



Vol.26

～町を元気に！汗かきスポーツ推進委員の活動～

明けましておめでとうございます。
新しい年を迎え、いかがお過ごしでしょうか？
一年のスタートには、スポーツ・健康を通しての新しい目標を掲げてみるのも良いですね。

■第9回 築上町内駅伝大会にスタッフとして参加

開催日：12月7日(日) 場所：築上町アグリパーク周回コース

主催：築上町体育協会

当日、スタッフとして築上町内駅伝大会に参加しました。例年に比べて、参加チームが少ないようでしたが、小・中・高の児童生徒や一般ランナーが時折吹く寒風の中、疾走していました。また、ゴール付近では一生懸命に走る姿に、保護者の方々などから激励や歓声が響き渡っていました。参加者の中には、仮装をして走ったチームもあり、楽しく過ごすことができました。来年度は、チーム数がより増えればいいと思います。(木村 正夫)



■平成26年度 京築地区スポーツ推進委員協議会研修会(第3回)に参加して

開催日：11月9日(日) 場所：みやこ町立中央公民館 他 主催：福岡県スポーツ推進委員協議会・京築地区スポーツ推進委員協議会

講義・実技：「誰もが一緒に簡単に楽しめるスポーツレクリエーション」
講師：福岡県レクリエーション協会 理事 トントン王国 主宰 高宮 隆二氏

今回、「誰もが楽しめる」ということをテーマとした講義・実技の研修会に参加しました。

まず、講義では、遊びの要素を取り入れた運動をすることにより、心と身体が元気になり介護予防にもつながるということを学びました。その後、講義内容を踏まえ、ボールなどの道具を使い、「言葉とは逆の動作をする」という簡単なレクリエーション



を通じた実技を体験しました。

それは「右」と言った場合「左手」でボールを取るなどのレクリエーションでしたが、思う様に身体を動かさず、体育館内では、たくさんの笑い声が響き渡りました。

この体験を活かし、今後みなさんと楽しめるよう取り組んでいきたいと思ひます。(森口 淳子)

お問い合わせは
生涯学習課 社会教育係 (支所内線：261) まで