

# スポ進だより

2020.3.25 No.50

- 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/>

## 秋季大運動会 (佐野中地区, 田彦中学区)

期日 令和元年10月20日(日)

綱引き



引けえ～!!

佐野中地区

茨城国体と重なり、2地区のみの実施となりました。二中・三中学区は台風の影響で実施できませんでした。

いっせいの～で!

大縄跳び



高くても  
入るかなあ～?

田彦中学区



まわれえ～

台風の目



玉入れ

第60回  
全国スポーツ  
推進委員  
研究協議会  
三重大会

令和元年 11月  
14日・15日  
木 金

全国のスポーツ推進委員が集い、  
瀬古利彦さんの「心で走る」を  
テーマに講演がありました。

皇學館大學  
雅楽部による  
歓迎  
アトラクション



瀬古利彦氏  
による講演



ひたちなか市代表団



全国大会 会場  
津市産業スポーツセンター  
サオリーナ



吉田沙保里さん  
オリンピックユニフォーム

**水戸地区  
スポーツ推進委員  
協議会  
実技研修会**

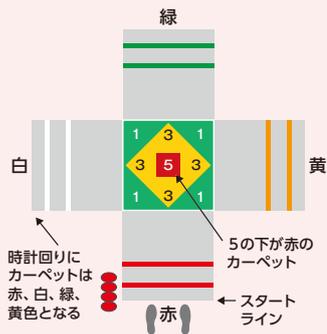
【場所】  
笠間市民体育館

令和元年  
**9月10日**  
火

**オーバルボール**

【概要】  
卵形の楕円形であるボールを各チームが4個ずつスタートラインから中央の得点リングに転がして乗せ、得点を競う競技である。  
健常者から障害者まで年齢に関係なく、幅広く対応できるゲームである。

【オーバルボール講師】  
茨城県レクリエーション協会  
井郷 栄



真剣な顔で  
ゲームを  
しています。

**レク式体力チェック**

【概要】  
ストロー・棒反射・棒バランス・ボトル巻上げ・着座体前屈・タオル絞りの6種目でチェック。  
講師の先生の手作りの用具で出来る体力チェックです。「いつでも誰でも簡単に」楽しめるプログラムでした。

【レク式体力チェック講師】  
新潟県レクリエーション協会  
渡辺 耕司

意外と  
絞れない!



**水戸地区  
スポーツ推進委員  
協議会女性研修  
交流会**

【場所】  
笠間市民体育館

令和元年  
**11月6日**  
水

【講師】 笠間市女性スポーツ推進委員のメンバー





### 一中地区

## 第2回ノルディックウォーキング (石川運動ひろば～親水性中央公園)

令和元年  
9月22日  
(日)



ウォーキングの練習で～す!!

公園の中は気持ちいい～!!

令和2年  
2月16日  
(日)

### 二中学区

## ふれあいスポーツ大会 (インディアカとヘルスバレー)



開会式



## 卓球ラージボール大会

令和元年  
12月8日  
(日)



## 新春レクリエーション大人の部 ユニカール大会

【参加チーム：20チーム】

令和2年  
2月9日  
(日)



### 三中学区

## ふるさとまつり

令和元年  
11月17日  
(日)



餅つき大会



スポーツ吹き矢

### 大島中学区

#### 大島ふれあいフェスタ

令和元年  
11月17日  
(日)

おいしい  
焼きそばだよ～



もちつき  
ペタン、  
ペタン



もちを求めて  
大行列

### 平磯中学区

#### 日帰リスキー&温泉ツアー

令和2年  
2月1日  
(土)



雪不足を心配  
しましたが、  
この日OKでした。

### 阿字ヶ浦中学区

#### ノルディックウォーキング

(国営ひたち海浜公園)

令和元年  
8月25日  
(日)



天気も良く、広い公園で  
楽しく歩けました!!



良い運動が  
できた!!

おいしい  
さつまいも  
チップス



### 那珂湊中学区

#### コミセンまつり

令和元年  
11月9日(土)  
10日(日)



大盛況!



芸術に  
ふれました

# 第74回三浜駅伝競走大会

期日:令和元年12月1日(日)  
場所:ひたちなか市・大洗町

かわいい選手宣誓



颯爽とスタート

**総合優勝**

**茨城大学A**

中学男子:峰山中学校

中学女子:金砂郷中学校

高校男子:専修大学松戸高校

高校女子:水戸第一高校

一般男子二部:茨城大学C

一般女子:茨城大学



総合優勝  
茨城大学Aチーム  
のゴール

女子も  
頑張ります。



# 第5回ヘルスパレーボール大会

期日:令和元年12月15日(日)  
場所:ひたちなか市松戸体育館

第5回冬季  
ヘルスパレーボール大会



**優勝**

アジックスA

準優勝

BEBEDOR

3位

アジックスB



優勝のアジックスA

# 第68回勝田全国マラソン

期日：令和2年1月26日(日)  
場所：ひたちなか市・東海村



# ニュースポーツ紹介

松戸体育館でニュースポーツ用品のレンタルを受け付けています。



## バッグォーとは…!!

離れて設置したプラスチックボードを目掛けて、ビーンバッグを投げる的入れゲームです。ルールが分かりやすく、スポーツというよりはゲーム的志向が強いです。シンプルであり、競技場所を選ばず、室内でも屋外でも楽しめます。子どもから高齢者の方、さらには車椅子の方にも楽しめるスポーツです。

少人数でも、誰でも楽しめるスポーツです。やってみませんか？

## オーバルボールとは…!!

楕円球を1チーム1色4個のボールを1個ずつ順番に時計回りに、中央のリンクに転がして入れ、全てのボールを転がし終わったら、得点を計算し1回戦を終了。全ての競技者が競技を終えたら、総合得点を計算し、勝敗を決めるスポーツです。



※写真は2チーム用です。



### 編集後記

スポ進だより、皆さまのご協力で50号発刊を迎えました。いきいき茨城ゆめ国体から、来年度は東京オリンピック・パラリンピックと楽しみが続きます。約30%が高齢者の日本、気軽にスポーツに親しめる環境が大切だと思います。今後も生涯スポーツ情報の発信に努めますので、よろしくお願ひします。

【藏光 記[三中]】

### 広報部員紹介

(中学区)

- |               |           |               |
|---------------|-----------|---------------|
| ◎杉 寄 (一 中)    | 藏 光 (三 中) | 関 根 (那珂湊中)    |
| ○根本(吉) (那珂湊中) | 山 崎 (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)     | 鬼 澤 (田彦中) |               |

◎部会長 ○副部会長