

# スポ進だより

2018.3.25 No.46

■発行所/ひたちなか市スポーツ推進委員会  
■編集/広報部会  
■事務局/ひたちなか市民生活部  
スポーツ振興課  
■電 話/029(273)0111 内線 2112

ホームページ/<http://hitachinaka-taishi.jp/>

## 第58回

# 全国スポーツ推進委員研究協議会茨城大会

開催日 平成29年11月9日(木)～10日(金)

場 所 つくばカピオ



大会  
テーマ

## 「ファンスポーツ！」

～すべての人にスポーツの楽しさを～



茨城弁で熱弁!!



講 演 演題「私の野球人生」

●講師 大久保 博元氏  
(前東北楽天ゴールデンイーグルス監督)



熱心なスポ進の方がたくさん質問していました。

全員そろって今日もステキ!!





場所：ひたちなか市那珂湊体育館  
内容：ヘルシーボール体験

ルール

何回でもさわってOK!!  
相手コートに入れて得点だ!!



水戸地区  
スポーツ推進委員  
協議会  
女性研修交流会

平成29年9月14日(休)



全員集合  
ハイ!!ポーズ!!

ボールはヘルスパレーと  
同じだけどルールはカンタン!!  
誰でも気軽に楽しめる。



茨城県  
女性スポーツ推進委員  
研修会

平成30年3月3日(土)

場所：常総市  
石下総合体育館  
講師：君山 弘美 先生  
内容：「立腰体操」

「立腰(たてごし)」って???

読んで字のごとく「腰を立てること」  
姿勢がよくなると  
★頭の動きがよくなる ★美肌, キレイ  
★メンタルが強くなる いいことだらけ!!



まるで  
お笑い芸人の  
ような君山先生  
ステキ!!!



# 第66回 勝田全国 マラソン

平成30年1月28日(日)

## 出走者数

フルマラソン男子 … 9,873人  
 フルマラソン女子 … 1,538人  
 10km男子 …………… 3,987人  
 10km女子 …………… 1,807人  
 計17,205人

## 優勝者(フル)

男子 森橋 完介 2:16:51  
 女子 吉富 博子 2:33:56



こちらが  
有名な  
西原集会所



フィニッシュは  
目の前…  
あとひといき!!

ご苦労さまでした。  
フィニッシュ!!

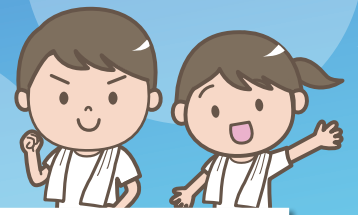


こちらも  
有名な  
荷物預かり所



10月

# 秋季大



## 一中地区



それー!!  
ひっぱれー!!



いっぱい  
はいれー!!

## 二中学区

ボールが飛び出さない  
ように気を付けて!!



水がこぼれないように  
慎重に!!

Love<sup>2</sup>です。  
…あれ?

## 三中学区

ボールが思うように  
転がないよ~~!



## 佐野中地区

優勝目指して  
がんばろう!!

一発で  
あてるわよ!!



かわいい♡

待ちに待った  
秋空での大運動会

# 8日(日) 運動会

はい!バトン!!



大島中学区

ゼッタイ  
負けない!

田彦中学区



息を  
合わせて  
1・2~



一丝乱れぬ  
演奏を披露!

阿字ヶ浦中学区

平磯中地区



何回  
跳べるかな?

なかなか入らないよ!!

おりや~



皆で持てば  
こわくない♡

那珂湊中学区



落ちるなヨ~



# スポーツ推進委員会で推奨

## 定期的に体験できる所



### みなとwaiwaiクラブ

毎月第1・3土曜日に開催しています。

その他各学区でも体験会等を開催しておりますので、コミュニティセンターや各地区体育部会員等にご確認ください。



各学区のウォーキングコース案内はひたちなか市スポーツ推進委員会ホームページをご覧ください。笠松運動公園<sup>(注1)</sup>と国営ひたち海浜公園<sup>(注2)</sup>のコースも掲載しています。

ホームページURL

<http://hitachinaka-taishi.jp/>

ひたちなか市スポーツ推進委員会

検索

### (注1) 笠松運動公園

開門時間 4月1日～11月30日 ▶ 6:30～21:00  
12月1日～3月31日 ▶ 7:30～21:00

休園日 毎月第1水曜日(祝日にあたるときはその翌日),  
12月31日, 1月1日  
※その他施設管理・害虫駆除等により臨時休園させていただく場合があります。

