



西東京市スポーツ推進委員だより

●編集／西東京市スポーツ推進委員会 ●発行／西東京市生活文化スポーツ部 スポーツ振興課
●〒188-8666 西東京市南町五丁目6番13号 田無第二庁舎5階 電話：042-420-2818



令和5年4月20日撮影

令和5年度 西東京市スポーツ推進委員



西東京市スポーツ推進委員会
会長 田村 真理子



西東京市生活文化スポーツ部
スポーツ振興課長
越沼 明彦

スポーツ基本法に基づき、令和4年3月25日に文部科学省による「第3期スポーツ基本計画」が策定され、令和4年4月よりスタートしました。

新たな3つの視点として

- ①スポーツを「つくる／はぐくむ」、
- ②「あつまり」、スポーツを「ともに」行い、「つながり」を感じる、
- ③スポーツに「誰もがアクセス」できる、と支える具体的な施策を示されています。

全ての人が自発的にスポーツに取り組むことで自己実現を回り、スポーツの力で、前向きで活力ある絆の強い社会を目指し、一緒に取り組んで行きましょう！

「共生社会の実現」に向けて、障害のある人もない人も共にスポーツに親しみ、健康で安心して暮らせる社会が求められています。

これからも市民のスポーツへのニーズに答え共に楽しみながら活動して行きたいと思っております。

西東京市スポーツ推進委員の皆様におかれましては、これまで3年以上に渡る新型コロナウイルス感染症が拡大する中でも、粘り強く議論を重ね、綿密な準備のもと、市民スポーツの推進事業へのご協力を賜り、心より御礼を申し上げます。令和5年度におきましては、誰もが参加できるENJOYニュースポーツのほか、ウォーキング、ポッチャ大会、体力テストやドッジボールなど、今まで制約されていた各事業を委員の皆様のご協力により実施する予定としております。

これらは、子どもから高齢者の皆様のほか、障害をお持ちの方まで、誰もがスポーツに参加できるとともに、参加者に身近に寄り添って支援をしていただいております。

これからは、社会の状況変化に適応しながらスポーツが与える共感や感動を市民の皆様にご提供していただくことを期待するとともに、スポーツの推進に取組みたいと考えております。今後も、スポーツ推進委員の皆様が健康で楽しくお力添えをいただきたく、よろしく御願申し上げます。

西東京市ポッチャ大会



日 時 令和4年6月12日(日) 12:00~18:00
場 所 西東京市スポーツセンター 第1体育室
参加者数 57名(応援者10名)合計67名

令和4年6月12日(日)スポーツセンターにて「西東京市ポッチャ大会」が開催されました。4ブロックで予選リーグを4エンドで行い、決勝トーナメントは6エンドで対戦しました。ENJOY ニューススポーツにご参加いただき腕を磨いたベテランチーム、小学生と保護者のファミリーチーム、気の合う仲間同士の和氣謠々チーム、役所職員のヤングマンチームなど老若男女問わず16チームが参加し白熱した試合が繰り広げられました。また、本大会で各ブロック1位の4チームは、12月10日に行われた「2022ポッチャ多摩六都カップ」に西東京市代表として出場していただきました。市長との記念撮影など参加者の笑顔が輝く大会でした。

2022ポッチャ多摩六都カップ



日 時 令和4年12月10日(土) 12:30~16:00
場 所 西東京市スポーツセンター 第1体育室
参加チーム:20チーム(各市から4チーム) 参加者数:72名

多摩北部都市広域行政圏協議会(小平市、東村山市、清瀬市、東久留米市、西東京市)主催で行われたポッチャ多摩六都カップは、今年度は西東京市が幹事市となり、12月10日(土)西東京市スポーツセンターで開催されました。

大会開催に先立ち、10月22日(土)には各市スポーツ推進委員にもご参加いただき、西東京市スポーツセンターで審判講習会が行われました。東村山市スポーツ推進委員会鈴木会長にご指導いただき、試合進行の確認やグループに分かれて、大会のシミュレーションを行いました。大会当日は、5市のスポーツ推進委員が審判を務め、各コートで熱戦が繰り上げられました。

市民体力づくり教室 春のウォーキング(深大寺)



日 時 令和4年5月28日(土) 8:30~12:30

「新緑の多摩を悠々散歩 ~多摩地域の歴史に触れ合いながら~」

晴天に恵まれ、令和4年5月28日(土)、55名の方にご参加いただき、田無駅北口から堀合遊歩道、三鷹跨線人道橋、八幡大神社を通り、深大寺までのおよそ8.5kmのコースで実施いたしました。

このコースは今では街道となっておりますが、昭和10年から20年代にかけ、三鷹から東久留米に繋がる貨物輸送用の引込線があり、その路線跡地を辿りながら、当時の様子を想像しながら先を目指けました。

また、昭和4年に完成し、作家太宰治も好んだ三鷹跨線人道橋も撤去が決まっており、最後の跨線人道橋をみんなで惜しみながら渡り、ゴールの深大寺までの8.5kmを完歩いたしました。

