



# 千代田 スポーツだより

発行：千代田区生涯学習・スポーツ課  
☎ 03-5211-3627

編集：千代田区スポーツ推進委員協議会  
千代田区内神田2-1-8

## 新規委嘱委員の紹介

### 新委員 山岸 勇一

令和4年度7月より推進委員になりました。どうぞよろしくお願ひします。働くようになって運動とは無縁でしたが、数年前から運動不足解消目的で再び卓球をやるようになり、区の大会にも参加させていただいています。ここ数年はコロナ禍のせいで大会は開催されておりませんが、大手企業やサークルから300人近くの参加があり、とても驚きました。自分も含めて社会人となって運動から離れてしまったけれども、やってみたいという人は案外多く集まった人との交流が広がっていくことを実感しています。従業員が多い千代田区なので、こうした人達が気軽に参加できる機会を増やすことに取り組んで、働く場所とは違う千代田区の魅力づくりと交流活動に貢献したいと思います。



### 新委員 吉田映一郎

高校時代の3年間が、千代田区との最初の縁でした。部活動は陸上部でしたが、皇居駅伝で仲間の足を引っ張るダメ部員でした。再び走り始めたのは39歳。若い頃よりは真面目に取り組み、皇居で連日トレーニングした結果、45歳でフルマラソン3時間切り（サブ3）を果たしました。千代田区に引っ越しして10年余り。区民として何かお役に立てばと考え、推進委員に加わりました。スポーツはやりたいと思った時が適齢期、何歳からでも始められます。より多くの区民の方々が、スポーツに楽しく親しめるようサポートいたします。



### 新委員 吉田 桂子

学生時代の部活動ではバスケットボールに励みました。現在はランニング愛好家です。スポーツ経験を活かして地域のために活動できることがあることを知り興味を持ちました。体を動かすことの利点は体力向上、健康維持に留まらず、達成感や爽快感、またストレス発散による心の安定が得られることであると実感する一人です。自分が楽しむだけでなく、新たにスポーツを始めたい方や様々な特徴のある方が楽しめて心豊かになる、個性輝く共生社会づくりのお役に立てれば何よりです。スポーツ活動を通じた出会いや交流に期待が膨らむとともに、千代田区の地域活力に繋がる貢献ができました幸いです。どうぞ宜しくお願ひいたします。

千代田区立小学校PTA会長会（八校会）ドッヂビー大会

令和4年6月4日（日）

千代田区立スポーツセンター主競技場

八校会主催によるドッヂビー大会が開催されました。ドッヂビーはスポーツ祭東京2013（東京国体）において、デモンストレーション競技として千代田区で行われることがきっかけで、千代田区スポーツ推進委員協議会と日本ドッヂビー協会が協力して、千代田区内の区立小学校に教えに行ったことが始まりでした。その後、八校会の中でも親睦行事を行いたいという意向があり、小学生がみんな知っているドッヂビーにしようと決定し、小学生による8校対抗のドッヂビー大会になりました。コロナ禍の中、練習なども思うようにならないでしょうが、少しでも子ども達に体を動かす機会をと思い今回開催に至りました。

この大会がこれからも続くことを希望しますし、それぞれの学校のPTAの会員の皆様も参加していただき、8校の親睦がより深まるお手伝いができれば幸いです。

千代田区スポーツ推進委員協議会 会長 植田浩敏

### ～優勝校コメント～

お茶の水小学校 原会長 様

千代田区立小学校親睦ドッヂビー大会（八校会大会）が開催されました。お茶の水小学校からは22名の児童と3名の保護者の皆さまが出場。大声援の中、選手達が力を合わせ大健闘。見事トーナメントを全勝し優勝トロフィー（八校杯）を勝ち取りました。本大会を開催していただき、ありがとうございました。

### ニューススポーツ講習会

令和4年6月11日（土）

千代田区立スポーツセンター2階卓球場

今年度のニュースポーツ種目としてボッチャを行うこととなり、6月11日（土）に初めての試みとしての体験会を区民・在勤・在学者19名の参加で開催しました。「ボッチャって面白い、また次も参加してみたい」と参加者の方々に思っていただけるようにという一番の目標は概ね果たせたかと思いますが、スポーツ推進委員の審判としての経験不足・力不足が課題となりました。ゲームを正確に、そして楽しく進行させるためには審判の力が不可欠です。

ボッチャに関する戦略や技術なども参加者に助言できるよう、11月13日（日）のボッチャ大会に向け、講習会などの勉強を重ねなければと痛感しました。 ニュースポーツ担当 T. H

