

スポーツ 推進委員だより

令和7年3月1日

発行: 国分寺市市民生活部スポーツ振興課

編集: 国分寺市スポーツ推進委員協議会

所在地: 〒185-8501

国分寺市泉町2-2-18

国分寺市役所

事務局: スポーツ振興課

TEL: 042-325-0145

スポレク広場

初心者・ファミリー大歓迎「スポレク広場」 楽しくスポーツ体験！

「運動をしたいけど、忙しくて団体やチームには所属できず、なかなか運動する場所を確保できない…」「軽く運動をして汗を流したい！」そんな方が気軽に運動できる場として、スポレク広場を開催しています。当日はスポーツ推進委員が用具の貸出や簡単な運動指導を行います。



【3月のスポレク広場の予定】

●ひかりスポーツセンター第一、第二体育室

3月15日(土) 14:00～16:30

●市民スポーツセンター第一体育室A面、B面

3月16日(日) 14:00～16:30

体験できる種目

バドミントン、卓球、ボッチャ、バスケットボール、ドッジビー、ミニテニス、ネオテニス ほか

モルック体験会

3月15日、16日のスポレク広場にて、 モルックの体験会を実施します。

「モルック」とは、北欧フィンランド発祥のスポーツ。点数の書かれたスキttlという棒を、モルックという棒を投げて倒して点数を競うチームスポーツが、日本で密かなブームとなっているのをご存知ですか?? 母国フィンランドでは、サウナとビールを楽しみながらプレイされている気軽なスポーツのモルックは、老若男女問わず一緒に楽しめるのも特徴です！とはいえ、独特な点の数え方もあり意外と戦略や技術も必要だとか!?この機会にぜひ、一緒に体験してみませんか?



室内履きをご持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。ロッカーもあります。

令和7年度のスポレク広場の開催日は、4月1日号市報でお知らせします。来場前に市ホームページやスポーツ振興課X等をご確認ください。



令和6年度 活動報告

ゼロからはじめるタップダンス運動講習会 (8月18日(日))

健康増進を目的としてタップダンス講師を招き、運動講習会を開催いたしました。当日はお子さんから80代まで幅広い年齢の方に参加していただきました。終始笑顔が絶えない素敵な回で参加者からも大変好評でした。



スポレクまつり(10月14日(月祝))

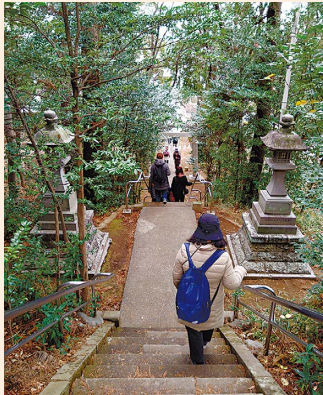
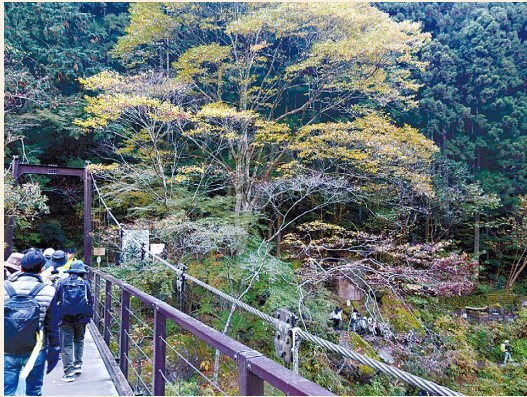
毎年恒例、10月「スポーツの日」に市内の体育施設を開放しています。今年も親子、友人同士の楽しい声がいっぱいに響きました。恒例種目の他、今注目の「モルック」の体験や、本格的な「吸盤アーチェリー」の矢を射る時の真剣な眼差し... など大人も子どもも良い汗を流し楽しみました。たくさんのご参加ありがとうございました。

スポーツ推進委員とは

国分寺市スポーツ推進委員は、『市民のスポーツの振興を図る活動』を行うため市長から委嘱を受けた非常勤特別職の公務員です。スポーツ事業の企画・運営から、地域スポーツ活動のコーディネートまで、広く国分寺市のスポーツを推進しています。

鳩ノ巣溪谷・白丸湖ハイキング
(11月24日(日))

当日は天気も良く、穏やかな気候の中、奥多摩の鳩ノ巣溪谷にて市民の方々27名を引率してウォーキングを行いました。今年は紅葉が例年より遅かったこともあり、絶好の紅葉タイミングで、奥多摩の秋を楽しんで頂けました。



市内神社巡りウォーキング
(1月12日(日))

天気予報では雨か雪のおそれがあるということでしたが、1月12日は意外なほど良い天気で、お正月の神社巡りは順調に進みました。

都スポーツ推進委員協議会
広域地区別研修会
(9月7日(土))

今年度の研修会は、小金井 宮地楽器ホールで開催されました。「地域住民のスポーツニーズに応えるスポーツ推進委員の役割」をテーマに、各市の発表がありました。国分寺市は、幅広い世代が楽しめるイベント・国分寺の良さを再発見するウォーキング等を報告しました。研修会で学んだことを、これからのスポーツイベントに生かしていきます。

障害者(児)運動会・お楽しみ会(10月5日(土))

市民スポーツセンターでの障害(児)運動会で、ボッチャのコートを設けました。障害者の皆さんとボランティアの方々と、ゲームを楽しんでいただきました。



こくぶんじ地域クラブ活動報告
(市内唯一の総合型地域スポーツクラブ)

令和6年度のこくぶんじ地域クラブの事業は、事業実施回数約120回、参加人数約2200名になる見込みです。
本年度は、都民参加事業のボッチャ・モルックの交流大会に、多世代の参加がありました。
これからもこくぶんじ地域クラブでは、子ども達から高齢者・障害者まで広く市民の皆さんの健康維持・増進を願い、多様なスポーツ体験の場を提供してまいります。

詳しくは、こくぶんじ地域クラブブログをご覧ください
こくぶんじ地域クラブ事務局
TEL：090-9824-0401
URL <http://blog.livedoor.jp/club59bunji/>



▲モルック交流大会の様子



▲ボッチャ交流大会の様子

スポーツ振興課から

第9回国分寺史跡駅伝(12月8日(日))

当日は天候にも恵まれ、駅伝に最適な気候で開催することができました。
各チーム実力を出し切っていただき、白熱したレースの大会となりました。



▲スタートの瞬間



▲ファミリーランのゴールの様子



▲閉会式