには自然の中を散策しながら歩くのもよいのではないかと思いい、今回の確氷峠「アプトの道」に決めました。11月の紅葉を見ながら古き良き日本を歩いてみる…そんなゆつくりした時間を感じるハイキングをこれから色々企画をしたいと思っています。

スポーツ推進委員全員が入りたいと思う、そんなハイキング研究会にしたいです。

スポーツ研究会 リーダー 宮浦委員

スポーツ研究会では、数あるニューススポーツの中から区民の皆さんに楽しんでもらえるものはないかをテーマに検討していきます。あまりなじみのないニューススポーツでも、その楽しさや手軽さを紹介し、「やってみたいんだけど」という声に答えられるコーディネートとなるよう頑張っていきます。

東京都スポーツ推進委員広域地区別研修会（第4ブロック）

10月18日（土）

なかのZEROにおいて、主管である中野区をはじめとして、板橋区など5区から83名が参加して開催されました。

今年のテーマは「生涯スポーツとスポーツ推進委員の役割」。講演では、スポーツ指導のあり方と事故予防を講師の知的技術の中から学び、実技では、太極拳を応用したリズム体操を一同、楽しく行うことができました。



プリムラでは今年新たにボウリングとHIPHOPの2種目が加わりました。ボウリングは月に1回、トミコシ高島平ボウル2レーンを貸し切って行います。毎月、開催日が変わりますので、ホームページでご確認ください。

HIPHOPの方は、日本のダンスボーカルユニットの草分け的存在でChooChooTRAINなどをヒットさせたZOOの元メンバー坂井CAP俊浩さんが皆さんを指導してください。場所は中台中学集会室で毎週日曜日の16時45分から18時過ぎまで、小中学生に交じって大人もダンスをしています。坂井さんは中台中学出身で芸能人のダンス講師や振り付け等を行っています。子どもたちより親の世代にファンが多いようで、練習にはたくさんの保護者でいっぱいになります。

理事長 浅見宗弘



板橋区スポーツ推進委員 実技講習会

レポート

スポーツ推進委員の
講習会取材します

突撃



10 月の定例会・実技講習会

ニュースポーツのキンボールを全員で体験しました。この競技は 4 人 1 組で構成された 3 チームが色分けされたゼッケンをつけてコート内でヒット（サーブ）やレシーブを繰り返すゲームです。攻撃は 3 人でボールを支え相手チームの色を大きな声で「オムニキンブラック」とコールした後にヒットしなければなりません。これがなかなか難しく、コールしながら同時に打ってしまうフールが何度も繰り返されていました。さらにヒットは同じ人が 2 度続けて打つことはできません。そのため自ら積極的にゲームに参加が必要になります。守りは大きなボールを床に落とさないようにするだけです。最初は仲間同士で集まっていたのですが、空いているゾーンにボールが来るため、お互いの位置を見ながら協力して広がります。終わる頃には全員が汗だくになりました。

今後も色々なスポーツを体験しながらその特性や競技方法、ルールなどの理解を深め、自身がプレーするだけでなく、体験したスポーツを様々な人々に指導できる力も身につけていきます。



左 講師の渡邊前会長
(現在、志村スポーツクラブ・プリムラ理事)

1 チーム 4 名、3 チームが直径 122cm、重さ 1kg のボールを使い、「ヒット」「レシーブ」を繰り返す競技です。

■キンボール (Kin-Ball) とは 1986 年にカナダで生まれた屋内球技。2001 年 6 月カナダ・ケベックにおいて、第 1 回キンボールスポーツワールドカップが開催され、来年度で 8 回目を迎えます。第 1 回目からカナダが 1 位、日本は第 5 回目をのぞき男女ともに 2 位という成績を収めました。



呼ばれた色のチームは、ボールが床に落ちる前にレシーブをする。レシーブまたはヒットに失敗した時は失敗したチーム以外の 2 チームに 1 点ずつ得点が加算される。1 セット 7 分を 3 セット行い、総合得点で競います。



3 チームのキャプテンがじゃんけんをし、勝ったチームがヒット権を得る。ヒットする時は「オムニキン〇〇」とゼッケンの色を言ってボールを打ち出します。

恒例・直前の体操特訓!!

夏休みになると各青健主催のキャンプが開催され、そして各地域・町会・PTA 主催のラジオ体操が行われます。スポーツ推進委員は、参加者の前に立ち、ラジオ体操やふるさといたばし体操の模範演技をする機会が多くなります。

そこで 7 月の定例会後の実技講習会では、ラジオ体操第一・第二とふるさといたばし体操を曲にあわせながら動きの確認をしました。

約 1 時間の講習会でしたが、全身を一生懸命動かして、汗だくとなり心地よい運動となりました。これで、各ラジオ体操の場での模範指導や演技も準備万端です。

インフォメーション

* 第 23 回区民ドッジボール大会

2 月 15 日 (日) 小豆沢体育館

年々技量もレベルアップし、白熱戦が展開されます。

* 2015 板橋 City マラソン

3 月 22 日 (日) 荒川河川敷

* 各地区でふるさといたばし体操講習会を開催しています。

詳しくは「広報いたばし」でお知らせいたします。

編集後記

あけましておめでとうございます。本年もスポーツ推進委員の活動状況を掲載していきますので多くの皆様に手に取って読んでいただきたいと思います。ホームページもあわせてよろしくお願いたします。

いたばしスポは、各地域センター・区立体育館で入手いただけます