

APPROACH

編集 栗東市安養寺1丁目13-33 栗東市スポーツ推進委員協議会

『健康で元気！笑顔あふれる”りっとう”』をめざして

栗東市では生涯を通じ、ライフステージに応じた「する」「みる」「ささえる」スポーツを推進することで、活力があり絆の強い社会、健康で豊かなまちづくりの実現をめざしています。

私たちがスポーツ推進委員は、各学区から推薦を受けた27名のメンバーで構成されており、幅広い年代の方々が楽しめるニュースポーツをはじめとした「生涯スポーツ」の普及に日々努めています。

本年は滋賀県で「わたSHIGA輝く国スポ・障スポ」が開催されます。栗東市では、正式競技としてレスリングとゴルフ成年男子が行われ、デモンストレーションスポーツの1つに栗東発祥の「スローイングビンゴ」が実施されます。

これらのイベントを通じて、スポーツへの関心が高まると高まっていくことが期待できるため、市民が健康で元気に笑顔溢れるまちになるよう私たちがお手伝いしていきます。

地域で行われるスポーツに関する事業や行事の際には、ぜひ私たちに声を掛けてくださいますようお願いいたします。



栗東市スポーツ推進委員協議会 委員長 川村 光弘

KAWAMURA MITSUHIKO



なに？ スポーツ推進委員って

スポーツ推進委員は、スポーツ基本法に定められ、教育委員会が委嘱する非常勤の公務員です。

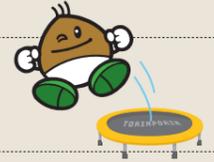
地域のみなさんと協力しながら生涯スポーツの推進を行っています。また、スポーツを通じて、人とひととのつながりやコミュニティづくりをサポートし、一人ひとりがスキルアップしながら、活力ある地域づくり、元気なまちづくりに努めています。



こんな活動を
しているよー！

- 地域におけるスポーツ振興**
- 自治会等が行うスポーツイベントへの協力
 - 地振協「みんなのスポーツ講習会」の協力(全学区)
 - 放課後子ども教室等「ニュースポーツ教室」への協力(障がいのある方との交流)への協力
- 各種スポーツ団体開催事業への協力**
- ジャパンスローイングビンゴ大会等
- 栗東市ロード競技三大大会の運営サポート**
- くりちゃんファミリーマラソン
 - 耐寒アベック登山大会
 - びわこ栗東駅伝 ークロカンin野洲川ー
- 各種研修の実施・参加によるスキルアップ**

スポーツ推進委員の派遣依頼の方法



依頼書は
こちらから
ダウンロード！



スポ推を呼んでください！ ルール説明いたします！

問合せ 栗東市役所スポーツ・文化振興課

栗東市安養寺一丁目13-33
電話：077-551-0318 FAX：077-551-0149



スポーツ川柳

- スポーツで仲間増やして 飲むビール
- 推進員 教えるはずが 教えられ
- 国スポへ 栗東の力ひとつ咲く



知ってる？

スローイングビンゴ

赤白2チームに分かれ、サンドレッド(砂袋)を8メートル先のマス(5×5)に向かって投げ、先にビンゴをめざすスポーツです。

また、スローイングビンゴは2025 わたSHIGA輝く国スポ・障スポのデモンストレーションスポーツに選ばれています！

スローイングビンゴが盛り上がるこの機会にぜひプレイしてみましょう！



ニュースポーツ
紹介動画

QRコードを
読み取ってね！



スポーツと健康

『体幹が大事』 というけれど...

1 体幹とは？



たいかん
体幹

頭・手足以外の
胴体部分を「体幹」と言います。

2 体幹の役割は？



→ 安定

手足には走る・投げる・打つなど
「運動」の役割があり、体幹は「姿勢
を安定させる」役割があります。

3 体幹がなぜ大事か？



姿勢が不安定だと・・・
手や肩、足に力が入る

手足がスムーズに動かせない

運動パフォーマンスの
低下



正しい姿勢や腰痛予防
にも役立ちます

体幹が働くと・・・
姿勢が安定する

手足がスムーズに動かせる

運動
パフォーマンス
アップ
体幹大事!!

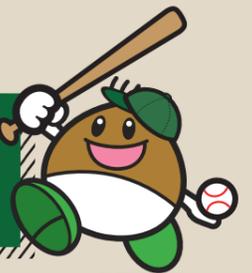
あなたのところへ
お手伝いにかがいます



問合せ
栗東市役所スポーツ・文化振興課 栗東市安養寺一丁目 13-33
電話：077-551-0318 FAX：077-551-0149

私の好きなスポーツ

各学区のスポーツ推進委員



金勝

- ★スローイングビンゴ
服部 よし江
誰もができて
楽しいニュースポーツ！
- ★ポッチャ
三浦 康利
誰でも気軽に
楽しめるスポーツです！
- ★ランニング
足立 一弘
思い立ったら
すぐ始められる

薬山

- ★ラグビー
千代 雅樹
スクラム、
タックルの力強さ
- ★野球
國松 雅宏
記録を集計して、飲み会で結果
を仲間と振り返る
- ★ゴルフ
北野 浩基
ゆっくりした時間を過ごせるス
ポーツで、景色も楽しめます！

薬山東

- ★スリータッチボール
三浦 トキ子
1、2、3で、
アタック気持ちいい
- ★バレーボール
高谷 麻由
攻撃と守備が瞬時に入れ替わり、
チームワークが重要となるところ。
- ★バスケットボール
足田 奈緒美
早いゲーム展開が
楽しい！

治田東

- ★ヨガとストレッチ
入江 祥子
場所を選ばず、身体の凝りをほぐせま
す。短時間で出来て続けやすいです。
- ★スキー
川崎 正樹
雄大な雪山を
自由に滑り降りる爽快感
- ★バレーボール
山田 元子
見るのも、やるのもとても
楽しい♡

治田西

- ★バレーボール
奥村 三千代
男子のパワーと、女子のテク
ニックを見るとワクワクします
- ★バレーボール
大野 裕香
落ちそうになるボールを
レシーブ出来た時の満足感
- ★フットサル
張 崇昭
楽しみながら
体力アップできます。

治田

- ★ニュースポーツ全般
中野 忠司
一緒に楽しみましょう
- ★ゴルフ
齊木 泰子
できてもできなくても、
とにかく楽しい
- ★陸上競技
小林 徹郎
小学5年生から大学、就職後も
数年走り、退職するまで部活動
の顧問をしていました。

大宝

- ★スリータッチボール
狩野 正伸
スパイクを決めた時の爽快感と子
どもから大人まで幅広く楽しめる！
- ★野球
加茂 英知
小学校から大学までプレー。今はト
レーニング指導と観戦専門です。
- ★ゴルフ
上山 正治
どのホールも新しい挑戦で、
挑む楽しさがあります！

大宝西

- ★バスケットボール
川村 光弘
ここ一番でシュートが決まった
時は気持ちいい！
- ★スキー
堀川 政人
爽快！
自由に!!
- ★サッカー
竹内 肇
先読みして攻撃を止めた時の爽
快感は最高です。

大宝東

- ★柔道
中井 隆
もう若い人の相手は
出来ませんが
- ★波乗り
塩塚 弘二
はじめてした個人スポーツで失敗
しても迷惑をかけないからです
- ★野球
木村 薫
子供の頃から阪神ファンです。
高校野球、大学野球なんでも観ます。