

# みよし市 スポーツ推進委員だより



2013. 10. 15  
No.018

発行・編集／みよし市スポーツ推進委員会 〒470-0224 みよし市三好町池ノ原1 三好公園総合体育館内  
URL: <http://www.city.aichi-miyoshi.lg.jp/sports/taiikusidouin.html>  
TEL: (0561)32-8027

## 1 スポーツ推進委員愛知大会

「スポーツ推進委員愛知大会」が9月21日(土)に日本ガイシスポーツプラザにて開催され、愛知県内のスポーツ推進委員約1163名が参加し、みよし市から松波委員長以下8名が参加しました。開会のあいさつの後、10年、20年に渡ってご尽力された方々の表彰式が行われ、みよし市より深谷委員、竹溪委員、原田委員が10年表彰を受けました。おめでとうございます！  
実技研修会では、テレビでおなじみの中京大学教授、湯浅景元氏による「ウォーキングの正しいフォームと歩き方」という講演が行われました。ストレッチの正しい行い方、ストレッチ後すぐにウォーキングを開始してはいけない等、理由説明を細かく指導頂きました。ウォーキングだけでは持久力は付いても、筋肉は付かない等、私達が思っていた事が否定されビックリしました。筋肉を付けるには、動作を7秒間停止した状態を維持するだけでよい等、データを元に講演され、認識を新たにしました。ウォーキングの正しいやり方など考え方の一端を知ることとなり大変勉強になる講演を聴くことができました。今回学んだ事は、今後みよし市での活動に生かせるようにしたいと考えています。



## 2 体育祭の準備、撤収のお手伝い

スポーツ推進委員は体育祭の準備、撤収のお手伝いをしました。  
体育祭前日の午前中には、トラック、フィールド内のライン引き、体育センターの清掃、午後には、ポンポコリン体操・ジェンカのリハーサル、天王小臨時駐車場のライン引き、観覧席テントの設置指導など当日に備え準備をするとともに、くれぐれも事故のないように入念にいろいろな箇所を安全確認しました。当日は朝7時に集合し行政区の方と協力をしてテントの設置をした後、ラインの補修、競技用具のテント設置、競技用具の移動、来賓席の清掃、行政区受付など準備をし体育祭に臨みます。そして体育祭閉会後には、看板、土



## 3 みよし市体育祭

10/13(日)に54回目のみよし市体育祭が晴天の中、三好公園陸上競技場で行われました。  
体育祭でのスポーツ推進委員は、大会審判長の松波委員長をはじめ、競技順に選手を集合させ送り出す招集発送係、競技の開始やスタートの合図をする出発合図係、競技の終わりやゴールの順位を決める決勝係、競技がルールに則って公正に行われたかを見極める監察係の担当が与えられ、なくてはならない仕事をさせていただきました。  
昨年の反省点から参加条件やジャッジ面、競技順などの変更改善を行ったことでスムーズに進行できたと思います。



