



## スポーツひろば

区内の小・中学校の体育館を夜間開放し、気軽にスポーツに触れる機会を提供しています。区内19会場で、様々な種目に無料で参加することができます。各会場には荒川区スポーツ推進委員や専門の指導員がおり、初心者でも安心です。

**参加をご希望の方はぜひ、直接会場へお越しください。**

**期 間** 通年 ※夏季休止期間・年末年始および祝日は休み  
※入学式・卒業式その他学校行事などの都合で中止する場合があります

**時 間** 午後7時30分～午後9時30分（中学生以下は午後9時まで）

**対 象** 区内在住・在勤・在学の方

※小学生の参加は、毎回保護者の同伴が必要です

※対象年齢は会場によって異なります。必ず下表及び右上のQRコードをご確認ください

**受 付** 初めて参加する日に各会場で申込書を記入してください ※小・中学生は保護者同伴

**参加費** 無料

**持ち物** 室内用運動靴・運動のできる服装



**会場紹介** ※実施種目は日によって異なります。その他の会場は、上のQRコードからご確認ください。

| 種目        | 会場                     | 曜日 | 実施種目            |
|-----------|------------------------|----|-----------------|
| 健康体力づくり   | 第二瑞光小学校<br>※小学1年生以上が対象 | 金曜 | ビーチボール等         |
| みんなで健康づくり | 諏訪台中学校                 |    | ビーチボール、ストレッチ体操等 |
|           | 尾久八幡中学校<br>※小学1年生以上が対象 |    | バドミントン等         |

## 区民体育大会開会式とパラスポーツ体験会

高橋 一郎

令和6年10月13日（日）、荒川総合スポーツセンター大体育室において、令和6年度区民体育大会の開会式が開催されました。私たちスポーツ推進委員は、区内各スポーツ団体の前年度活動の成果である優勝カップの返還式の一端を担いました。また、同日にスポーツセンター内武道場にて、パラスポーツ体験会を開催。種目はボッチャで、初めて体験する参加者も初対面の参加者と対戦しゲームが進行するにつれ勝敗に一喜一憂。短時間のうちにボッチャの楽しさを体験していただきました。

今後のお知らせや活動報告を随時更新！  
荒川区スポーツ推進委員会ホームページはこちら▼



活 動 日 誌

令和6年  
9月15日 屋外スポーツ事業  
〔区民運動場〕  
9月23日 広域地区別研修会  
〔北とみなみ 2階〕  
10月5日 あらボッチャ  
〔荒川総合スポーツセンター〕  
10月13日 区民体育大会開会式  
パラスポーツ体験会  
〔荒川総合スポーツセンター〕  
10月19日・20日 宿泊研修  
〔荒川 荏 千葉真山 武市〕  
11月4日 区民体育大会陸上競技会  
〔金入公園陸上競技場〕  
11月14日・15日 全国スポーツ推進委員  
研究協議会 宮崎大会  
〔ひなた武道館 他〕  
11月17日 荒川リバーサイドマラソン  
〔荒川河川敷〕  
12月1日 あらスポチャレンジ  
〔荒川総合スポーツセンター〕  
令和7年  
2月2日 第2回自主研修会  
〔荒川総合スポーツセンター〕  
2月16日 パラスポーツフェスティバル  
〔荒川総合スポーツセンター〕  
3月9日 屋外スポーツ事業  
〔区民運動場〕



発行 荒川区スポーツ振興課  
編集 荒川区スポーツ推進委員会  
荒川区荒川2-2-3  
TEL.3802-3111（内線3374）  
登録 (06)-0035号-02

## ニュースポーツ&ベーシックスポーツ

荒川区スポーツ推進委員会  
副会長 朽堀 喜信

スポーツ推進委員会では、区民の皆様に向けて「スポーツに親しむ」きっかけ作りの意味をふくめ、たくさんのニュースポーツを紹介してきました。近年ではボッチャ、モルック、スナッグゴルフ、ドッチビー、キンボールスポーツ・・・と、昭和に小学生時代を過ごした人が出会わなかったスポーツに取り組んでいます。

