

発行  
 青梅市教育委員会  
 青梅市東青梅1-11-1  
 電話 0428-22-1111

編集  
 青梅市スポーツ推進委員協議会  
 企画広報委員会

(レクリエーションスポーツをさわやかな生活の中に)

**こんにちは、スポ推です！**

青梅市スポーツ推進委員協議会（スポ推）は青梅市から委嘱された非常勤公務員として、地域のスポーツ・レクリエーションの普及、振興を図る活動をしています。

青梅市内の各地区11の支会から選出された24名で、青梅市事務局による運営協力のバックアップを頂きながら活動しています。

## 令和6年度 青梅市スポーツ推進委員 紹介

スポーツ推進委員は今年度から以下の5名が加わり活動に参加されています。ご活躍を期待します。

- 第1支会 藤田 史彦
- 第2支会 野崎 一明
- 第4支会 西内 英雄
- 第10支会 相川 芳輝
- 第11支会 飯田 裕司



事務局となるスポーツ推進課は、本年度4月から新体制になり、地域に密着した活動推進をサポート頂いています。

(職員紹介) 課長：中村栄之、係長：鈴木孝志  
 主事：船木仙太、主事：長岡光希

中村課長は以前事務局でサポート頂いていたので推進委員としても心強い限りです。

## 活動報告

### 第3回 青梅市ポッチャ交流会

令和6年6月2日（日）

令和6年6月2日（日）第3回青梅市ポッチャ交流会を住友金属アリーナ青梅で開催いたしました。この交流会は私たち青梅市スポーツ推進委員協議会の主管行事で毎年6月に実施しています。交流会の開催までに3回ほどの練習会を開き、初めてポッチャ競技に触れる方から交流会に向けて腕を磨く方など多くの方に参加いただきました。初めての方にはルール説明から実践までポッチャの楽しさを体験いただきますが、実はこの練習会、私たちスポーツ推進委員も交流会に向け、ルールの確認やスムーズな進行が出来るよう審判の練習をしているんです。（ご協力ありがとうございます。毎年練習会を開きますので1人でもお気軽にご参加ください）

そして交流会には45チーム、174名の参加があり、熱戦を繰り広げました。参加チームは9ブロックに分かれリーグ戦を行い、各ブロックの1位チームが決勝トーナメントに進出し優勝を目指します。試合は白熱した中にも和やかな雰囲気が進み、市職員チーム「カリアゲの会」が見事優勝に輝きました。多くのチームに参加いただき、試合中は拍手や歓声が絶えない盛り上がった大会になりました。

この交流会はポッチャを通じて市民の交流を深めることが目的です。おそらく参加された皆様は大いに交流を深められたのではないのでしょうか。これからも多くの方が参加され、もっともっと地域の繋がりが深まればよいなと思っております。

（第8支会 野村 欣史）



### 広域地区別研修会(7ブロック)

令和6年8月24日（土）

令和6年度東京都スポーツ推進委員広域地区別研修会、第7ブロックが、8月24日（土）に福生市民会館で行われました。

今回は、帝京大学医療技術学部、蛭間栄介先生をお迎えし、「基礎的運動能力-下肢から考える健康-」について西多摩のスポーツ推進委員が一堂に会し講義を受けました。

特に印象に残ったのは、日常生活の中での歩行の大切さです。私たちの地域では車を利用した生活が中心となっており、意識して歩く時間を取ることは難しくなっていると思います。蛭間先生のお話の中にも、ただダラダラ歩くのではなく、正しい歩行をすることの大切さを細かく教えていただきました。

また、歩行シューズも大事なことで、自分の足にあったシューズで、歩行することが身体にも良いことがわかりました。

講義の後には、1人でも簡単にできる運動を先生から指導いただき、体をほぐして、この研修会を終えました。

暑い夏も終わりこれから運動には良い季節を迎えてまいります。皆さんもぜひ積極的にウォーキングしてみませんか。

(第1支会 荒井 早苗)



## 青梅市障がい者と家族のスポーツ大会

令和6年9月22日(日)

令和6年9月22日(日) 住友金属鉦山アリーナ青梅において、『青梅市障がい者と家族のスポーツ大会2024』が開催されました。今年も競技内容に工夫を凝らしてボッチャ・フロアホッケーリレー・投てきコーナーの3つのエリアを各30分間、みんな家族の方やボランティアの人たちと楽しく賑やかに体験していました。

新競技のフロアホッケーは2チームに分かれてリレー方式で対戦。ウレタン製のパックを向いにいる相手の所までスティックを上手にを使ってパスして競争しました。

ボッチャは体験版のマットを使用して、経験された方もいらして見事に手球を白い的球の近くに投げていました。

投てきコーナーでも新競技のバグゴ/ラダーゲッターを追加し、ターゲットマット、ドッジビー投げと、みんな笑顔で楽しく体験しました。

最後に参加されたみんながパン食い競走をして、次回もまたお会いしましょうと、明るく楽しいひと時を過ごされました。

第6支会 浅見 幸男



## 消防署表彰(人命救助)

令和6年7月13日

令和6年9月 青梅市スポーツ推進委員副会長の三角和則さん(第8支会)が、埼玉県三郷市消防本部に人命救助で表彰されました。

三角さんは車で友人と二人でゴルフに向かっているときに同乗の方が車中で意識を失った為、車を高速の料金所付近に止め、心肺停止を確認しました。近くに人が居なかったため救急車を要請し、到着までの間心臓マッサージを実施していたそうです。

幸い同乗の方は救急搬送後意識を回復して元気になられたとのこと。本当に良かったです。

青梅市スポーツ推進委員では数年前「救命救急」の講習を行ったことがあり、「その時の内容を思い出しながら心臓マッサージを行った」とのことでした。講習とはいえハードな実習も行っておりましたので思い出せたのかもかもしれません。

スポーツ推進委員としてスポーツの現場で同じようなことがあってもあわてないように、「救命救急」の知識を持つことの大切さを実感した出来事でした。

(第3支会 相原 敏治)



## 今後の事業計画と活動報告

- |                   |               |
|-------------------|---------------|
| ・スポーツDAY青梅2024    | 令和6年10月14日(祝) |
| ・西多摩広域行政圏スポーツフェスタ | 令和6年11月16日(土) |
| ・第20回 ウォーキングフェスタ  | 令和6年11月23日(土) |
| ・第86回 奥多摩溪谷駅伝競走大会 | 令和6年12月1日(日)  |
| ・東京都市町村ポッチャ大会     | 令和7年1月25日(土)  |
| ・第57回 青梅マラソン大会    | 令和7年2月16日(日)  |
| ・青梅マラソンコースを歩く会    | 令和7年3月16日(日)  |

※各日程は仮予定

上記の行事・大会に参画、協力してまいりますので、次回の「Waふれあい」で各会の状況をお伝えしたいと思います。