

足利市スポーツ推進委員会だより

【第 46 回足利尊氏公マラソン大会】

広報部 柳田 恵美

11 月 5 日、第 46 回足利尊氏公マラソン大会が開催されました。

今回は新型コロナウイルスが 5 類に移行後、初めての制限のない大会となり、3400 人を超えるランナーの方々の参加となりました。フィールド内にランナー以外の一般の方々も出入り出来るようになったので、大歓声の中を駆け抜けるランナーの方にとって大きな励みになったと思います。

当日は、この季節にしては蒸し暑い気候でしたが、大きなケガや事故もなく無事開催する事が出来ました。ご協力いただいた皆様に感謝申し上げます。



【ニュースポーツ交流大会】

広報部 青木 利夫

12月2日（土）西部複合施設多目的広場にてペタンクの大会が開催されました。

午前8時30分より受付を行い、今大会に市内13支部から34チーム約100名が参加されました。

午前9時から開会式を行い、足利市教育委員会事務局市民スポーツ課八代課長、足利市スポーツ推進委員会五代会長の挨拶、佐々木副会長の競技説明、島田裕子委員による準備体操を行いました。その後、午前9時30分から午前の予選ブロックによる試合がスタートしました。

予選は16コートに4チーム又は3チームに分かれ各コート総当たりで行い、予選で勝率の高い順に決勝トーナメントの各リーグに分かれました。

普段からペタンクをされている方、久しぶりにペタンクをされた方、初めて参加された方などさまざまでしたが天候にも恵まれ温かい日差しの中で皆さんそれぞれに熱い戦いをされていました。

午前の試合終了後、昼食となり『北の郷』のソースかつ丼を皆さん大変おいしそうに食され、午後の試合に英気を蓄えられていました。

午後の決勝トーナメントは午前の成績をもとに1位～4位のリーグに分かれて試合が行われました。負ければ終わりの試合のため皆さん1投1投毎にシーソーゲームのような展開でレベルの高い試合をされていたのが印象に残りました。

試合終了後は表彰式・閉会式へと移り各リーグ毎に優勝・準優勝・第3位のチームへ賞状と景品の授与が行われました。

参加された各支部の方々にはご協力いただき感謝申し上げます。次回のニュースポーツ交流大会も市内全支部の方々が大会に参加していただけるように盛り上げていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。



【コミュニティスポーツリーダー講習会】

広報部 邊見 徹二

令和 6 年 3 月 19 日(火)午後 7 時から栃木県南地域地場産業振興センター1 階大ホールにおいて「けがを予防しながらパフォーマンスを上げるためのトレーニング方法」と題し、講師には理学療法士の渡部健太郎氏を招いて、92 名の方にご参加いただき講習会が開催されました。須藤教育長、五代会長の挨拶からはじまりました。福島県出身の渡部氏は、弟さんが野球をしているときにけががつきものだったことから、弟さんの力になりたいと思ひスポーツ理学療法を学んだそうです。

けがをしないような練習方法、またパフォーマンスを上げるための効率的なトレーニング方法について、動画や実演でご説明くださり、そして参加者も一緒に身体を動かし、その効果を実感しました。けがの予防に大事なことは、身体の柔軟性と睡眠だと仰っていました。

渡部氏は今後の活動として、来年度より全国的に始まる学校教育「スクールトレーナー」という制度の県内の第一人者となり、7 年目となる全足利クラブトレーナーの経験を活かして、ジュニアアスリートがけがをせずにアスリートとして成長する手助けをしたいという志を持っているとのこと。

そのために指導者は理論に基づいて、化学的に筋肉をつけさせる指導法を学んで頂きたいと締めてくださいました。改めてスポーツ推進委員として身が引き締まる講習会でした。

