



ちゅうスポだより

「ちゅうスポ」は府中市スポーツ推進委員の略称です

発行
府中市(スポーツタウン推進課)
府中市寿町一丁目5番地
042-335-4499
編集
府中市スポーツ推進委員会

第28回を迎える、**みんなのスポーツday**は、スポーツの日にちなみ、市内の6地域体育館を無料開放し、府中市民だれもがスポーツに親しめるきっかけとなるよう、府中市スポーツ推進委員会が、企画・実施しています。

今年度は、日吉体育館をパラスポーツ特別館として、午前中は前庭でブラインドサッカー体験、午後は体育室であすチャレ！運動会を実施します。

各館の実施種目については、下表のとおりとなっています。

日吉体育館のあすチャレ！運動会を除き、事前申し込みは必要ありません。入退場自由です。直接体育館へお越しください。

※体育館シューズを必ずご持参ください。

※各館の実施する種目や時間は、変更になる場合があります。詳しくは、スポーツタウン推進課又は各地域体育館へお問い合わせください。

※会場で撮影した動画、写真のSNSへの投稿は、お断りします。

白糸台体育館 042 (363) 1004
白糸台1丁目50番地

午前 (10:00～正午)
(10:00～12:00) ラリーテニス/卓球/ボッチャ/輪投げ/カローリング/トランポリン

午後 (13:00～16:00)
(14:00～16:00) ラリーテニス/卓球/ボッチャ/輪投げ/カローリング/トランポリン

特別企画
(13:00～14:00) 少林寺拳法演舞・体験

押立体育館 042 (367) 0750
押立町1丁目37番地

午前 (10:00～正午)
カローリング/トランポリン/輪投げ/玉入れ/ボッチャ

午後 (13:00～16:00)
ラリーテニス/ボッチャ/トランポリン/カローリング/輪投げ/玉入れ/フットサルキックターゲット

特別企画
(10:00～正午) 皆でフットサルチャレンジ

栄町体育館 042 (367) 0611
栄町1丁目1番地

午前 (10:00～正午)
ラリーテニス/トランポリン/ボッチャ/卓球/バドミントン/ソフトバレーボール/バグゴ/ストラックアウト/硬式テニス(屋外)

午後 (13:00～16:00)
(14:00～16:00) ラリーテニス/トランポリン/卓球/ボッチャ/バドミントン/ソフトバレーボール/ストラックアウト/ラダーゲッター/硬式テニス(屋外)

特別企画
(13:00～14:00) 殺陣紹介・忍者体験

日吉体育館 042 (363) 2501
八幡町3丁目8番地

今回はパラスポーツ特別館です
午前 (10:00～12:30)
日本ブラインドサッカー協会
『ブラインドサッカー®体験会』
入退場自由/事前申込み不要

午後 (13:00～16:00)
日本財団パラスポーツサポートセンター
『あすチャレ！運動会』
事前申込み制 詳しくは、



本宿体育館 042 (366) 0831
本宿町4丁目23番地

午前 (10:00～正午)
(10:00～10:20) 開会式・準備体操
(10:20～11:55) ボッチャ/卓球/ラリーテニス/トランポリン/輪投げ/バグゴ/ラダーゲッター/グラウンドゴルフ(屋外)

午後 (13:00～16:00)
(14:10～15:20) トランポリン/ラリーテニス/卓球/ボッチャ/ラダーゲッター

特別企画
(13:00～14:00) 新体操演技・体験
(14:10～15:45) チアリーディング演技・体験
同時開催：本宿体育館主催事業

四谷体育館 042 (368) 7455
四谷5丁目6番地

午前 (10:00～正午)
ラリーテニス/卓球/四半的弓道/フリースペース/バグゴ/カーレット/体力測定/ストラックアウト(屋外)

午後 (13:00～16:00)
(14:00～16:00) ラリーテニス/トランポリン/ボッチャ/フリースペース/カーレット/体力測定/ストラックアウト(屋外)

特別企画
(13:00～13:45) ダンス実演・体験

2024 ボールふれあいフェスタ報告

2024 ボールふれあいフェスタは、府中市内を拠点とするトップチームであるFC 東京、東芝ブルーパス東京、東京サントリーサンゴリアス、アルバルク東京、府中アスレティックFC、読売ジャイアンツ女子チームの協力のもと、市民がチームや選手と交流し、スポーツの振興に限らずスポーツを通じた賑わいや活力のある街づくりにつなげることを目的としたイベントです。市制施行50周年を記念して始められたこのイベントは、市制施行70周年の今年20年目を迎え、令和6年6月9日(日)けやき並木通り、フォーリス内「光と風の広場」を会場として開催されました。

