



## スポーツ・イン・ライフの 実現とスポーツフェスタに願うこと

四日市市スポーツ推進委員協議会  
会長 馬場 宏



日頃は、生涯スポーツ、地域スポーツの普及推進活動にご理解、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

四日市市スポーツ推進委員協議会では、令和5年から「機構改革(組織の体制や活動内容の見直し)」に取り組み、市民の皆さんの多様なニーズに柔軟に対応できる体制を取ることが可能になりました。

私たちスポーツ推進委員で取り組んでいるのが、性別や年齢、障がいの有無に関わらず運動・スポーツに携わることができるスポーツ・イン・ライフ(生活の中にスポーツを)の推進です。その中でも、ポッチャやSSピンポンなど、ユニバーサルスポーツの普及に力を入れています。ユニバーサルスポーツとは、年齢や障がいの有無に関わらず、誰もが一緒に楽しめるスポーツで

す。障がいのある方だけでなく、障がいのない方も同じステージで、分け隔てなくスポーツを楽しめるように、大会や体験会を実施することを大切にしています。

さて、10月にはスポーツ推進委員が中心となって、四日市市民スポーツフェスタを開催いたします。グランドゴルフ、ロゲイニング、ポッチャ・SSピンポン体験、生涯スポーツ(ソフトバレーボール、ファミリーバドミントン、テニボン)体験、タグ取り鬼ごっこ遊び、バレーボール遊びなど、様々な方楽しんでいただける内容となっています。普段はなかなか運動する機会がないという方も、日頃から運動・スポーツに親しんでいる方も、ぜひ皆さん一緒に運動・スポーツを楽しむ機会としていただければと思います。

最後になりますが、誰一人も取り残されないようなスポーツ環境をつくるべく、四日市市社会福祉協議会や各種競技団体等とも連携を取りながら、これからも生涯スポーツ、地域スポーツの普及推進活動に全力で取り組んでまいります。引き続きご支援、ご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

## ごあいさつ

シティプロモーション部  
スポーツ課 課長 内糸 豊



今年度4月1日からシティプロモーション部スポーツ課長に着任しました内糸 豊と申します。平素は、本市のスポーツ振興について、格別のご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

スポーツ推進委員協議会の皆様には、日頃より地域の活動のみならず、「四日市ファミリーロゲイニング大会」をはじめ、市のイベントなど幅広く活動をしていただいております。また、10月に開催されます、スポーツフェスタにつきましても、昨年は、1,000名を超える世代を問わず多くの人に参加していただきました。今年度も中心となって、開催すること深く感謝申し上げます。

本市が策定しています、第4次四日市市スポーツ推進基本計画では、市民がそれぞれの目的に応じて「誰もが、いつでも、どこでも、いつまでも」とスポーツを通じて、年齢・性別や障がいに問わず親しむことができるよう、レクリエーションスポーツやユニバーサルスポーツ等の普及に努めることを基本政策に掲げています。そこで、ポッチャやSSピンポンをはじめユニバーサルスポーツ、生涯スポーツの普及を、よりいっそう図っていきたく考えておりますので、今後とも皆様のご理解とご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

## 編集後記

4年に一度の祭典、パリで100年ぶり3回目のオリンピックが盛大に開催されました。その輝く大舞台に四日市市にゆかりのある、レスリング女子53キロ級 藤波朱理選手、女子体操競技 岡村真選手、7人制ラグビー女子 水谷咲良選手、競泳男子 谷口卓選手の4名が出場されました。選手たちの姿をみて最大限の力を発揮すべく、日々調整を重ねながら挑み続ける強い心を持ち、競技に対して取り組む姿勢や見ている人達に感動と希望を与えてくれた姿を見て、栄えあるオリンピックという活躍の場に立った選手たちは、きっと新しい自分と出会ったことでしょう。

また、新種目の「ブレイキン」競技も注目が集まりました。ニューヨーク発祥のヒップホップ文化から生まれたダンスで、1対1のバトルの形式で行われます。アクロバティックな動きと独特のフットワークが特徴で、DJの選曲に即興で動きを合わせ個性あふれる演技を競うところに新しい世界観を感じ見入ってしまいました。パリオリンピックを通じて感じたことは、スポーツに携わる私たちとしては、市民がスポーツに出会う機会を提供する役目を担っている自覚を持つべきだとさらに感じました。10月に開催されるスポーツフェスタでは、四日市市民にとって特別な1日となるよう準備を続け、市民の方が参加していただけるように活動を続けたいです。

広報部会長 位田 和也

# スポーツ推進委員だより

発行：四日市市スポーツ推進委員協議会  
令和6年9月 第13号

# スポーツ フェスタ

市民スポーツフェスタ  
令和6年10月13日(日)  
四日市市総合体育館他

## ファミリーバドミントン 体験

子どもから高齢者まで広く楽しめるよう、バドミントンのルールや用具をアレンジして考案されたスポーツです。

- ※誰でも手軽にできる
- ※バドミントンコートを使用
- ※コート内3名でプレイ
- ※ラケットが短いので手のひらで打つ感覚
- ※スポンジボール使用の為スピードが抑えられます。

時間：10時～14時30分  
場所：総合体育館アリーナ  
参加費：無料  
持ち物：体育館シューズ



スマッシュは  
ダメよ!

