

おすすめのニュースポーツを 紹介します!



▲市ホームページ

湖南省発祥ニュースポーツ おじゃビンゴ



遠いところでビンゴを作って高得点を狙うのか、近いところにビンゴを作って手堅く得点を重ねるのか、チームで常に作戦を練りながらプレーするのがとても楽しいです。

ここがおすすめ!!



坂尾委員

お手玉(おじゃみ)を使った湖南省発祥のユニークなニュースポーツ。名前のとおりビンゴをめざしてマスを埋めていきます。逆転や作戦もあり、奥が深く、皆で盛り上げられます。出前講座でも人気の種目です。

ルールなど詳しくは市ホームページをご覧ください。

モルック



ここがおすすめ!!

途中まで負けていても大逆転のチャンスがあり、ゲームの最後まで楽しめるニュースポーツです。



築山委員

フィンランドカレリア地方のkyykkä(キッカ)というゲームをもとに開発されたスポーツです。ピンを倒し、ピンに書かれた数字(倒し方で点数が変わります)などから先に50点になった方が勝ちです。しかし、50点を越えると25点に得点が戻ってしまいます。道具も持ち運びができ、シンプルなルールかつ奥深いスポーツで、誰もが楽しめます。

他にもいろいろな楽しいニュースポーツがあります



▲スマイルボウリング



▲ボッチャ(パラリンピック種目)



▲キンボール・レクリエーション

次ページからおすすめのニュースポーツが体験できるイベントを紹介します!!

市では、市内で活動されている団体にニュースポーツ用具を無料で貸し出しています。

申込方法など詳しくは☎へ(個人利用は不可)。

スポーツで人生をエンジョイ!

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、外出を控えたり、イベントが中止になったりして、運動不足だと感じている人が増えているのではないのでしょうか。

そこで今回は、だれでも、いつでも、気軽にスポーツを楽しめる取組を市民にスポーツの指導や助言を行っている湖南省スポーツ推進委員の皆さんに紹介してもらいます。

みんなでエンジョイスポーツ!

教えて! スポーツ推進委員さん どんな活動をしているの?



谷口委員長

(谷口委員長) スポーツ推進委員は、運動が苦手な人、高齢者や肉体的にハンディキャップのある人(障がい者)、年齢などを問わず誰でも楽しめる「ニュースポーツ」を体験するイベントや、自治会、子ども会など地域の団体へスポーツ出前講座を開催しています。また総合体育館を開放して気軽にスポーツを楽しんでいただく「KONANスポーツデー」を実施しています。「KONAN スポーツデー」は新型コロナウイルス感染症の感染状況により中止していましたが、事業再開に向けて準備しています。

(山下顧問) 「KONANスポーツデー」では市民の皆さんの健康づくり、体力づくりを目的として、年齢を問わずニュースポーツや卓球、バドミントンなどさまざまな種類のスポーツを体験してもらっています。

(中川副委員長) ニュースポーツはスポーツ人口が減ってきている中で、年齢などの垣根をこえてスポーツできるのが魅力です。おじゃビンゴやモルックという種目はスポーツの得意不得意関係なく楽しめるのでぴったりだと思います。参加してみて「また来たい。」という声や「次いつあるの?」と聞いていただくと、僕達もすごく嬉しいです。市民の皆さんには、純粋にスポーツを楽しんでストレスを発散してもらいたいです。

(山下顧問) 滋賀県は全国的に見て平均寿命が上位ですが、健康寿命は平均寿命より8~10歳ほど低く、差が開いています。この健康寿命を上げたいです。それには普段からの運動習慣が大事で、私たちスポーツ推進委員が楽しんで活動していれば、スポーツの楽しさが伝わるかなと思います。何か自分にあったスポーツを見つけられるといいですね。

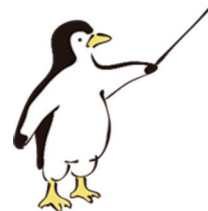


中川副委員長

(谷口委員長) 運動が苦手な子どもたちには特にニュースポーツを体験して欲しいです。他のスポーツはできなくても、これならできるとしてもらえたらその子の自信になって前向きな気持ちになれると思います。まずは体験してもらうことによって、高齢の人も外出する場所が増えるし、地域や世代間交流が希薄化する中でも、スポーツを通じていろんな世代の人が関わりを持てると実感しています。そういうことにスポーツ推進委員として貢献していきたいですね。スポーツ推進委員も募集しています。私たちと一緒に活動してみたい人、スポーツ推進委員の出前講座やニュースポーツに興味のある人は、☎へご連絡ください。一緒にスポーツを楽しみましょう!