### (注2) 国営ひたち海浜公園

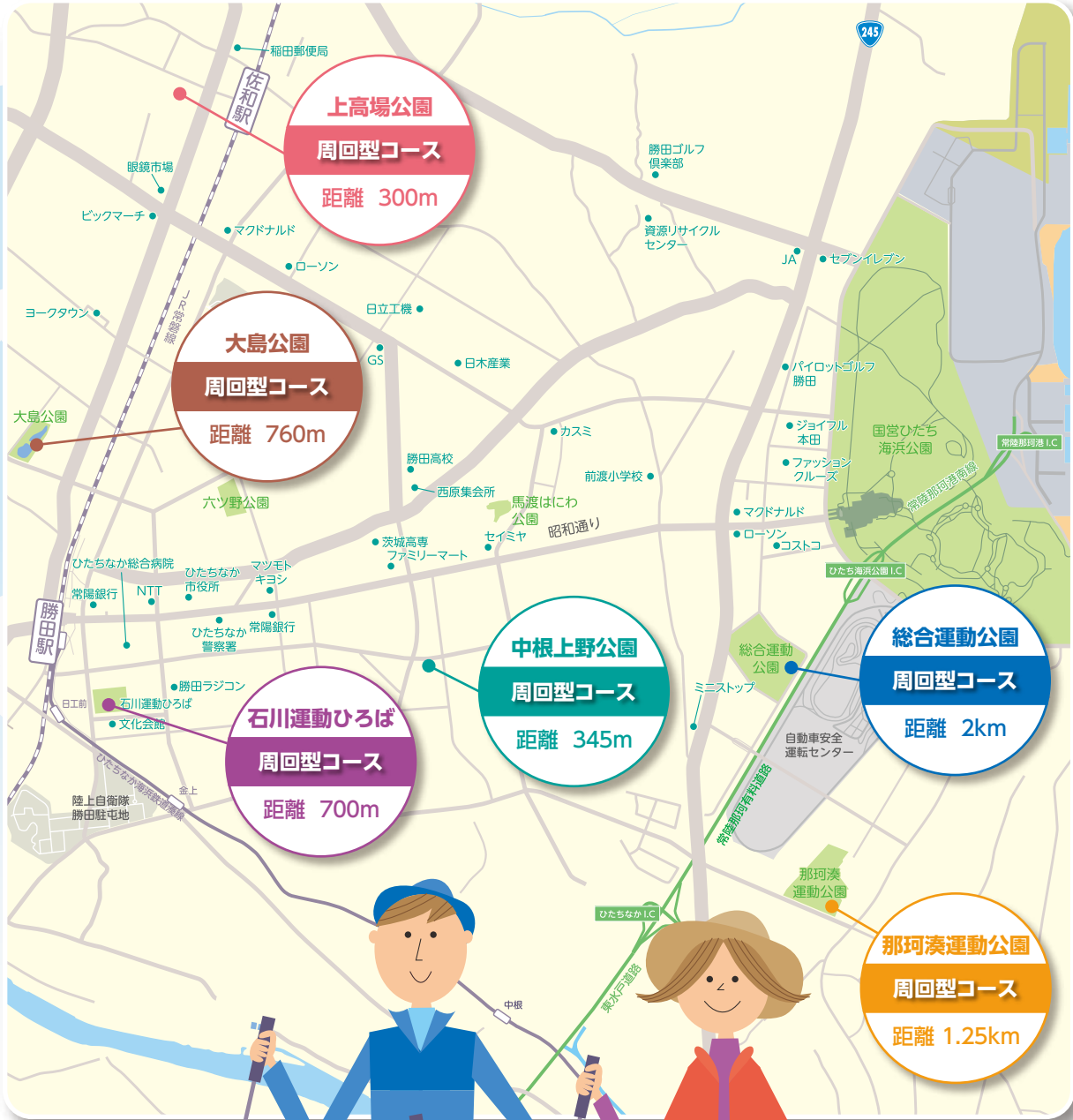
開園時間 9:30～17:00 ただし7月21日～8月31日 ▶ 9:30～18:00  
11月1日～2月末日 ▶ 9:30～16:30

休園日 毎週月曜日(祝日にあたるときはその翌日),  
12月31日, 1月1日, 2月の第1火曜日からその週の金曜日

毎日開園する期間 3月26日～5月31日, 7月21日～8月31日, 10月1日～31日,  
12月25日～30日

# ノルディックウォーキング!!

## ひたちなか市内ノルディックウォーキングコース一覧



# 第72回 三浜駅伝競走大会

期日：平成29年12月3日(日)



緊張のスタート…



平磯中学校生徒による選手宣誓



～スタート直後～



ドキドキのたすき待ち



たすきつながってます!



見事完走～～

## 編集後記

様々な行事や、市内でノルディックウォーキングが行える場所を掲載しましたので参考にしてください。

スポ進だより作成にあたり、たくさんの協力をいただきましたことに感謝いたします。



## 広報部員紹介 (中学区)

- |               |             |               |
|---------------|-------------|---------------|
| ◎杉 寄 (一 中)    | 小 川 (三 中)   | 関 根 (那珂湊中)    |
| ○根本(吉) (那珂湊中) | 山崎(広) (佐野中) | 大 内 (那珂湊中)    |
| 根本(隆) (一 中)   | 佐 藤 (佐野中)   | 面 澤 (那珂湊中)    |
| 倉 林 (一 中)     | 宇津野 (大島中)   | 薄 井 (平磯中)     |
| 黒澤(正) (二 中)   | 辻 井 (大島中)   | 黒澤(美) (阿字ヶ浦中) |
| 川 又 (二 中)     | 宮 本 (田彦中)   |               |
| 虎 間 (三 中)     | 山崎(健) (田彦中) |               |
- ◎部会長 ○副部会長