

スポーツのわっ!

立川市スポーツ推進委員協議会 編集

立川市スポーツ振興課 発行

長い自粛の時期が明けました。コロナの波は安心できる状況には時間がかかりそうですが、2年間にわたり工夫をし制限を設けながら色々な催しが戻りつつあります。わたくし達もいかに体を動かすか模索して参りました。いくつか実現の運びとなりましたので、今回はその模様を中心にお伝えします。

【「スポーツのわっ!」 Vol. 2 の内容】

- p. 1 ファミリーウォーク in 国営昭和記念公園（あるけあるけ）、
「あるけあるけ」とは、歩行記録の累積、特定距離ごとに表彰
p. 2 情報発信も工夫中、モルックもはじまりました、
消火器ウォークをご活用ください、編集後記

ファミリーウォーク in 国営昭和記念公園（あるけあるけ）

今春、あの「あるけあるけ」が帰ってきました。その名も「ファミリーウォーク in 国営昭和記念公園」。

我々は、従来の「あるけ」イベント開催を中止してきました。このコロナ禍にあって密をさける点で、グループを作っておしゃべりしながら並んで歩くというスタイルは、見直さざるを得ませんでした。再開した「あるけ」はこれまでのようにグループになる形態はとらずに、個人個人で歩いて公園内の特定ポイントを通する事で歩行距離を認定しようという試みです。固まって歩かないので密にならず安心で、ペース配分も自由という新たなメリットもありました。一般道ではないので、役員が近くに付き添わなくても交通面などの安全が確保できます。

第1弾は、2021年4月24日(土)で56名が参加。

第2弾は、2022年5月28日(土)で61名が参加。

来年も是非、多くの方々の参加をお待ちしています。



◆ファミリーウォーク in 国営昭和記念公園(あるけあるけ)から

「あるけあるけ」とは

スポーツ推進委員協議会では、市民のスポーツ促進の一環として市の行事として毎年「あるけあるけ」（毎回歩くコースを練り上げて、半日ほどかけて、みんなでそのコースを歩くというイベント）を開催してきました。（通例のコースは昼休みを挟んで日中概ね12km程度を歩きます）

歩行記録の累積

この「あるけあるけ」は単に歩くだけでなく、参加された皆さんに自分用のカードを発行し、毎回のイベントで歩いた距離を認定し、カードに自分の歩行記録が累積されるという側面も持っています。しかも我々が企画したものだけでなく市が認めた「ウォーキング・イベント」の歩行記録も累積されていきます。

特定距離ごとに表彰

実はこの記録は100km達成の毎に表彰され、距離により記念バッチも授与されるという特典がついています。表彰対象の記録に達成した後に参加された「あるけあるけ」

（我々主催のイベント）の際、閉会式と表彰式を兼ねて達成者にお渡ししています。（コロナ禍中は、閉会式は割愛する事があります）皆さんも是非チャレンジしてみてください。ちなみに最近の最高記録表彰者は、なんと4,200kmです。継続は力なりですね。