

スポーツ推進委員だより

第15号
発行・編集
弥富市スポーツ推進委員会
令和6年3月発行

～スポーツを通じ、地域に明るい話題やスポーツの機会を提供します～

スポーツで 元気な毎日 楽しい人の和

スポーツ推進委員長 黒柳 茂



早春の候、皆様にはご健勝のこととお喜び申し上げます。
日頃よりご協力頂いております市民の皆様には心より感謝申し上げます。

さて、この度「第15号スポーツ推進委員だより」が発行することとなりました。現在、弥富市では17名のスポーツ推進委員で活動しております。市のスポーツ推進・発展というのは担当者だけで成り立つものではありません。

“まずは 1つのイベントから！！”

一歩の踏み出しが意外な出会いに繋がるかもしれません。人生の分岐点となるような事柄・言葉に遭遇するやもしれません。体力・嗜好を考慮した運動も色々取り揃えております。

健康推進の一環である弥富のスポーツイベントへ、皆様ぜひ！ご参加ください。

海部南部地区スポーツ推進委員研修会

スポーツ推進委員 坂本 より子

新型コロナウイルス感染症が「5類感染症」に移行し、規制が緩和された昨年8月に海部南部地区研修会が行われました。講師は市のスポーツ推進委員の青木明美さんに務めていただき「姿勢調整」について教わりました。

「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」と言われるくらい、百合はしなやかな茎の先にややうつむき加減に大きな花が咲き、ピンと伸びた茎は人が優美に歩いているように見えます。姿勢が良い人は立ち姿も歩く姿も美しく健康的に見えます。ところが、生活習慣や癖（足を組む・同じ方の肩にバッグをかける）で姿勢が歪み、運動域が減少し故障や痛みへと進むことがあります。そんな異常を発見し手技により整え、自然回復に導いてくれることが「姿勢調整」でした。

姿勢を正し不調の原因を取り除く事が健康を維持する事や、アンチエイジングにも繋がるのでこれから実行していきたいと思いました。



今回ご紹介するのは「モルック」です。人気お笑い芸人が日本代表になったことで注目を浴び、気軽に楽しむ魅力あふれる人気急上昇中のニュースポーツです。

「モルック」とはフィンランドのカレリア地方の伝統的なキイッカというゲームを元に開発されたスポーツです。

使用する道具：投げる棒をモルック、倒すピンをスキットル、投てき位置を示すモルッカーリ。
 ルール：モルックを投げて倒れたスキットルの内容によって得点を加算し、先に50点ピツタリになるよう競います。モルックを投げ1本しか倒れなかった場合はスキットルに書かれた数字が得点になります。複数倒れた場合は倒れた本数が得点になります。得点が50点を超えた場合は25点に引き戻され、3回連続で倒れなかった場合は失格となります。

我々も弥富市民の皆様に体験して頂ける機会を考えています。ぜひ一緒に楽しみましょう！



令和5年度スポーツ推進委員年間行事

4月15日	西尾張地区スポーツ推進委員 連絡協議会理事・評議員会	10月28日	西尾張地区スポーツ推進委員 研修会
6月24日	▼ 弥富市子ども会大会	11月12日	▼ ライオンズクラブチャリティ マラソン
7月30日	▼ 8103ラジオ体操	12月10日	▼ やとみRUNフェスタ
8月26日	海部南部地区スポーツ推進委員 研修会	1月14日	▼ 歩け歩け大会
9月2日	愛知県スポーツ推進委員 連絡協議会研修会	2月9日	東海四県スポーツ推進委員 研究大会
9月24日	☆ 健康歩こう会	2月17日	海部地区スポーツ推進委員 連絡協議会研修会
10月14日	▼ YATOMIスポーツフェスティバル	3月24日	☆ ENJOY SPORTS DAY

☆:主催事業 ▼:協力事業

令和4・5年度スポーツ推進委員

白鳥学区			弥生学区		
青木 淳	伊納 敦	浅野 小百合	木本 澄子	森 敦睦	青木 明美
桜・日の出学区			大藤学区		
黒柳 茂 (委員長)	河村 博由	坂本 より子	佐藤 博孝 (副委員長)	五十嵐 司朗	
栄南学区			十四山地区		
福田 則子 (副委員長)	下里 馨	水谷 真也	山本 一彦 (副委員長)	山田 輝美	柴田 日女路