

## 令和4年度の主な活動実績

スポーツ推進委員は担当地区における地域スポーツ教室の実施の他にも以下の活動を実施・サポートしています。

区民参加イベント	年	スポーツ推進委員の研修
10月10日 みなと区民スポーツ・体育祭	令和4年	6月25日 ブラインドサッカー研修
10月22日 } テニスレッスン(主催)		7月 2日 東京都スポーツ推進委員広域地区別研修会
23日 }		7月31日 ドッチビー研修
11月20日 MINATOシティハーフマラソン	令和5年	9月 3日 忍者教室研修
1月29日 ボッチャ教室・大会(主催)		3月19日 車いすテニス研修(予定)

また、上記以外にも区内のスポーツ大会への講師・ボランティア派遣も積極的に行っています。

## 港区総合型地域スポーツ・文化クラブ スポーカル紹介



スポーカル

スポーカルは、地域コミュニティの活性化の核となることを目的として「多様目」、「多世代」、「多様な技術や技能」に合わせて継続的にスポーツを楽しむことができる自主運営のスポーツクラブです。

### スポーカル六本木

スポーカル六本木では、スポーツの大切さと楽しさを伝え、もっとスポーツに親しんでいただくために幼児・小学生に向けた種目教室『ひがしまちクラス』を東町小学校で開催しています。

〈かけっこ教室〉 かけっこの基本動作を軸に、単に「足が速くなること」だけでなく、総合的な体力向上を目指します。

〈フットサル教室〉 フットサルは、サッカーより狭いスペースでボールを扱うため、正確なボールコントロールやボールキープ力などを身につけます。

〈たいそう教室〉 マット・鉄棒・とび箱などの学校体育に役立つ基礎的動作から練習していきます。



### スポーカル高松

身近な場所でいつでも誰でもスポーツができるようにお近くの高松中学校、高輪台小学校、白金小学校にて10種目のスポーツ教室を開催中です。詳しくは港区ホームページをご覧くださいね。

11月には高松中学校にてスポーカル高松のおまつりを開催し、グラウンドゴルフをはじめボクシング、コロナ禍で防災食から変更した非常食の試食をし、地域防災について学び、防災パケツリレーで盛り上がりました。皆さんぜひスポーカル高松に足を運んでくださいね♪



### スポーカル青山

バドミントン・テニスでは「久しぶりに…」「初めて…」「親子で…」そんな「やってみよう!!」に対応するクラスがあり、また、レベルを上げた「大人のバド」など、様々な方が楽しく参加しています。

さらに小学生から参加できる〈ベーシックヨガ〉では、月2回、身体を整えることもできます。昔の公園野球をイメージした〈野球で遊ぼう〉では、独自ルールを考えながら、小5～中3と一緒に試合を楽しみ、基礎技術を練習する〈スキルUPサッカー〉や〈新体操教室〉、〈初心者ラグビー教室〉と、子ども達の「好き!!」につながる教室づくりをめざし「スポーツで繋がる楽しさ」を大事にして、クラブ運営を行っています。



☆令和5年、「スポーカル三田」設立予定!

### (仮称) スポーカル三田

令和5年度中のスタートに向けて、設立準備委員会及び運営委員会を開催しております。

人情味あふれる三田地域において、多種多様なスポーツ、文化活動等を通して、多世代に渡り繋がりを持ち交流できる場の実現に向けて準備しておりますので、皆様どうぞよろしくお願い申し上げます。



スポーツ推進委員だより

# みなすぽ

第102号

令和5年3月発行

編集 港区スポーツ推進委員協議会

発行 港区教育委員会事務局教育推進部

生涯学習スポーツ振興課

東京都港区芝公園1-5-25

電話03-3578-2747

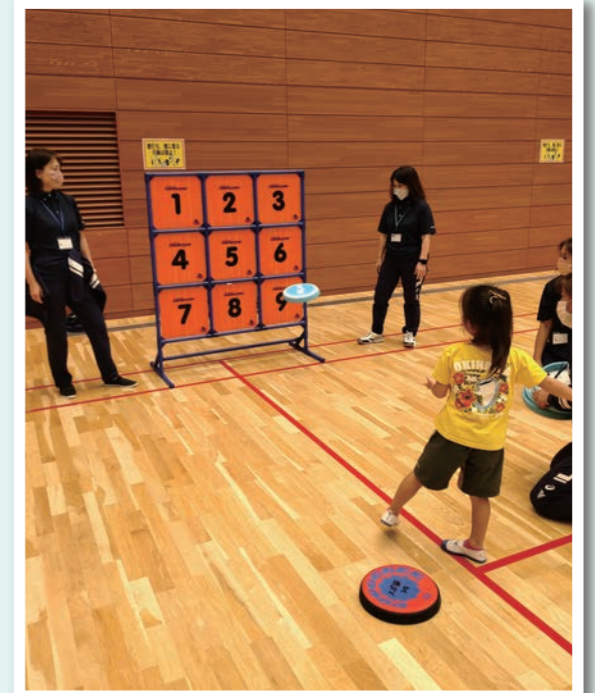
## 『2022みなと区民スポーツ・体育祭』 3年ぶりに開催!!