### 東京都スポーツ推進委員広域地区別研修会（第一ブロック）

令和4年7月2日（土）

四谷スポーツスクエア

第一ブロック研修会が行われました。第一部では、東京2020オリンピック大会のテーマの一環でもある「多様性の認知・理解」を学びました。基調講演に登壇された岡澤政子さんから、特別支援学級の教員の経験を通じた障害者スポーツのリアルをうかがい「障害者スポーツ」と「健常者スポーツ」の違い、2つを隔てるボーダーラインの存在を考えさせられました。

第二部では、実技研修（障害者の目線からの想い）を受けました。ダウン症についての解説を聞き、知的障害者の特徴を共有した後、軍手を2枚はめた状態でのシール貼りや、簡単な単語（名詞や話し言葉）を具現化する作業を行いました。体験して、障害者が不自由で特別なのではなく「見えて・聞こえて・言えて・動けて・理解して・伝えられる」私たちの方が、特別に恵まれているのだと感じました。

発達過程での障害・知的な障害がある方を支えるには、家族だけでなく、地域や学校や職場で関わる人たちの見守りが必要です。研修で学んだ「同じ目線」「ボーダーレス化」を意識して、地域スポーツに取り組むことが大切です。ニュースポーツの中には、ボーダーレス化している競技も増えてきています。これからは、そういった種目・競技にもっと注目して、具体的な企画や提案に繋げていきたいと思います。 事業部 A. K

### 区民 スポーツ大会

### ボウリング大会

令和4年7月11日（日）

東京ドームボウリングセンター

昨年に引き続き、今年もコロナ流行中の開催となりました。密を避ける為、1組毎に2レーンを割り振り、一方のみのレーンを使用して貰い、感染防止対策を徹底し、5チームに参加頂きました。

参加チームの方々が感染防止対策にご協力頂いた上で楽しんで頂けた事に感謝致します。

また来年もボウリング大会を開催予定ですので、区民の皆様のご参加を心よりお待ちしております。

ボウリング担当 Y. S

### ～優勝者コメント～

エイトクラブ 様

今年も開催してくれたー！この難しいご時世でスポーツ振興係及びスタッフの方々はご苦労様でした。今回も大会を盛り上げようと思いながらスタート。しかし始まってしまうと、チーム内の意地で我を忘れた自分がいました。この歳になると出来るスポーツも減り、医者からもらう薬の種類も毎

年多くなる近頃。幸いにも、近くに東京ドームボウリングセンターがあり、今まで続けることが出来ています。皆様も“そうだボウリングに行こう”の気持ちで続けてください。

**区民  
スポーツ大会 ファミリーバレーボール大会**

令和4年8月7日（日）  
千代田区立スポーツセンター主競技場

第35回ファミリーバレーボール大会が7チーム参加で開催されました。

当日最高気温が33度、またコロナウイルス新規感染者が東京都で連日3万人前後発生している中で熱中症対策、感染防止対策と二重の配慮をしつつの大会運営となりました。しかしながら感染者が出てしまいエントリー変更をせざるを得ないチームや当日感染者が出てしまいメンバーが揃わず9人のところ8人での参加のチーム（他チームから同意を得て）も出てしまいました。また運営側も感染者が出てしまい参加チームにご協力ををお願いご迷惑をおかけしました。

試合は、7チームを2グループに分け変則リーグ戦（各チーム2試合）で各グループの上位2チームでの順位決定戦を行う方式です。開始後は、真剣勝負の中にもファミリーバレーと言う和気藹々な場面もかいま見え皆さん楽しんでプレーしているようでした。結果は、優勝毛利杯リアル、準優勝マミーズ、3位 毛利杯ジュニアでした。来年度こそはマスク越しでない皆さんのが笑顔のプレーを見たいです。

ファミリーバレー担当 K. W

**～優勝チーム～**

**毛利杯リアル 様**

昨年に続き、今年度大会も優勝されました。大会2連覇達成おめでとうございます。

**体力測定会**

令和4年10月10日（月・祝）千代田区立スポーツセンター主競技場

10月10日スポーツの日、恒例の体力測定会を開催いたしました。今年も昨年に続き、スポーツセンター入館時の検温と手指消毒に加え、各測定場所での用具の消毒など感染予防に配慮しながら実施いたしました。参加者の皆様には、ご年齢に応じて、握力、上体起こし、長座体前屈、20m シャトルラン（64歳以下）、6分間歩行（65歳以上）など、スポーツ庁の新体力テスト実施要項に基づく各種目に取り組んでいただきました。10年以上ぶりに100名を超える方にご参加いただき、コロナ禍での外出制限等を経ての健康への意識の高まりを感じる一日となりました。コロナ禍で「サークル活動が度々中止になりスポーツの機会が減ってしまった」「外出を控えていて体力の衰えが心配」といったお声も伺いました。是非、今後も多くの方に継続的にご参加いただき、ご自分の体力の維持・向上や、健康づくりにお役立ていただければ幸いです。