山下顧問



KONANスポーツデー



▲市ホームページ

～スポーツ推進委員による体育館開放日～

総合体育館などで、卓球やバドミントンなどのお馴染みのスポーツから、おじゃビンゴやモルックといったニュースポーツを幅広く楽しんでいただけます。いろいろなスポーツにチャレンジして気軽にリフレッシュしましょう。ぜひお越し下さい。

実施種目例 (開催日や状況により内容が変わります)

卓球、バドミントン、ソフトボールバレー、おじゃビンゴ、スマイルボウリング、キンボール、モルック、カローリング、スカイクロス、皿回し
※コロナ禍での実施の場合、感染防止対策のため種目を減らして実施を予定しています。

対象 市内在住・在勤の人誰でも ※参加費：1回100円 (小学生以上)

持ち物 体育館シューズ、タオル、飲み物

申込不要! 簡単な受付だけして後は楽しむだけ!
途中入退館もOK!

開催日・場所は市ホームページでお知らせします。

ルールや遊び方を知らない人でも大丈夫です。
スポーツ推進委員が丁寧に教えます。



田中委員

自分に合ったスポーツを見つけよう!

今回紹介したニュースポーツやイベントはほんの一例です。どんなスポーツが自分に合っているのか、イベントに足を運んでみたり、スポーツ推進委員に出前講座を依頼して探してみたいはいかがでしょうか。そして、運動習慣を身につけ、一緒にスポーツを楽しめる仲間をつくって、人生をエンジョイしましょう!

また、スポーツの秋というものの、まだまだ暑い時期が続きます。感染症予防と熱中症対策を両立してスポーツを楽しみましょう。

湖国の感動 未来へつなぐ



わたSHIGA輝く国スポ・障スポ 2025

第79回国民スポーツ大会・第24回全国障害者スポーツ大会



令和7年に滋賀県で開催予定の第79回国民スポーツ大会・第24回全国障害者スポーツ大会に向け、7月22日に甲西文化ホールで湖南市実行委員会の設立総会と第1回総会を開催し、湖南市実行委員会の会則や役員および委員について承認されました。

なお、湖南市では国民スポーツ大会の剣道、全国障害者スポーツ大会のバレーボール(知的障害の部)、またデモンストレーションスポーツとしてキンボールスポーツ・レクリエーションの開催を予定しています。

今後は、実行委員会が中心となり大会の成功に向けて準備を進めていきます。この大会をきっかけに、スポーツの普及や健康増進を進め、年齢・性別・障がいのあるなしを問わず、市民総参加により夢や感動、連帯感を共有できる大会をめざします。



▲滋賀県国スポ・障スポと湖南市のマスコットキャラクターが応援につけました



スポーツ出前講座



▲市ホームページ

地域のイベントや学校の親子ふれあい活動などに、湖南市スポーツ推進委員がニュースポーツの紹介・レクチャーをしながらレクリエーション・ゲームをします。年齢や障がいの有無に関わらず誰もが楽しみ、よりスポーツに親しみを持ってもらえる楽しい時間を提供します。普段の行事とは違う新たな企画・体験をしたいという声にバッチリお答えします。

活動実績



▲日枝中学校親子PTA活動



▲石部南小学校ひびきあい活動



▲岩根花園区球技大会



▲下田学区民会議イベント



▲下田小学校親子活動



▲針区健康増進フェスティバル

その他に、菩提寺小学校親子活動、夏見区スポーツレクリエーション、宮の森区子ども会イベント、石部東区スポーツ行事など多数の実績があります。

プログラム例

	プログラム	主催役員・スポーツ推進委員の動き
9:00~	役員集合	簡単な打ち合わせ
9:15~	参加者集合(受付など)	
9:30~	開会式(挨拶・日程説明・その他)	司会・進行などは主催者にお任せします。
	準備運動	準備運動からスポーツ推進委員へバトンタッチします。
9:45~	競技説明・レクチャー	推進委員が実技を見せながら説明します。
10:00~	体験・ゲーム開始	推進委員が審判・進行などを行います。
11:45~	体験・ゲーム終了	スコア集計などを行います。
12:00~	閉会式(成績発表・挨拶)・終了	司会・進行などは主催者にお任せします。

スケジュールについてはあくまで一例です。人数や年齢によって変更やアレンジもできます。また、複数種目の実施も可能です。

まずはお気軽に☎へご相談ください(概ね事業実施2か月前までにご相談ください)。
※スケジュールや内容によってはご希望に添えない場合もあります。種目はニュースポーツが中心になります。