



©Studio Ghibli
小金井市イメージキャラクター
こきんちゃん

ス ポ 進 小 金 井

発行：小金井市スポーツ推進委員協議会

小金井市教育委員会生涯学習課スポーツ振興係 電話：042-386-2462

『スポ進小金井』は
小金井市スポーツ推進委員の
活動をお知らせする
広報紙です

ス ポ 進 小 金 井 は

30号 を迎えることができました

平成16年の創刊から15年。これからも小金井市のみなさまへ
生涯スポーツに関する情報を発信していきます！

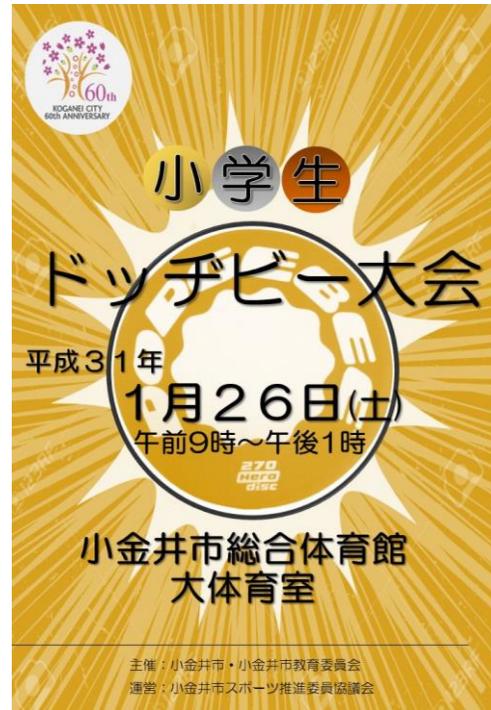




小金井市 市制
60周年記念事業

小学生ドッチビー大会

主催：小金井市・小金井市教育委員会
運営：小金井市スポーツ推進委員協議会



大会プログラム



全員で「がんばるぞ〜!!」

平成31年1月26日(土)小金井市総合体育館にて小学生ドッチビー大会が開催されました。小金井市では初めての試みで、スポーツ推進委員協議会が中心となり半年間かけて準備を行いました。市内8校から12チーム 196人が参加。予選リーグから白熱した試合が繰り広げられました。



選手宣誓



まずは挨拶「お願いします」



「パス、パス〜」



「行くぞ〜」



表彰式



優勝！ 太陽チーム



準優勝 ニ小ビーンズチーム



3位 OSZKチーム



4位 よわくてごめんねチーム



みんなでつなぐ60イニング ティーボール大会

平成30年9月15日(土)
上水公園運動施設グラウンド



スポーツ推進委員チームとして、市制施行60周年記念事業「ティーボール大会」へ参加！一勝一敗でまずまずの結果でした。

第15回市民体力測定

平成30年10月13日(土) 13:00~16:00
小金井市立小金井第一小学校体育館

みなさんの健康と体力維持を目的として毎年「市民体力測定」を開催しています。2019年も日程が決まり次第お知らせします。皆様のご参加お待ちしております！



10m障害物歩行

- 【実施種目】**
(65歳以上)
- ①握力
 - ②上体起こし
 - ③長座体前屈
 - ④開眼片足立ち
 - ⑤障害物歩行
 - ⑥6分間歩行



反復横跳び

- 【実施種目】**
(64歳以下)
- ①握力
 - ②上体起こし
 - ③長座体前屈
 - ④反復横跳び
 - ⑤立ち幅跳び
 - ⑥急歩
- (男性1,500m)
(女性1,000m)

東京2020オリンピック・パラリンピック推進事業 市民まつり

平成30年10月20日(土)、21日(日)
都立小金井公園江戸たてもの園前広場



陸上競技用車いすの体験

初めは恐る恐るだったみなさんも、最後には笑顔で「へえ!なるほどね!」と感心しきり！子どもから大人までたくさんの方にパラリンピック競技を体験していただきました。

ニュースポーツ出前教室

ドッジビーなどの指導を小学校へ出前するという楽しい教室です。体験したことのある小学生は年々増えてきており、試合となると熱が入ります！目をキラキラさせて、一生懸命な小学生を見ると、こちらも元気をもらえます！

【本年度開催された教室】

- | | | |
|----------|----|-----------|
| 10/17(水) | 三小 | 4年生(151名) |
| 10/18(木) | 緑小 | 3年生(124名) |
| 10/26(金) | 四小 | 4年生(89名) |
| 12/11(火) | 東小 | ひまわり(12名) |
| 12/17(月) | 一小 | 梅の実(19名) |
| 12/18(火) | 東小 | 3年生(85名) |
| 12/20(木) | 二小 | さくら(17名) |
| 2/14(木) | 一小 | 3年生(101名) |



編集後記

人生100年の時代。健康寿命を延ばす秘訣はさまざまですが、運動習慣があると、身体だけでなく、こころの若さも保てるような気がします。 発行人

スポ進小金井 第30号

- 発行人 藤井 隆之
編集委員 本橋 玲子 藤森 壽美子
田尻 直子 藤澤 博
松尾 京子