開催競技  
はこちら

## ポッチャ 体験会

白いボール（ジャックボール）を目標として、赤・青のそれぞれ6球のボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競う競技です。ルールはカーリングに似ています。

### ★事前申込必要★

時間：  
 受付時間：10時00分～10時30分  
 午前の部：10時30分～11時30分  
 受付時間：13時00分～13時30分  
 午後の部：13時30分～14時30分  
 場所：総合体育館多目的室1  
 参加費：無料  
 持ち物：体育館シューズ  
 申込み締切り：9月13日  
 協力：みえポッチャ協会



## SSピンポン 体験会

三重県発祥の新しいスポーツで、SSピンポンのSSとは生涯の「S」スポーツの「S」を取って名付けられたスポーツ。卓球台の上で音の出るボールを転がして打ち合うので、障がいの有無や年齢に関係なく、誰でも楽しむことができます。

### ★事前申込必要★

時間：  
 受付時間：10時00分～10時30分  
 午前の部：10時30分～11時30分  
 受付時間：13時00分～13時30分  
 午後の部：13時30分～14時30分  
 場所：総合体育館多目的室2  
 参加費：無料  
 持ち物：体育館シューズ  
 申込み締切り：9月13日  
 協力：三重県SSピンポン協会



## タグ取り鬼ごっこで遊ぼう

タグ取り鬼ごっことは、「タグ（しっぽ）」を取り合う鬼ごっこです。前後左右に素早く動く運動で、子どもたちが楽しみながら積極的に体を動かせるアクティブチャイルドプログラムの一つです。

### ★事前申込必要★

時間：  
 受付時間：10時00分～10時30分  
 競技時間：10時30分～11時30分  
 場所：中央第2体育館  
 対象：小学生  
 参加費：無料  
 持ち物：体育館シューズ  
 申込み締切り：9月13日  
 協力：三重女子ラグビーチーム  
 PEARLS（パールズ）



# スポーツフェスタのコンセプト

1. 様々なスポーツの体験を通じて、ライフステージに応じた生涯スポーツの創造を目指します。
2. 誰もが参加しやすいスポーツインライフの普及・推進を目指します。
3. 「家族のつながり」、「チーム（仲間）のつながり」、「地域のつながり」を大切にしていきます。

## バレーボールで遊ぼう

風船バレーボールやソフトバレーボールを使ってアタックやレシーブの体験など、バレーボール選手と一緒にからだを動かします。

### ★事前申込必要★

時間：  
 受付時間：13時00分～13時30分  
 競技時間：13時30分～14時30分  
 場所：中央第2体育館  
 対象：4歳から小学生まで  
 参加費：無料  
 持ち物：体育館シューズ、運動できる服装など  
 申込み締切り：9月13日  
 協力：ヴィアティン三重バレーボール



## ファミリーロゲイニング大会

中央緑地公園及び四日市市周辺に約50箇所のチェックポイントを設定します。それぞれのチェックポイントで写真を撮影すると得点となります。制限時間内にどれだけ得点を得ることができるかで順位を競います。

### ★事前申込必要★

時間：  
 受付時間 8時10分～8時50分  
 開式 9時00分～  
 競技時間 9時30分～12時30分  
 場所：総合体育館アリーナ  
 対象：成人を含む2～5人グループ  
 参加費：1人500円（小学生以下無料）  
 申込み締切り：9月13日  
 ※おもてなしポイントのお楽しみもあります。



## グラウンド・ゴルフ大会

グラウンド・ゴルフは、日本で高齢者向けに考案されたスポーツで、生涯スポーツの一種。子どもから高齢者まで誰でも参加することができます。

### ★事前申込必要★

時間：  
 受付時間 7時30分～8時20分  
 開会式 8時30～  
 競技スタート 9時00～  
 表彰式 14時00（予定）  
 場所：中央フットボール場Aフィールド  
 内容：8ホール 3ラウンド  
 対象：小学4年生以上  
 参加費：無料  
 申込み締切り：9月13日



## 生涯スポーツ 体験コーナー

時間：10時～14時30分  
 場所：総合体育館アリーナ  
 参加費：無料  
 持ち物：体育館シューズ

四日市市スポーツ推進委員が各地区で普及推進している生涯スポーツを体験してみませんか。

## ファミリーバドミントン



子どもから高齢者まで広く楽しめるよう、バドミントンのルールや用具をアレンジして考案されたスポーツです。3人でシャトルを打ち合います。

## テニポン



テニスと卓球を合わせたようなスポーツで、バドミントンコートで木製ラケットを使って、スポンジボールを打ち合います。

## ソフトバレーボール

バレーボールから派生したスポーツで、4人制で、柔らかいボールをネット越しに打ち合います。コートはバドミントンのコートを使います。



市民スポーツフェスタの申込・詳細は右記QRコードもしくは、四日市市スポーツ推進委員協議会事務局（TEL 354-8429）まで。

