

## スポーツで亀山をもっと元気に!

～身近な推進委員と笑顔はじける健康ライフ～



### 📣 亀山市スポーツ推進委員をご存知ですか？

スポーツ推進委員は、スポーツ基本法第32条に基づき、市町村から委嘱され、地域でスポーツを広める役割を担っています。主な活動は、スポーツの推進のための事業を進める際の関係機関との連絡調整、住民へのスポーツ実技の指導のほか、スポーツに関するさまざまな助言や指導です。

市では、地域や総合型地域スポーツクラブからの推薦を受けた28人の委員が活動し、地域のスポーツ振興に貢献しています。



### 📣 どのようなことをしているの？

市が主催する壮年ソフトボール大会やニュースポーツ体験会、市民体力テストなどのスポーツイベントについて企画・立案から運営までを行うほか、ニュースポーツの普及にも取り組んでいます。また、三重県スポーツ推進委員協議会や北勢スポーツ推進委員協議会が実施する研修会に参加し、日々、資質向上や技能の習得に努めています。

### 📣 ニュースポーツとは？

ルールが簡単で、幼児から大人まで年齢や体力に関係なく「いつでも、どこでも、だれでも」楽しめるスポーツのことです。代表的な種目にはボッチャ、ヘルスバレーボール、ドッジビーなどがあります。

市では、年に2回、ニュースポーツ体験会を開催し、エンジョイバレーボールとモルックを交互に実施しています。

#### ★エンジョイバレーボール

ヘルスバレーボール(やわらかく大きなラグビーボールのような形のボール)とビーチボールをセットごとに入れ替えて、プレーします。相手から返ってきたボールは、必ず3回以上つないでから相手のコートへ返すというルールが特徴です。

#### ★モルック

モルック(木製の棒)を投げ、コート内に並んだ12本のスキttl(木製のピン)を倒して得点を競います。倒れた本数によって得点の数え方が異なり、ちょうど50点になったチームが勝利となります。



### 📣 かめやま出前トークをぜひご活用ください!

スポーツ推進委員が講師として、次の講座を実施しています。

- ニュースポーツを楽しもう! ~エンジョイバレーボールをしませんか?~
  - 体力年齢を測ってみよう! ~地域や職場で新体力テストの測定をしませんか?~
- 詳しくは、市ホームページをご覧ください。



くらしにスポーツ、地域に健康を!

~「出前トーク」から広がる、  
笑顔と健やかな絆(きずな)~

問合せ先 教育委員会事務局生涯学習課社会教育・スポーツグループ ☎ 84-5057