

# ひとりスポーツ

身近な場所で、さまざまな世代と一緒に楽しめるスポーツができる機会が増えていることをご存じですか。

最近の宇都宮のスポーツ活動事情を、ミヤリーと友達のハッピーが紹介します。



ミヤリー

ハッピー

よね。何だろう？

人数や場所によってルールを変えて、自由に活動できる「ニュースポーツ」だよ。

知っている。去年、大会も開催されていたよね。宇都宮はスポーツに触れられる機会が、地域にたくさんあるよね。

そうだね。他にも地区市民センターの掲示板にも、スポーツなどの活動をしているサークルをたくさん紹介しているよ。

いいなと思う活動に、気軽に試してみたいかもね。

そして、こうした機会を支えてくれているのが、地域のスポーツコーディネーター「スポーツ推進委員」なんだ。今回は、スポーツ推進委員会会長の柳田利夫さんにお話を聞いたよ（下の図）。

心強いスポーツコーディネーターがいて安心だね。

体を動かすだけでなく、いろんな人と交流するために参加してみるのも楽しそうだね。

ハッピー、こんな寒い日にバドミントンのラケットを持って、どこに行くの？

地域スポーツクラブでバドミントンをしていくんだ。

地域スポーツクラブなら、ミヤリーも知っているよ。地域の人がたくさん集ったスポーツクラブだね（42ページ参照）。

その通り。身近な地域の中にあるクラブだから、会員は近所の顔見知りも多く、気兼ねもしないし、今まで道であいさつする程度だった人ともスポーツを通じて親しくなれるよ。クラブ運営も地域の人たちだから、例えば高齢者にも楽しめるスポーツがしたいと気軽に頼むこともできるんだ。

普段、あまり触れ合うこともない世代の人たちとも交流できるって魅力だね。

そうだね。他にも、さまざまな世代が、一緒に楽しめるスポーツがあるのを知っているかな？

体力や力の差も関係ないスポーツってことだね。

## 皆さんの健康を第一に 気軽に楽しめる スポーツの輪を広げる活動を



やなぎた としお  
**柳田 利夫さん**  
(市スポーツ推進委員会会長)

皆さんがいつまでも健康で自分らしい生活を送れるよう、私たち推進委員は、一人でも多くの人に体を動かしてもらうための活動をしています。皆さんに動いてもらうために必要なのは、スポーツの楽しさに触れてもらうこと。そこで、心掛けていることは、子どもから高齢者まで、どのような世代でも楽しめるスポーツの提供で、中でも力を入れているのは、ニュースポーツの普及です。勝ち負けの競技ではなく、年代を問わず一緒に楽しむことができ、内容もアレンジできるのが、このスポーツの魅力です。

スポーツの楽しさに触れ、一人でも多くの人と一緒に楽しむことで、長く続けてもらい、そして思いを同じにする人を増やして、スポーツの輪を広げていきたいと思っています。



■スポーツ推進委員「イチオシ」スポーツ  
▽さいかつぼーる バドミントンコートを利用し、楕円型のビーチボール（右下写真）を用いたバレーボール形式（5人制）のスポーツ。基本的なルールは一般的なバレーボールと同じですが、一度バウンドしてからレシーブしないとイケないため、楕円型のボールの変化にどう対応するかがポイントです。ボールの貸し出しもしているので、詳しくは、スポーツ振興課☎(632)2738へお問い合わせください。



- ◎スポーツ推進委員のさまざまな活動 5月のフェスタmy(マイ)宇都宮での新体力テストの実施、10月のジャパンカップサイクルロードレース・11月の宇都宮マラソン大会での立哨、地区の体育祭運営など。
- ◎この特集についての問い合わせは、スポーツ振興課☎(632)2738へ。