

# スポーツひろば



日の出町イメージキャラクター「ひのでちゃん」



第45号

- ◆発行日 令和4年7月1日
- ◆発行 日の出町教育委員会文化スポーツ課
- ◆編集 日の出町スポーツ推進委員会

## 会長挨拶

コロナ禍で3回目の夏を迎えようとしています。一昨年から取り組んでいたラジオ体操動画配信は、いろいろな壁があり実現ならずでしたが、町内では、ラジオ体操やウォーキングが手軽に取り組める運動として定着してきたようで嬉しく思います。感染対策を施しながら、スポーツイベントも始まっています。東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会も、工夫された新しい取り組みの中で実現しました。令和4年度も、私たち“スポ推”10人で、元気と頭脳を集結させて活動していきます。どうぞよろしくお願いいたします。 令和4年7月1日 会長 敕使河原 麻美

## ★令和4年度事業予定★

事業名	開催年月(予定)	場所(予定)
ポッチャ教室 (町民対象) 	6月5日(日) 終了いたしました	本宿小学校 体育館
ポッチャひのでちゃんカップ (町民対象)	6月26日(日) 終了いたしました	本宿小学校 体育館
秋のNEWスポーツチャレンジ (町民対象) 	9月23日(金祝)	スポーツパーク・ やすらぎとふれあいの丘
ゴルフ教室 (小・中学生対象) 	10月	東京サマーランド ゴルフ練習場

日の出町スポーツ推進委員だより

グラウンドゴルフ教室 (小・中学生対象)	11月	町民グラウンド
町民ウォーキング (町民対象)	令和5年3月	未定



\*各事業の「開催月」「場所」については「予定」となっています。詳細が決まりましたら、広報日の出、ホームページ、twitter、自治会回覧等でご案内させていただきます。

## ～事業報告～

### 第1回町民ウォーキング



令和3年11月21日は日の出町スポーツ推進事業である町民ウォーキングがありました。

今回はイオンモール日の出を出発し、草花公園などを経由して二宮神社を目指します。最初は少し曇っていた空模様も徐々に晴れて暖かくなり、歩くには丁度良い気候の中実施することができました。

川沿いの道は歩くにはとても気持ちがよく、鴨や鷺など身近な生き物にも出会うことができました。自然との触れ合いは気持ちをほっこりさせてくれますね。

途中の森山神社では神主さんから歴史や成り立ち、二宮神社との関係性などとても興味深い話を聞くことができ、参加者の皆も貴重な経験ができたと言っています。

皆さんとても快調に歩かれていましたが、休憩を挟みながら一人ひとり自分のペースも大切に目的まで向かいました。コロナ禍ということでマスク着用でしたが、それでもわかるくらいに皆さんにこやかに、良い雰囲気でしたよ。

遠くに見える山々や街路樹など綺麗に色付き始め、紅葉を楽しむのにも丁度良い季節でした。

目的地に着いた時の達成感や充実感、そして丁度いい疲労感なども感じながら、心も体も健康になった気がします。

ぜひ次回のスポーツ推進事業にご参加ください。 横田



## ポール&ノルディックウォーキング

令和3年12月19日（日）にポール&ノルディックウォーキングを開催いたしました。

例年は春の桜の咲くころに開催しておりましたが、コロナ禍で数々のイベントが延期、中止・・・この時期は感染状況も落ち着きを見せウォーキング関連であれば開催できるのではないかと判断し12月ですが開催することになりました。当日は天気にも恵まれましたがやはりそこは師走。。やはり寒い。。そんな中でも歩くことが大好きな7名の精鋭にご参加いただきました。

コースは、日の出町役場から寶光寺へ向かい鹿野大仏まで登り、その後春日神社まで足を延ばしました。そこから町役場で引き返すという行程でした。

ポール&ノルディックウォーキングは使用する2本のポールの種類によって使い方が違います。参加された方々は出発前に自分に合ったポール、その使用方法をしっかりと練習してスタートしました。歩いているうちに寒さを忘れるほどになってきます。と同時にポールの使い方にも慣れてきたようでした。どんな方にもそのひとにあったポールと歩き方があるはず。でもそんなに固く考えないでください。自分にあった形で2本のポールを使って通常のウォーキングと比べ全身運動が期待できることが今回の目的です。今後もこのイベントは開催予定ですので是非ご参加してみてくださいはいかがでしょうか？

ぜひお待ちしております。 佐々木



## 第2回町民ウォーキング

令和4年3月27日（日）に町民ウォーキングが開催されました。当日、参加された方は12名となり、まだ新型コロナウイルスの影響があるのか定員には達しませんでした。しかし少人数だった為スポーツ推進委員の負担は軽減され、今までにないくらい安全に留意し、進行できました。

今回のコースはアップダウンが多くあるのと、参加者の最高齢が80歳ということで少し不安な面もありましたが、気候もよくコースの途中で何カ所か日の出町のクイズがあったので、楽しみながら休憩できたのが非常に良かったと思いますし、問題なく進行できた要因だと考えます。

歩くペース配分も良かったと思いますし、今回の開催で特に大きな反省点はなかったと感じます。 笠間



## わたしたちのまちのスポーツ推進委員紹介



会 長  
敎使河原 麻美



副会長  
吉原 伸治



副会長  
新居 寛之



委 員  
青木 隆之



委 員  
北嶋 俊宏



委 員  
笠間 佑介



委 員  
佐々木 教裕



委 員  
横田 浩嗣



委 員  
工藤 真登香



委 員  
荻原 直樹



ポール&ノルディック in 中里橋



第1回町民ウォーキング

In 二宮神社



スポーツ推進委員会事務局・文化スポーツ課スポーツ振興係

☎ 042-588-5806 ✉ [bunka@town.hinode.tokyo.jp](mailto:bunka@town.hinode.tokyo.jp)