令和4年10月10日(月・祝)スポーツの日に港区スポーツセンターを中心としたエリアで『2022みなと区民スポーツ・体育祭』が盛大に開催されました。新型コロナウイルス感染症拡大の影響で令和2年・令和3年の2年間は開催を中止していたため3年ぶりの開催となりました。

当日は前日の雨の影響もなく、予定されていた競技・体験・講習・出し物などが滞りなく実施され、延べ1万人以上の方が参加されました。

私たち「港区スポーツ推進委員協議会」は、午後から港区スポーツセンターのメインアリーナで「チャレンジドッチビー」を行いました。これまではドッチビーの他に子どもからお年寄りまで楽しめる「パン食い競争」も実施していましたが、今年は新型コロナウイルス感染症感染防止対策のため中止を余儀なくされました。その分「チャレンジドッチビー」には開催できなかった2年間分の思いを込めて集中して取り組むことができました。

ディスクの投げ方の練習から始まり、ディスクをより遠くへ飛ばす“ディスタンス”まど当ての“ディスクゲッター”“ゲーム”の3種類の種目を体験していただき、174名の参加者の皆さんにもご満足いただけたと思います。



### スポーツ推進委員をご存知ですか!?

港区スポーツ推進委員は、港区教育委員会が委嘱している非常勤の公務員で、中学校区ごとに活動しています。

主な活動として、(1) 地域スポーツ教室の開催 (2) 総合型地域スポーツ・文化クラブの設立・運営支援 (3) 区等が実施するスポーツ行事への協力 (4) 地域の皆さんへのスポーツ指導・助言等、スポーツを通して地域の皆さんが健康で楽しく豊かな毎日を送るための幅広い活動を行っています。



スポーツ推進委員



地域スポーツ教室



# お近くの地域スポーツ教室にご参加ください!

どなたでも  
すべての地区の教室に  
ご参加いただけます。  
是非お気軽に  
ご参加ください!



