

# さんぽみち



発行 わがまち大田鵜の木地区推進委員会

連絡先  
鵜の木特別出張所  
3750-4241

## 活躍するわがまちの体育指導委員

### のびやかにみんなでステップアップ!

#### 体育指導委員の活動

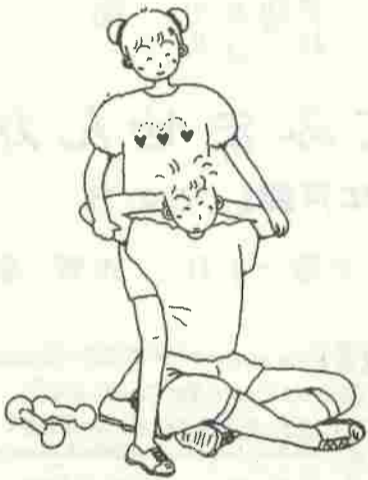
千鳥二丁目 糸川 公章

『体育指導委員』という言葉、聞いたことありますか? どんなことをするのかと言いますと、スポーツ振興法という法律で定められているところの『スポーツ振興のための、スポーツの実技・指導を行う、非常勤の地方公務員』だそうです。

近年の風潮として、スポーツという『競技スポーツ』は、オリンピックがよい例として、勝ち負け、早い遅い、うまいへた、というように勝負にこだわる傾向があります。しかし人間には個人差があるように、体力の差、年齢の差、男女の差があります。自分に合ったスポーツ(運動)をして、自分に適した体力の保持増進に努めることが、健康な精神と肉体を維持していくことになると思います。これが『生涯スポーツ』です。

私達体育指導委員は、色々なスポーツや運動をしたいという地域住民の方々の活動を、身近にある学校や公共の施設を活用して、地域クラブ化していくことも支援しています。子どもとお年寄りが一緒にできる運動、世代を超えて共通意識が芽ばえる運動、それは『体操』です。

ラジオ体操、準備体操、腰痛予防体操と『体操』には様々ありますが、大田区には、体育指導委員が発案した『大田っ子体操』があります。是非覚えてください。区の各種行事の準備体操として普及させようと努力しています。



#### 体育指導委員となつて

鵜の木二丁目 森田 光一

生活形態が変容し便利となる反面、体を動かすことがさらに減り人体への影響が顕著となってきました。

昨今は「成人病」とは言わず「生活習慣病」と呼ばれているようです。

この度、体育指導委員に任命されました。小さなお子様からお年よりの方まで広くたくさんの方々にはスポーツの楽しさと大切さを感じて生活に採り入れていただき、少しでも皆様の健康づくりに役立つよう微力ながら務めて行きたいと思っております。

それには、まず自分自身が楽しく参加する事が大切であると考えます。率先する者がつまらない顔をしていては参加される方が楽しめる訳もなく、スポーツの楽しさも伝わらない事でしょう。

地域の皆様と共に、大いに楽しんで参ります所存ですので宜しくお願ひします。



#### 体育指導委員の活動

鵜の木二丁目 岩間 弘

まず最初に、前年度まで体育指導委員として、活動して下さった海沼さん、滝本さん本当にお疲れ様でした。

私が体育指導委員に任命されて、一カ月が過ぎこの間に定例会、総務部会、二コーススポーツ研修がありました。

この二コーススポーツ研修では、大田っ子体操やビーチボール・ソフトテニスなど習い、覚えるのがたいへんです。これから二期二年間自分でどれだけ体育指導委員として関わっていかれるか、楽しみでもあり不安でもあります。

今後、何事にもあせらず前向きに取り組んでいきたいと思っています。地域の皆様と一緒に汗をかき楽しい活動にしていければと思いますので、よろしくお願ひいたします。

