



# スポーツ推進委員とは

## 推進委員の活動

推進委員は、誰もが生涯にわたって日常的にスポーツに親しみ、楽しむことで、生きがいを持ち心豊かに生活することができるよう「スポーツでいきいき長浜づくり」を目指し、地域での活動を進めています。そのために、地域における運動・スポーツ活動の充実やライフステージに応じた多様なスポーツ機会の拡充に取り組んでいます。

ここでは、その具体的な取り組みについて紹介します。

## 推進委員の自己研鑽

各種スポーツの審判講習や指導者講習等にも積極的に参加し、地域に伝達することも、推進委員の大切な役割の一つです。

また、スポーツ中の事故や体調不良に備えての救急救命講習は、推進委員にとって必須のものです。

誰もがスポーツに親しむことができ、ゆるやかな分野の知識が求められます。



車椅子スポーツ研修



救急救命講習

# 特集 スポーツ推進委員

～「スポーツでいきいき長浜づくり」を目指して～

世界最高峰の総合スポーツ競技大会であるオリンピック。今回のリオデジャネイロ大会でも、多くの感動を与えてくれました。

これから始まるパラリンピックへの期待とともに、オリンピック選手の活躍に心が熱くなり、自分でも何かできることはないかと触発されている人も多いはず

ウォーキングやジョギングなら自分でも始められますが、効果的な方法や続けるためのコツなどは、誰かに相談したいものです。仲間が必要なスポーツをした場合も同様でしょう。

そんなとき、地域には身近な相談相手として、スポーツ推進委員(以下、「推進委員」)がいます。長浜でも59人が活動しており、相談以外にニュースポーツの指導なども行っています。ここでは、推進委員の活動を紹介します、地域でスポーツをどのように推進しているのかに迫ります。

## 様々なニュースポーツや健康づくり

市および推進委員は、いつでも、どこでも、誰でもスポーツを楽しめるよう、様々なニュースポーツの普及に力を入れてきました。

特にビーチボールやグラウンドゴルフは目覚しく普及し、今では多くの地域でサークルができ、地域ごとの大会も数多く開催されています。

ユニカールのようなニュースポーツは、特別な技術や体力を要しないものが多く、誰もが楽しめるよう工夫されています。

推進委員は、気軽にスポーツが楽しめる環境づくりやスポーツを通じた地域活性化を陰で支えています。

## ○ビーチボール大会の開催支援

ビーチボールは、バレーボールとバドミントンのルールをミックスして子どもから高齢者まで年代を問わず誰でも参加しやすいように工夫されたスポーツで、誰でも気



▲ユニカールを指導する推進委員

軽に取り組めることから人気があります。ルール説明や審判など、推進委員による大会支援のもと、数多くの交流大会が開かれています。

## ○グラウンドゴルフで世代間交流

グラウンドゴルフは、高齢者向けのスポーツとして考案されたものですが、今では幅広い世代で親しまれており、世代間交流を目的とした大会も開かれています。推進委員は、誰もが身近な場所でスポーツを楽しむことや、スポーツを通じた世代間交流の推進にも尽力しています。

## ○健康ウォークの歩き方指導

地域の名所(神社や寺など)を歩くことで、健康増進はもちろん、地域の魅力を再発見できます。推進委員は、ウォーキングの楽しみ方、継続するために無理のない歩行距離、怪我をしないための歩き方等の指導を行います。

# スポーツの普及・推進