### 御成門地区

- ▶主な活動拠点  
御成門中学校、御成門小学校
- ▶地区で人気のスポーツ  
ヨガ、ポッチャ






島田 波木

**スポーツ推進委員から一言**  
お子様から高齢者まで誰もが楽しめるスポーツ教室を企画しています。ご要望がありましたら、是非お気軽に担当者までお声かけください。

### 白金地区

- ▶主な活動拠点  
白金の丘学園
- ▶地区で人気のスポーツ  
ストレッチ、体操






喜早 木幡

**スポーツ推進委員から一言**  
まだまだ不慣れで、なかなかスポーツ教室等を実施できていませんが、これから積極的に取り組んでいきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

### 高陵地区

- ▶主な活動拠点  
高陵中学校、本村小学校、弁小学校
- ▶地区で人気のスポーツ  
チャンバラ、ヨガ



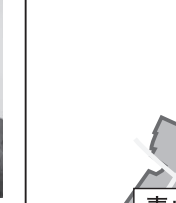



荒川 豊吉

**スポーツ推進委員から一言**  
高陵地区では、初めての方、苦手な方でも楽しめて、何か一つでも「できた」「楽しかった」と思っていたらいいような教室の運営を心がけています。

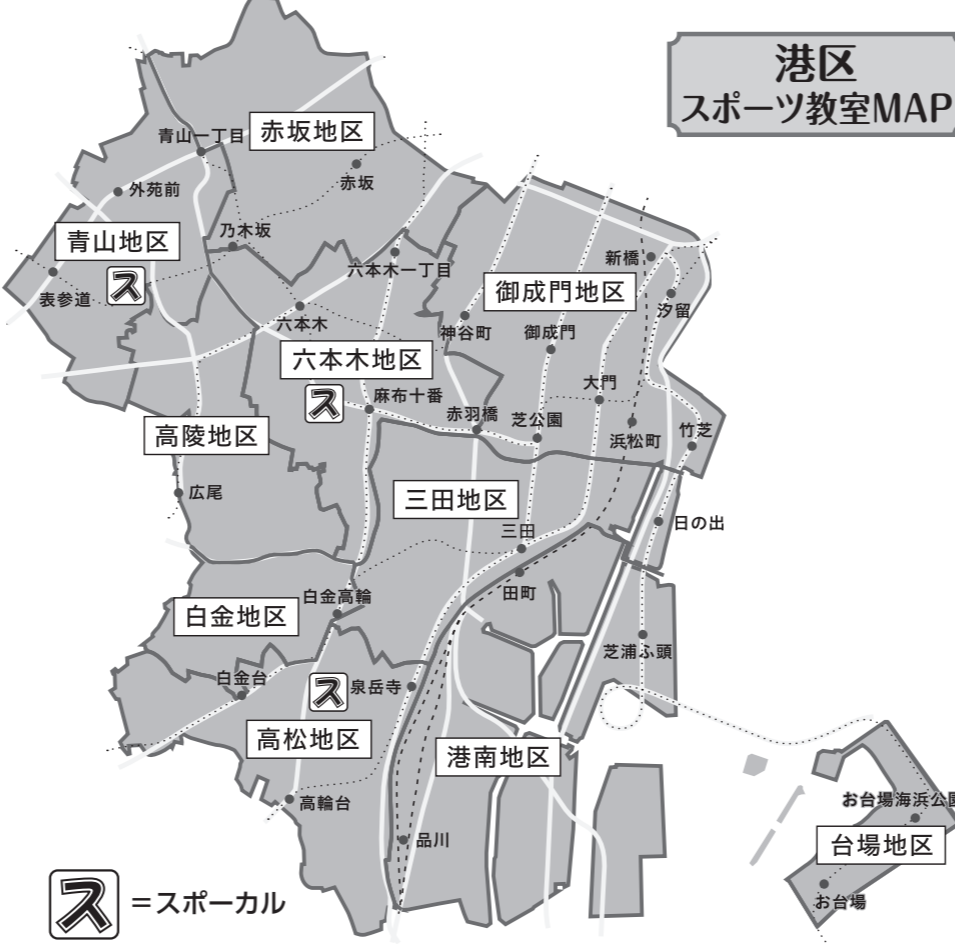
### 三田地区

- ▶主な活動拠点  
三田中学校、芝小学校、御田小学校、赤羽小学校
- ▶地区で人気のスポーツ  
ポッチャ、ストレッチ、投げ方、テニス等



前川 宇山 大村

**スポーツ推進委員から一言**  
スポーツをする事は「心の健康にも効果的」であり、また「頭を使う事」でもあります。地域の皆様方の「生活の充実感向上」に貢献できれば幸いです。



### 赤坂地区

- ▶主な活動拠点  
赤坂中学校、赤坂小学校
- ▶地区で人気のスポーツ  
親子ヨガ、フラッグフットボール、ノルディック・ウォーキング






安田 猪俣

**スポーツ推進委員から一言**  
4月からは、昨年夏に完成した赤坂中学校の体育施設も活動拠点となります。人気の3種目以外にも、新しいスポーツにもチャレンジして行きます!

### 高松地区

- ▶主な活動拠点  
高松中学校、高輪台小学校、白金小学校
- ▶地区で人気のスポーツ  
忍者体験







今野 繁田

**スポーツ推進委員から一言**  
高松地区はスポーツ教室だけでなくスポーカル高松に参加することにより、日常的にスポーツが楽しめて地域交流もできています。

### 青山地区

- ▶主な活動拠点  
青山中学校、青山小学校、青南小学校
- ▶地区で人気のスポーツ  
テニス、バドミントン



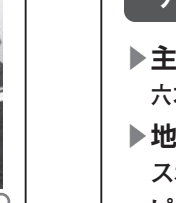
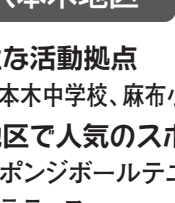
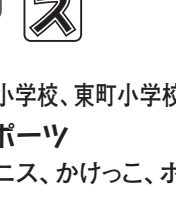




伊藤 森田 横田

**スポーツ推進委員から一言**  
青山では、テニス、バドミントンの他にも様々なスポーツを実施しています。港区ホームページに掲載していますので、興味のある教室に、是非ご参加下さい。

### 港南地区

- ▶主な活動拠点  
港南中学校、港南小学校、芝浜小学校、芝浦小学校
- ▶地区で人気のスポーツ  
ブラインドサッカー、アンブティサッカー、ゴルフ










石賀 小田 上原 奈良 上田

**スポーツ推進委員から一言**  
昨年は、忍者の知恵や行動を体験する忍者教室を開催し、好評を得ました。令和5年度も様々なスポーツ体験をご提供しますので、是非、ご参加ください。

### 六本木地区

- ▶主な活動拠点  
六本木中学校、麻布小学校、東町小学校、南山小学校
- ▶地区で人気のスポーツ  
スポンジボールテニス、かけっこ、ポッチャ、ピラティス







小内 青柳 藤原

**スポーツ推進委員から一言**  
運動が苦手な方、運動を始めてみたい方、運動不足を解消したい方、スポーツの経験がなくても気軽にご参加ください。みんなで楽しく身体を動かしましょう。

### 台場地区

- ▶主な活動拠点  
お台場学園、お台場レインボー公園
- ▶地区で人気のスポーツ  
ラジオ体操、ビーチヨガ

永山 大山

**スポーツ推進委員から一言**  
子どもから大人まで元気に体を動かすことのできる教室を実施しています。皆様のご参加をお待ちしております。