



体協ニュース

第72号

新しいスポーツイベント ぐるスポ をスポーツセンターにて開催

令和5年10月9日(月)スポーツの日、新しいスポーツイベントとして“ぐるスポ”が市民スポーツセンターにて開催されました。当日はあいにくの雨ではありましたが、約3100の方が来場され、いろいろなスポーツを体験し、グルメを堪能され、楽しい一日を過ごされました。体育協会は当日、第2体育室、第1・第2武道場にて「第12回スポレクフェスティバル」として、加盟団体によるスポーツ体験、「ギネス種目に挑戦」やあそびのコーナーを実施しました。スポレクフェスティバルの参加者数は役員を含め約1500人でした。

スポレクフェスティバル

スポーツ体験

加盟団体より10種目

他にプロのダブルダッチ
チーム Bee Worker による
ダブルダッチ体験



ダブルダッチ



柔道



剣道



なぎなた



弓道



ゲートボール



ユニカール



グラウンドゴルフ



太極拳



スポーツウエルネス吹矢



ビーチボール

ギネス種目に挑戦



あそびのコーナー



【種目】コーヒー豆移動 テニスラケット両面打ち
片足横跳び ピンポン玉投げ 2人組ボール送り

【内容】けん玉 わなげ ラダーゲッター ストライクナイン
紙でっぽう作り・紙ひこうき作り

シニアスポーツ振興事業 講演会 テーマ 《健康寿命を延伸させる食事》

令和5年9月23日(土) 10:00~12:00 スポーツセンター 大会議室

講師 西村一弘氏



西村一弘氏

駒沢女子大学
健康学部教授

メタボ予防からフレイル予防へのギアチェンジする時期が大切。やせ気味の方は、しっかり食べてフレイル予防。**乳和食**は緩やかに減塩でき、認知症や糖尿病にも効果があります。糖質は身体と脳にとって必要な栄養素なので、適量摂って楽しく身体を動かす**適糖**生活で、いつまでも自分の足で立ち、元気に過ごしていきます。どの年代から始めても十分効果はありますが、若い時から取り組むことが重要です。

講演会の資料は 体協 HP「加盟団体へのお知らせ」のページに掲載してありますので、ご覧ください。



↑
栄養を中心に最新の健康情報を教えていただきました。

質疑応答も活発に行われました。➡



表彰受賞者の紹介 おめでとうございます

◆文部科学大臣表彰 10/13
生涯スポーツ優良団体
東村山市ソフトテニス連盟

◆東京都知事表彰 10/2
スポーツ振興功労
東村山市クレール射撃連盟

◆東京都スポーツ功労賞 11/3
団体 東村山市ゴルフ連盟
個人 大山紀二氏
(東村山市少年軟式野球連盟 顧問)



ソフトテニス連盟会長 平島淳一氏



クレール射撃連盟会長 川北吉孝氏



左より ゴルフ連盟会長 榎本重雄氏
少年軟式野球連盟顧問 大山紀二氏
ゴルフ連盟理事長 田中重義氏

加盟団体の活躍 おめでとうございます

◆令和5年度
都民生涯スポーツ大会
6種目 12競技 57名エントリー

剣道 ベスト8

水泳 年代別

海野徳紹 25m・50m背泳ぎ 3位

森山雄二 25m・50mバタフライ 1位

神田浩人 50mバタフライ 1位

100mバタフライ 3位

◆第35回都民スポレクふれあい大会 3種目 52名エントリー

ウエルネススポーツ吹矢

団体戦 4位 東村山センター支部
8位(130チーム中)

個人戦 5位 乾里美選手(370人中)

ターゲット・バードゴルフ

女性Sクラス 3位 田中喜美子 4位吉岡美智子

ホールインワン賞 清水明子

ジュニア育成地域推進事業 研修会

《テーマ》 組織の活性化その4 最終回

講師 日本女子体育大学准教授

芳地泰幸先生

11月11日(土)
10:00~12:00
スポーツセンター
大会議室



毎回ゲーム的要素のあるグループ
実習は大いに盛り上がり、とても勉強になります。

【今後の予定】

令和6年

・ 1/20(土) 2024 東村山市新春スポーツ懇親会

・ 2/13(火) 第5回代表者会

・ 3/10(日) 第49回東村山みんなで走ろう会

※役員全体会議 2/27(火)19:00~

《加盟団体との連絡会議》

2月中(予定)