Challenge50 チャレンジ

刈谷市スポーツ推進委員協議会 VOL.81

2026年9月30日 発行
発行　刈谷市スポーツ推進委員協議会
編集　広報部会
住所　刈谷市築地町荒田１番地
TEL　0566−63−6040

地域スポーツを支える力を学ぶ～上期研修会～　6月13日(土)



午前：座学　～役割を学び実践へつなげる～

今年度上期研修会の座学では、「刈谷市スポーツマスタープラン」と「スポーツ推進委員ハンドブック」から重要項目を抜粋し学びました。内容は、スポーツの定義、委員の位置づけや求められる資質・役割、施策、活動内容、育成と取り組みなど多岐にわたり、基礎から実践まで理解を深める構成でした。 途中には数回のディスカッションを行い、地区ごとの課題や活動の工夫を共有しました。最後に、参加者一人ひとりが「明日から自分の地区で取り組みたいこと」「意識したいこと」を発表し、学びを実践につなげる意識づけを行いました。

午後：実技　～新たなスポーツの魅力発見～



午後からの実技研修では、アメリカ発祥の「ピックルボール」、カナダ発祥の巨大なボールを使う「キンボール」、フィンランド伝統の木の棒を投げる「モルック」の注目３種目の体験会を行いました。競技前にはベテラン委員からルールや安全面の丁寧な指導を受け、参加者は互いに切磋琢磨しながら技術と向上心を育みました。いずれも初心者や幅広い世代が一緒に楽しめる高い魅力を持ったスポーツです。

今回、体験会を通じて得た技術やルール、そして何よりも「楽しさやワクワク感」という実感を次のステップへと活かし、これからは地域の市民の皆さんへその魅力を広く伝えてもらえることと期待しています。

（研修部会　三宅 雅博）

研修会に参加して　『スポーツ推進委員の大切な役割』



広報部会
加藤 拓郎

今回、刈谷市スポーツ推進委員の勉強会に一日参加し、スポーツ推進委員の役割や活動内容に理解を深める事ができました。午前中の座学では、地域住民の健康づくりや世代間交流を推進するために、スポーツイベントの企画、運営や市民が気軽にスポーツへ参加できる環境づくりが求められていることを知りました。

午後はニュースポーツの体験を行い、モルック、キンボール、ピックルボールのルールを学んだあと、実際にプレーしました。ボッチャは年齢や体力に関係なく楽しめる競技と感じました。キンボールは大人数で協力しながら行うため、一体感を味わう事ができました。ピックルボールは適度な運動量があり、どれもスポーツも初めての体験でしたがとても楽しいスポーツである事を実感しました。

研修会を通じて、スポーツの楽しさだけでなく健康を維持していくために、スポーツ推進委員の大切な役割を学ぶ事ができました。

最後に、体を動かした後の一杯は格別で、充実した一日を締めくくることができました。



救える命を守るために～救急法を学ぶ～　7月4日(土)

今回、新任のスポーツ推進委員を対象とした、刈谷市赤十字社奉仕団による救命法基礎講習を受講しました。講習の内容は非常に実践的で、以下の4つを重点的に学びました。



①心肺蘇生の手順・AEDの使い方
②気道異物除去法（背部叩打法、腹部突き上げ法など）
③身近な物を活用した止血法・固定法（ハンカチや三角巾を使い、手の甲、前腕部、ひざ、足首、頭部などを止血・固定する方法）
④担架を使用した搬送法



受講した率直な感想としては、「実際に緊急事態が起きたとき、この緊迫した状況の中で冷静に行動できるだろうか」という点です。周囲やケガをされた方の状況によって、①から④のどれを最優先すべきか手順が変わるため、救急法は大変難しく、奥が深いものであると実感しました。

救命法はスポーツ推進委員として重要な知識ですので、今回の経験をしっかりと胸に刻み、今後の活動に真摯に活かしていきたいと考えています。（広報部会　北本 浩二 ）

体力を測り、健康を考える　7月11日(土)

『あなたの体力年齢を測定します』にスタッフとして参加しました。担当は、20mシャトルランです。



参加者の皆さんは、テニスやラグビー、ボルダリング、ジョギングなどを楽しんでいる方から、自分の体力を試したいという方までさまざまでした。

安全に実施できるよう、スタート前には足や腰のストレッチを行い、実施方法を分かりやすく説明してデモランを行いました。

また、体力測定開始前には、スポーツ推進委員同士で協力しながら会場設営や準備を進めました。

最後のシャトルランでは、90回を超えて頑張る参加者に対し、委員全員でエールを送り、会場が一体となって盛り上がりました。

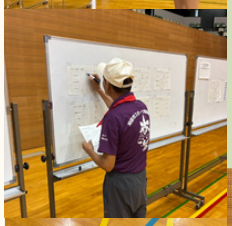


多くの方の挑戦する姿に刺激を受け、来年は私自身も20mシャトルランに挑戦してみたいと思った体力測定でした。
(研修部会　新田 真一)

アジアパラ競技大会開催記念 市民ボッチャ大会（小中学生の部）　8月29日(土)







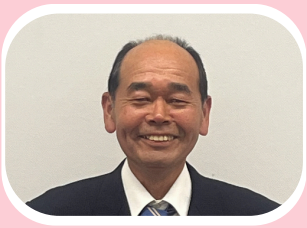


市民ボッチャ大会（小中学生48チーム・129名参加）にボランティアとして推進委員12名が参加しました。
推進委員の役割は、対戦結果の集計や正確さが求められる審判補助など大会の基盤を支えること。難局を打破する小中学生の巧みな投球に刺激を受けつつ、緊張感を持って業務にあたりました。

来年2月27日(土)は市民交流の部が開催予定です。
（広報部会
小室　政広　　二宮由紀子）



Member's Story ～私のスポーツライフ～



事業部会
田中 準一

富山県出身です。中学を卒業後トヨタ学園に入学、愛知県に移住、今に至っています。スポーツの経験ですが、高校時代は将棋部でスポーツは苦手でした。高校卒業後はボウリングにハマっていました。パーフェクトはありませんが289が最高スコアでした。

今の趣味であるゴルフを始めたきっかけは25歳のころ、上司の強引な勧めがあったからです。先ずはクラブを買えとのことで一式買わされ、ボーナスがなくなりました。始めたころは好きではありませんでしたが、仕事でアメリカに3ヶ月間出張に行ったとき思いっきりハマってしまい、毎週２ラウンド以上やっていました。59歳の時会員権を取得し、競技ゴルフを知りメンバーと切磋琢磨しています。ハンデキャップ10.7（82 83）ですがシングルハンデキャップ（9.9以下）を目指して頑張ってます。