体力測定担当 M. M

**区民  
スポーツ大会**

**ニュースポーツ大会**

令和4年11月13日（日）  
千代田区立スポーツセンター2階卓球場

ニュースポーツ大会として、今回は初めてのボッチャ大会を開催しました。3人一組で5チームの参加者があり、1試合を2エンドとして、総当たり戦を行いました。参加者の年齢も性別も様々でしたが、どのチームが勝ってもおかしくないくらいの接戦でした。試合を重ねる毎に、皆さん上手く狙って投げができるようになったり、作戦を立てる声かけがされてたりと、上達・工夫している姿が印象的でした。

大会後に頂いたアンケートでは、「楽しかった」という声が多く、大変嬉しく思います。他にも頂いたご意見は、次回以降の大会に生かしていかなければと思います。今回は2コートを使用しての大会でしたが、今後はコート数を増やしてもっとたくさんの方にご参加頂ける大会を目指して参ります。スポーツ推進委員としても講習会を行い、スムーズな試合進行によって皆さんに安心して楽しんでいただけるよう、主審と線審のスキルアップに努めたいと思います。

ニュースポーツ担当 M. M

**～優勝チームコメント～**

**Madam 五軒町B 様**

町会の婦人部の方に誘われて千代田区のニュースポーツ大会（ボッチャ）に参加しました。町会お揃いの赤いTシャツを着て、見た目で勝負（平均年齢71歳）気合と団結力をアピールしました。私が

ボッチャというスポーツを知ったのは、昨年2020東京パラリンピックをテレビ観戦した時でした。日本人選手の活躍。車椅子で熱のこもった一投一投の数々。カーリングに似ている。そんな印象でした。そのボッチャを体験できるのは面白いかも。そんな軽い気持ちで参加しました。試合の前に準備運動をして、ルールの説明を聞いて、まずはボールを触って投げてみる。意外と重みがある。上に投げたり、床を転がしたり、強弱をつけて...なんとなく出来そうな感じ。ホイッスルの合図で試合開始。白いボールのためにボールを投げるのだけど、思った通りに行けば大成功。なかなか難しい。たまにすごくいいショットが出た時は敵も味方も関係なく、手をたたいて褒めてくれる。久々の高揚感。スポーツが得意でなくても気軽に楽しめました。全試合が終わってみたら、5チームの中で1位という思いがけない好成績でした。

大会関係者の方々お世話になりました。楽しい時間ありがとうございました。

## 全国スポーツ推進委員研究協議会

令和4年11月17日(木) 18日(金) 滋賀県草津市

「わたS I G A 輝く未来のために」～スポーツでつながる喜びを～というテーマで、滋賀大会として未だに続くコロナ禍の中、人数を制限しながらも三年ぶりに開催されました。全国スポーツ推進委員連合より各都道府県一団体に与えられる優良団体として、東京都は千代田区スポーツ推進委員協議会が表彰されました。これも偏に、今まで協議会で活動してきた委員の皆さん、現役の委員の皆さん、そして後ろから活動を支えてくださる家族の皆さん、更にはいつの場面においても協力してくださる行政の皆さんのお蔭と感謝申し上げます。滋賀大会は、新しいスポーツ基本法により、体育指導委員からスポーツ推進委員に名称が変わり役割も改められ、新たに与えられた役割の中でいかにすべきかを、講演と実例紹介で研究する大会となりました。

推進委員 H. U

### 今後の予定

#### 区民スポーツ大会

- 6月4日・11月3日 ニュースポーツ大会（ボッチャ）
- 7月17日 ファミリーバレーボール大会
- 7月23日 ボウリング大会
- 9月3日 フィールドアスレチック
- 9月23日・24日 ソフトボール大会
- 3月3日 ドッヂビー大会

#### スポーツ推進委員活動

- 5月28日・10月23日 ニュースポーツ講習会（ボッチャ）
- 6月9日・10日 関東スポーツ推進委員研究大会
- 7月2日 東京都スポーツ推進委員広域地区別研修会（第一ブロック）
- 10月9日 体力測定会
- 11月16日・17日 全国スポーツ推進委員研究協議会

※新型コロナウイルス等の影響により、変更の可能性あり。

## 編集後記

新型コロナウイルス感染症の様々な規制が緩和され、ウイルスとは呉越同舟しながらも日常生活と共にスポーツが出来る環境も通常のあり方に戻りつつあります。私達スポーツ推進委員の活動も、一時停止からにわかに活動が活気だってきました。あらためて千代田区在住・在勤・在学の皆様に、楽しくカラダを動かし充実した時間を過ごせますよう、今年も様々な事業イベントを企画しています。区内広報板・区報・区HPにて開催情報を掲載いたしますので、是非ご参加くださいますようお願い申し上げます。

広報誌担当 K. Y