汗ばむほどの気候の中、普段から見慣れた光景ではあるこの地域の歴史に触れ合いながら、当時まで想いを馳せた春のウォーキングでした。

市民体カテスト

日 時 令和4年10月16日(日) 8:30~17:00
場 所 南町スポーツ・文化交流センター「きらっと」
参加者数 54名

市民体カテストは、市民の皆様へ体力測定を通じて自己の体力を知り、健康維持に役立てていただくことを目的としています。新型コロナウイルス感染症対策をとりながら、午前28名、午後26名の市民の皆様に参加いただきました。年齢に関係なく共通種目として、握力、上体越し、長座体前屈を行い、66歳未満の方々にはその他に反復横跳び、立ち幅跳びを行っていただき、65歳以上の方々には共通種目の他に開眼片足立ち、10m障害物歩行を行っていただきました。参加された市民の皆様にとってはご自分の体力を知る機会となり、今後のご自身の健康維持・体力増進に役立てていただけるよう引き続き本事業を取り組んでいきます。



市民体カづくり教室 七福神ウォーキング 川越七福神めぐり

日 時 令和5年1月7日(土) 8:00~12:40
場 所 川越市内
参加者数 46名

当日は天気心配されましたが晴れて穏やかなウォーキング日和となり、田無駅を出発し本川越駅下車。班ごとにストレッチを行い妙善寺(毘沙門天)~天然寺(寿老人)~喜多院(大黒天)~成田山(恵比寿天)~蓮馨寺(福祿寿神)~時の鐘~菓子屋横丁~見立寺(布袋尊)~妙昌寺(弁財天)~熊野神社解散まで約7キロのコースを歩きました。喜多院の「徳川家光誕生の間」や「春日局化粧の間」など江戸城から移築し再建され建物など多くの重要文化財を拝見しながらウォーキングを楽しみました。初めて参加の方から16回参加された方までとても楽しかった!距離が丁度良かった!続けて欲しい!など沢山の方々からお言葉をいただき今後の励みになりました。来年の七福神ウォーキングも、多くの市民の皆様にご参加いただけるよう引き続き取り組んでいきます。



ドッジボールをやってみよう!

日 時 令和5年2月19日(日) 9:00~16:20
※午前中はスポーツ推進委員を対象に審判研修を実施
場 所 西東京市スポーツセンター 第1体育室
参加者数 39名

みんな大好きドッジボール。コロナ流行前、毎年行われていたドッジボール大会は大盛況でした。今回、3年ぶりに5、6年生対象の「ドッジボールをやってみよう!!」として復活。男女混合の3チームが参加してくれました。最初は公式ドッジボールのルール講習。ラインを踏むと当ててもセーフになっちゃう。ルールは知っていないとね。ボールを使って練習した後はお待ちかねのゲーム体験。1回のゲームは5分間。一生懸命ボールを投げ、キャッチ。ナイスプレーも沢山ありました。楽しそうにドッジボールをする小学生の姿を見て審判をした私達も嬉しく思いました。



令和5年度事業計画

体づくりウォーキング	令和5年 秋 令和6年 お正月	秋のウォーキング 七福神ウォーキング
ENJOYニュースポーツ2023 ユニカール・ポッチャ・輪投げ等	(毎月1回 最終日曜日)	スポーツセンター (4月～8月) 南町スポーツ・文化交流センター 「きらっと」(10月～2月)
ENJOYニュースポーツ2023 交流会	① 9/24 (日) ② 3/31 (日)	①スポーツセンター ②南町スポーツ・文化交流センター 「きらっと」
ドッジボールをやってみよう! ① 3・4年生 ② 5・6年生	① 7/1 (土) 7/2 (日) ② 2/17 (土) 2/18 (日)	スポーツセンター
西東京市ポッチャ大会	11/5 (日)	スポーツセンター
市民体力テスト	10/15 (日)	南町スポーツ文化交流センター 「きらっと」

ENJOY ニュースポーツ 2023

日時：毎月最終日曜日 9：30～11：00

場所：4～9月／西東京市スポーツセンター

10～3月／南町スポーツ・交流センター「きらっと」

令和3年度は新型コロナウイルスの影響で、年間10回の実施計画のうち3回しか実施できませんでした。今年度はすべての日程で実施することができ、市民の皆様にも喜んでいただけたのではないかと思います。

お子様から高齢の方まで、障がいのある方もない方も、初めての方でも、すぐにゲームが楽しめるニュースポーツの体験会です。

- ユニカール／冬季オリンピックで行われるカーリングのように、ストーンをカーペット上で滑らせて競います。
- ポッチャ／パラリンピックの正式種目。競技人口も増え、ますます人気が高まっているスポーツです。
- 輪投げ／誰でも出来て、簡単に楽しめますが、実は奥が深いスポーツです。

ご家族で・お友達と・お一人でも、お気軽にご参加ください。

9月と3月には「交流会」を開催します。詳しくは市報をご覧ください。

