

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。

情報発信も工夫中

平成までは東京都スポーツ推進委員協議会の研修も立川市が当番幹事だったり、周辺市との共同研修もいくつも立川市主催で行う事ができました。今では集合イベントは、オンラインが当たり前になってきました。色々と変化する中、ホームページを含む情報発信の見直しなど、できる工夫をしながら、立川が常に健康でスポーツに満ちた都市となっていけるよう共々に進めていけたらと思います。

第1委員会 委員長 井伊 務

モルックもはじまりました

2020年度から委員長を担当しています。宜しくお願いします。第2委員会では2つの行事の主担当をしています。体力年齢測定会(秋)は、その場での測定種目、動き回る種目等、運動能力のバランスが分かります。測定後に非常に為になる講師のお話もあります。縄跳びチャンピオン大会(冬)は個人(中学以下は学年別)の1回旋飛びと2回旋飛びの部、団体の部では大縄跳びで競います。成績優秀者には、**賞状とメダルを授与**します。(昨年はコロナ影響により中止)



なお、今年はニュースポーツのモルックの啓蒙推進にも協力しています。屋外で手軽にできてルールもシンプル。無事にサークルも立ち上がり、当面、柴崎福祉会館を中心に活動する模様です。

第2委員会 委員長 遠藤 章夫

消火器ウォークをご活用ください

「あるけ」を中心に活動している第3委員会です。ココ！立川で皆さんが進んでスポーツに参加できるキッカケや、運動を継続できる環境を皆さんと一緒に築いていけたらと日々活動の9年目です。

<いつでも/自由ペースで/1人で/できる> 前頁のファミリーウォークだけでなく、ニューあるけ「消火器ウォーク」が完成し、市内各地区全12コースが揃いました。コース毎に設定された距離を1度だけ認定します。この認定は明春の令和5年3月いっぱいまでですが、コース資料の利用に期限はありませんし、同じコースを何度歩くのも自由です。交通ルールやマナーに留意して「マイあるけ」をお楽しみください。

なお、この期間内に12種類全コースを踏破した場合は、ボーナスとして更に12km分の距離を追加認定しています。

コース名	設置場所(ポイント)	距離
A	滝辺小学校(立川市滝辺町)	8km
B	富士見町(立川市富士見町)	8km
C	成多野町(立川市成多野町)	8km
D	七ツノ(立川市七ツノ町)	8km
E	水産町(立川市水産町)	8km
F	国分寺小学校(立川市国分寺町)	8km
G	国分寺小学校(立川市国分寺町)	8km
H	富士見町(立川市富士見町)	8km
I	立川市立中央小学校(立川市中央町)	8km
J	立川市立中央小学校(立川市中央町)	8km
K	立川市立中央小学校(立川市中央町)	8km
L	立川市立中央小学校(立川市中央町)	8km
M	立川市立中央小学校(立川市中央町)	8km
N	立川市立中央小学校(立川市中央町)	8km
O	立川市立中央小学校(立川市中央町)	8km

第3委員会 委員長 大畑 勝俊

<消火器ウォーク> 詳しくは、市のホームページをご覧ください。資料のダウンロードもできます。泉体育館や柴崎体育館にも常設資料があります。児童館や会館にも地元分を置いている場合があります。ご不明点はスポーツ振興課にお問合せください。



スポーツ推進委員は、市民の中から選出され、市民の皆さんと一緒に市民の皆さんのためにスポーツを推進してゆくメンバーです。

【スポーツ推進委員とは？】

スポーツ推進委員は、当該市町村におけるスポーツの推進のため、教育委員会規則(特定地方公共団体にあつては、地方公共団体の規則)の定めるところにより、スポーツの推進のための事業の実施に係る連絡調整並びに住民に対するスポーツの実技の指導その他スポーツに関する指導及び助言を行うものとする。

<「スポーツ基本法」第32条第2項より抜粋>

【編集後記】

コロナ禍でイベントや、集まる機会が途絶えると、どうにも盛り上がり欠けます。これまでは忙しくてもやり繰りしようという勢いがあつたのに時間はあると思つても、「みんなで集まる」「一緒に体を動かす」どうやらこれらが無いのが原因らしく。環境に負けずに工夫をして再出発！ (井伊)

【お問い合わせ】
立川市産業文化スポーツ部スポーツ振興課 ☎ 042-529-8515 (直通)