スポーツ推進委員会では、このイベントの企画運営を行う実行委員としての協力や、イベント開催当日のポッチャ体験エリアの運営を行いました。

当日は、けやき並木通りで当委員会運営のポッチャ体験エリアの他に、バスケットボール、ラグビー、サッカー・フットサル、野球体験の各エリアアトラクションやPRブースが設けられ、フォーリス内「光と風の広場」ではトップチーム選手によるトークショーやじゃんけん大会が開催され、子供たちをはじめとする家族連れや多くの来場者が各体験エリアを訪れアトラクションに参加し、会場内は終始歓声に包まれ、大いに盛り上がっていました。

ポッチャ体験エリアには1,000人程の来場者が参加してくださり、イベント全体では、延べ5,800人もの来場者が訪れ、多くの方がトップチーム選手とのふれあいやエリアアトラクションの体験を楽しんでいる様子がうかがえました。

終始大盛況のうちにイベントを終了することができました。



◇委員活動報告◇ 白糸台文化センター圏域コミュニティ協議会 レク・スポーツ部会

白糸台文化センター圏域コミュニティ協議会では、スポーツ推進委員は5つの合同部会のうち、レク・スポーツ部会に所属しています。その中で大きく関わっているイベントはファイアの集い、スポーツの生活化(①ニュースポーツの集い(グラウンドゴルフの集い) ②輪投げ大会 ③カローリング大会)となっています。活動内容を紹介していきたいと思います。

ファイアの集いは、8月に南白糸台小学校で行われています。地域の皆様に夏の風物詩である花火(5種類)をお楽しみいただいております。次にスポーツの生活化のニュースポーツの集い(5月下旬実施)では、グラウンドゴルフが実施されます。押立公園にてシニアクラブ会員と地域住民の方を対象にご興味がある方々にご参加いただいております。続いて輪投げ大会(10月中旬実施)は、白糸台・押立地区シニア連合会が協力し、



地域の保育所の園児にも参加を呼びかけ、スポーツの振興と共に地域と世代間の交流が積極的に図られています。カローリング大会(11月上旬実施)は、東部四館合同カローリング大会に地域の皆様と一緒に交流をしながら参加し、活動をしています。全ての事業において、微力ながら円滑に遂行されるように活動を心がけ、スポーツ推進委員の役割を理解しながら地域の方々と交流を深めていきたいと思っています。

(井上 由佳子)

管外研修報告(キンボール)

令和6年6月29日に高尾の森わくわくビレッジにて、「キンボール」の研修会を実施しました。キンボールは、1986年にカナダの体育教師、マリオ・デマースが考案したチームスポーツです。このスポーツは、直径1.2メートル、重さ約1キログラムの大きなボールを使用し、3つのチームが同時に競います。各チームは4人で構成され、緑、黄、オレンジなど3色の異なる色のビブスを着用します。

試合はサーバーがボールを打つところから始まります。サーバーは「オムニキン」と叫び、その後に他のチームの色を指定します。指定されたチームはボールを地面に落とさずにキャッチし、次のサーブを行います。キャッチに失敗すると、他の2チームにポイントが与えられます。これにより、常に3チーム間でのダイナミックな攻防が続きます。

試合中はプレーヤー間のコミュニケーションが重要で、どこにサーバーがボールを打ってくるか予測し、どこにサーブを打てば相手にボールを取られいかを常に考えてゲームを行うため、ルールはシンプルですが、戦略とチームワークが求められるスポーツです。キンボールは全身を使うため、体力、協調性、反射神経を鍛えるスポーツとして子供から大人まで広く親しまれています。

今回の研修では7分のゲームを4試合ほど行いました。スピーディーにゲームが展開されるため、見た目以上に運動量が多いスポーツですが、ルールがわかりやすく、常にチーム内でコミュニケーションを取りながらゲームを行うため、初心者や初対面の人たち同士でも一緒に楽しめるスポーツでした。無理せずに楽しむよう参加者同士で声を掛け合いながらやることが、ケガを防止しつつ楽しむコツになります。



都スポ協ニュースポーツ研修会参加報告(ピックルボール)

令和6年6月15日に一般社団法人東京都スポーツ推進委員協議会主催のニュースポーツ研修会、ピックルボールに参加しました。

ピックルボールとは、バドミントンコートと同じ広さのコートで、板状のパドルを使い穴あきのボールを打ち合うスポーツです。最大の特徴は、穴あきボールが風の抵抗を受け、強く打ってもボールの速度が弱まるため大人から子供まで楽しめる簡単なスポーツであるということです。運動としても緩すぎず激しすぎずちょうどよい強度のため、アメリカではシニア世代を中心にブームになっており、アメリカで最も成長しているスポーツと言われています。

