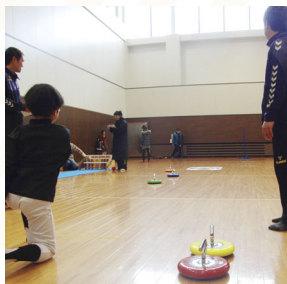




ボッチャ

目標球と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのカラーボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。



カローリング

体育館でできるカローリングです。



ディスクゲッター

9枚の的を目掛けて、ディスクを投げて、スコアや枚数を競います。



ピロポロ

スポンジ製のスティックやボールを使った「手軽に楽しく」できるホッケーです。

モルック

木製の棒を投げて、最初に点数が50点ちょうどになったプレイヤーが勝利。ピンを1本倒すとピンに書かれた数字と同じ点数が得られます。2本以上のピンを倒すと、倒したピンの数と同じ点数が得られます。

囲碁ボール

碁盤に見立てた人工芝の専用マットで、白と黒のボールを打って、五目並べを行います。

知っていますか？ 軽スポーツ



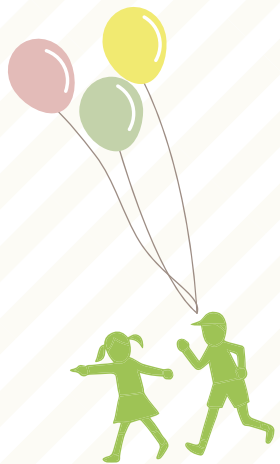
軽スポーツとは、一般的なスポーツと比べ体への負担が少なく、ルールも簡単で、幅広い年齢層の方が一緒になって楽しむことができるスポーツです。市では、スポーツ推進委員が中心となり、スポーツを始めるきっかけづくりのために、軽スポーツの普及に取り組んでいます。ここでは、たくさんある軽スポーツの一部を紹介します。

軽スポーツの認知度は
まだまだ低い

一般社団法人てとら

チーフ 笠城 翔也さん

私たちは、障がいのある子どもへの療育を行う施設を運営しています。利用者にもっと体を動かす機会を作ろうと、スポーツ教室を月2回開催しています。教室では、ルールも難しくなく、誰でも簡単にできるボッチャなどの軽スポーツを取り入れています。利用者や保護者からは、「楽しい」「体を動かすことによって良く眠れる」などの声を聞いていますし、私自身も利用者の体力の向上を実感し、スポーツ教室を始めて良かったと思っています。ぜひ、多くの方に誰でも簡単にできる軽スポーツを知ってもらいたいです。



生涯付き合えるスポーツに出会って欲しい

市スポーツ推進委員会

会長 島田 和明さん

スポーツ推進委員は、各まちづくり協議会で推薦を受け、町内会などのスポーツイベントの企画運営や、市民スポーツフェスティバルなどのイベント開催を行っています。皆さんには、健康な体や仲間をつくるために生涯できるスポーツに出会って欲しいです。特に軽スポーツは、子どもからお年寄りまで誰でも気軽に楽しめるスポーツです。ビッグアリーナ開放デーでは、軽スポーツの体験会を開催しています。また、軽スポーツに興味のある方は、スポーツ推進委員に相談いただければ、軽スポーツの紹介や体験会を企画します。ぜひお気軽に声をかけてください。



【問合せ】

市スポーツ推進委員会事務局（スポーツ推進課内） ☎ 3533157