

川越市 スポ協だより 第33号

理事会報告

第三回理事会が令和四年十二月十四日（水）にやまぶき会館BC会議室で開催されました。

《報告事項》

①第十九回川越市生涯スポーツフェスティバルの実施報告

②小江戸川越ハーフマラソン2022の実施報告

③組織・指導・広報の各委員長より、活動状況の報告

《協議事項》

①令和四年度川越市スポーツ功労者、埼玉県スポーツ賞及び川越市優秀選手賞の推薦について

スポーツ功労者については、五団体から推薦がありました。推薦規定により、五名をスポーツ功労者として推薦することを決定しました。

埼玉県スポーツ賞（功労者）については、神田副

理事長を推薦することを決定しました。

優秀選手については、各団体等から推薦のあった二百七十四名を今年度の優秀選手として決定しました。

②令和五年度事業計画（案）について

来年度の事業計画やスポーツ協会の協力事業について提案がありました。定時代議員会は五月二十七日（土）を予定しています。会場については未定となっています。また、隔年事業である視察研修会の実施を予定しています。

委員会活動報告

■広報委員会

委員長 田中 幸子

令和四年十月五日に第二次広報委員会を開催しました。スポーツ川越第四十三号の内容を検討し、

令和五年一月一日に発行しました。「活躍する選手たち」は、一昨年に川越市とラグビーのワイルドナイツ、東洋大学と連携協定を締結したこともあり、ラグビートボール連盟に依頼しました。

■指導委員会

委員長 大塚 賢一

第三十六回川越市健康まつりについては、新型コロナウイルス感染症の影響により、Web開催となりました。スポーツ協会では、スポーツ協会及び加盟団体の紹介、身近な健康づくりに関する動画を作成し、生涯スポーツの普及・振興をPRしました。

■組織委員会

委員長 根岸 督好

令和四年十一月三十日に第一回組織委員会を開催し、川越市スポーツ功労者並びに優秀選手推薦書の事前審査を行いました。今年度はスポーツ活動が徐々に再開していることもあり、各団体等から多くの推薦書の提出がありました。

スポーツ指導者養成講習会

スポーツ指導者養成講習会（本部事業）が令和四年八月二十日（土）に市役所七階AB会議室で開催されました。

今年度は昨年に引き続き川越市エアロビック連盟会長の三戸まさみ様に講師をお願いしました。

講習会前半では、「転倒予防と運動」をテーマに講義いただきました。筋肉は二十〜三十歳がピークで、四十歳を超えると年〇・九％、六十歳を超えると年五〜十パーセントの割合で低下すると言われています。

高齢者の筋力は活動量の低下により、下肢筋肉に体を支える筋肉（抗重力筋）が衰えます。下肢筋肉が衰えると歩幅の減少、立ち座りの動作が大変になります。また、脚やつま先が上がりにくくなる

と転倒の危険性が高まります。

体を動かすことは、脳を活性化し、認知症予防や、筋力低下から起こる様々な機能低下を防ぐことにもつながります。少しづつでも日常的に運動を取り入れるよう努力しましょう。



講習会の後半では、「転倒予防体操」を行いました。ウォーミングアップとして、座ったままでのリズム体操や動的ストレッチで身体をほぐしました。次に静的ストレッチで色々な筋肉を伸ばしました。関節の動く範囲を広げて血行を促します。その後、座位筋トレ・立位筋トレで脚腰周りの筋

肉を鍛えました。最後に、三百六十五歩のマーチに合わせて、立位でのリズム体操（ライトエアロビック）を行いました。

当日ご参加いただきましたスポーツ協会本部役員及び団体関係者の皆様、ご協力ありがとうございました。

加盟団体長会議

令和四年度加盟団体長会議が令和四年八月二十日（土）に市役所七階AB会議室で開催されました。

今回の議題は「コロナ禍における各団体のスポーツ活動の課題と取組み」でした。事前にアンケート調査を実施し、当日は各団体の現状や問題点について、協議を行いました。ウィズコロナ時代におけるスポーツ活動再開を推し進めるため、活発な議論が交わされました。

加盟団体長会議は、市民スポーツの活性化を図るために隔年で開催して

おり、今回の会議も充実した会議となりました。関係者の皆様には、この場をお借りしてお礼申し上げます。



第十九回川越市生涯スポーツフェスティバル

第十九回川越市生涯スポーツフェスティバルが令和四年十一月三日（木・祝）に川越運動公園で三年振りに開催されました。

子供から大人まで市民の誰もが気軽にスポーツを体験し、心身の健康増進と市民相互の交流を図ることを目的とし、「ウォーキングコーナー」（一般

の部・親子家族の部、計三百二十七名）、「小学生綱引きコーナー」（二十チーム・二百二十二名）、「ふれあいコーナー」（延べ三千六百九十三名）、「アトラクションコーナー」（川越市吹奏楽団、山村学園高等学校ダンスパフォーマンス）の四コーナーを実施し、総勢千三百五十名の方々にご参加いただきました。



スポーツ功労者並びに優秀選手表彰式

川越市スポーツ功労者並びに優秀選手表彰式が令和五年二月十九日（日）にやまぶき会館で開催されました。

- スポーツ功労者 五名
- 中野茂様（剣道連盟）
- 小松正彦様（陸上競技協会）
- 内田敏様（スキー連盟）
- 高杉和宏様（体操連盟）
- 藤井潔様（ゴルフ協会）
- 優秀選手賞 二百七十四名
- 野球の部（三十九名）
- 卓球の部（三名）
- ソフトテニスの部（八名）
- バレーボールの部（一名）
- バスケットボールの部（一名）
- サッカーの部（二名）
- 柔道の部（六名）
- 剣道の部（三名）
- 空手道の部（三十九名）
- 陸上競技の部（十一名）
- 水泳の部（八名）
- スキーの部（二名）
- スケートの部（五名）
- 体操の部（五名）
- バドミントンの部（一名）
- 少林寺拳法の部（十一名）
- ソフトボールの部（一名）
- テニスの部（六名）
- なぎなたの部（四名）
- ゴルフの部（二名）
- 近代二種、三種の部（三名）
- 自転車競技の部（三名）
- スノーボードの部（一名）
- スポーツライミングの部（一名）
- ダンスの部（二十八名）
- チアダンスの部（二十名）

ドッジボールの部（五十一名）

トライアスロンの部（三名）

トランポリンの部（一名）

なわとびの部（一名）

バントワリングの部（四名）

壇上ではスポーツ功労者の表彰、優秀選手には賞状と楯が授与されました。受賞者の皆様おめでとうございます。



編集後記

今年度の後期号（三十号）をお届けします。今年度は年三回の広報誌を発行しました。委員の方々、一年間ご協力ありがとうございました。

発行 川越市スポーツ協会