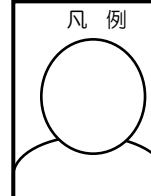
日本ピックルボール協会アスリートコーチ西村氏による基礎知識とゲーム進行の講義それと質疑応答があり、その後ダブルスでゲーム体験という流れで試合を行いました。

簡単にルールの説明をすると、レシーバーはサーブを一度バウンドさせてから返球し、受けるサーバー側も一度バウンドさせて返球しなくてはなりません。その後はノーバウンド、ワンバウンドどちらで打っても構わなく、ネットのそれぞれ手前2.13mは、ノンボレーゾーンと言い、このエリアに触れた状態でのボレーは禁止となっております。サーブはアンダーハンドのみで、打点はウエストのラインよりも下で、打球時にパドルの先が手首よりも下にしないといけないルールになっているので、頭で色々考えてしまうとボールがうまく飛ばなかったり、夢中になりすぎてノンボレーゾーンに入ってしまったたり、慣れるまで少々時間がかかってしまいましたが、終わりの頃はラリーがいい感じで続く状態まで習得できました。



令和 5 年度・6 年度 府中市スポーツ推進委員紹介

令和 6 年 5 月現在

 総務部 石田 宜久 総務部 中央地区 本宿体育館	 総務部 井上 由佳子 総務部 白糸台地区 白糸台体育館	 事業部 井上 恵一 事業部 西府地区 四谷体育館	 副会長 大竹 ひとみ 総務部 片町地区 栄町体育館	 菊池 すみ子 研修部 片町地区 栄町体育館	 岸 優子 研修部 中央地区 日吉体育館	 木村 健二 研修部 武蔵台地区 栄町体育館	 事業部 鴻巣 裕司 事業部 押立地区 押立体育館
 事業部 小谷 恵理 事業部 武蔵台地区 白糸台体育館	 古口 時治 事業部 新町地区 栄町体育館	 佐伯 紀亜 研修部 四谷地区 本宿体育館	 坂口 泰亮 事業部 紅葉丘地区 押立体育館	 下島 博美 研修部 片町地区 押立体育館	 研修部 鈴木 英俊 研修部 住吉地区 四谷体育館	 会長 瀬戸口 幸則 総務部 四谷地区 四谷体育館	 監事 中川 一郎 研修部 白糸台地区 日吉体育館
 中島 順子 研修部 是政地区 日吉体育館	 会計 成田 フサイ 総務部 住吉地区 四谷体育館	 濱田 輝之 事業部 紅葉丘地区 日吉体育館	 副会長 深津 康人 事業部 是政地区 押立体育館	 元山 薫 研修部 西府地区 本宿体育館	 吉岡 大翼 事業部 押立地区 白糸台体育館	 渡邊 朋子 事業部 新町地区 本宿体育館	 凡例 委員会役職 氏名 所属部 担当地区 みなスポ担当館

委員会ロゴをつくりました

委員会が活動していることを広く多くの方に知っていただくため、委員会ロゴを作成しました。

府中市の「F」、スポーツの基本でもある「走る姿」をモチーフにしています。



受賞報告

令和 6 年 5 月 18 日に、一般財団法人東京都スポーツ推進委員協議会から、次の委員に感謝状が贈られました。

令和 6 年度東京都スポーツ推進委員永年勤続（10 年の功労）

中 川 一 郎 委員

スポーツ推進委員担当地区一覧表

中 央	石田 宜久	是 政	中 島 順 子
	岸 優 子		深 津 康 人
白糸台	井上 由佳子	紅葉丘	坂口 泰 亮
	中 川 一 郎		濱 田 輝 之
西 府	井上 恵 一	押 立	鴻 巣 裕 司
	元 山 薫		吉 岡 大 翼
武蔵台	小谷 恵 理	四 谷	佐 伯 紀 亜
	木 村 健 二		瀬戸口 幸 則
新 町	古 口 時 治	片 町	大 竹 ひとみ
	渡 邊 朋 子		菊 池 すみ子
住 吉	鈴 木 英 俊		下 島 博 美
	成 田 フサイ	地区：文化センター圏域	

編集後記

元旦に発生した能登半島での大地震、年明けの団欒が襲われてしまいました。心よりお悔み、お見舞いいたします。

ちゅうスポだよりのレイアウトを、読みやすくするために縦書きから横書きにしました。

委員会は、5 月から 4 名増えて 23 名体制となりました。

委員会のロゴを作成しました。ロゴを持っている委員会は少数ですが、いかがでしょうか。(S)