小学生対象のあらスポチャレンジにおいて、全員で「縄跳び」を行う時間がありました。低学年の子どもたちもしっかり飛べていて、何より積極的な姿に「縄跳び」という健康スポーツが長続きしているものだと感じました。冬の体育の授業といえば、縄跳びと持久走のイメージが、昭和・平成・令和と続いていることに改めて気付きました。ちなみに夏休みは、プールと朝のラジオ体操でした。運動会の種目なども今も変わらないものがほとんどです。

このベーシックなスポーツが誰にも根付いているのなら、どの世代でも受け入れやすいスポーツを推進するヒントが見つけれられるかもしれません。義務教育で学んだスポーツと、遊びの延長から生まれたスポーツ。次の時代にはどんなスポーツが根付いているか楽しみです。



荒川区スポーツ推進委員会のホームページ  
<https://arakawa-suposui.com/>

## あらボッチャ

浅井 茂

令和6年10月5日（土）、参加選手76名（介助者9名）を迎えて荒川総合スポーツセンター大体育室にてあらボッチャが開催されました。

トーナメント形式で、友人同士や家族で構成された2人から6人のチームが白熱した戦いを繰り広げました。大人と子どもが力を合わせて戦う中で、次第に競技の面白さを体感していく家族の様子が見てとれました。熱戦が繰り広げられた大会も2チームが勝ち残り、中央コートで多くの観衆が見つめる中、昨年も参加された2人組のチームが接戦を制して優勝となりました。

全試合終了後、宮原陸人選手（2024年度日本ボッチャ協会強化指定選手）と優勝チームとのエキシビションマッチが実施されました。参加チーム優勢でゲームは進み、絶体絶命と思われる形勢を、宮原選手が最後の一投で見事逆転し、観衆から惜しめない拍手が送られていました。



## 参加者の声

- ・家族で楽しめました！
- ・あらみいがゲットできなくてくやしー!! (T\_T)
- ・決勝とぞの後の宮原選手の投球に驚かされました。

## あらスポチャレンジ

田中 剛

令和6年12月1日（日）、荒川総合スポーツセンター大体育室においてあらスポチャレンジが開催されました。

縄跳びで体を温めてから記録会スタート。「ドッチビーディスタンス」「ダッシュ」「ローラー」の他、新たな種目として、ピロポロでドリブルシュートの後、的に向けてボッチャを投球する「ドリブルボッチャ」、スラックレールの上を歩いた後、玉入れをする「バランス玉入れ」にチャレンジしてもらいました。

子どもたち一人ひとりが真剣に取り組み各学年で競い合い、3位まで表彰されました。

記録会終了後のチーム戦「キンボール運び」では大いに盛り上がりました。

来年も開催予定のため多くのご参加お待ちしております。



◀ バランス玉入れ



ドリブルボッチャ▶



◀ キンボール運び

## 参加者の声

- ・いろいろなスポーツができてうれしかった。
- ・新しくできたスポーツがおもしろかったです。
- ・ドッチビーの教え方が分かりやすかった。
- ・ローラーというゲームを初めてやってすごい楽しかった。
- ・去年より点数が高くなってうれしかったです。来年も参加したいです！楽しかったです😊

## 荒川リバーサイドマラソン

齋藤 和子



令和6年11月17日（日）、荒川河川敷においてリバーサイドマラソンが開催されました。心配された天候も、当日は季節が戻ったかのような暖かになりました。

種目は、2km（ふれあい）、2km、3km、5km、10kmにわかれ、6歳から最高81歳まで約1200名の選手がスタートしました。ゴール手前の沿道では、滝口学区長からの声援と拍手を受けてラストスパートをしている姿も見られました。皆さん汗びっしょりでしたが、完走した笑顔は本当にキラキラと輝いていました。

ぜひ、次回は皆様も参加してはいかがでしょうか？

## 宿泊研修

千本木 幹

令和6年10月19日（土）・20日（日）、九十九里 蓮沼海岸の浪川荘（千葉県山武市）にて、宿泊研修会が実施されました。通常では、なかなかできないニュースポーツや屋外種目に取り組み、新任委員のオリエンテーション、また委員同士の交流を深める目的として、現在、2年に1度開催しています。

今回は、ドッチビー、ピロポロ、ヘルスパレーボール、ビーチボール、スナッグゴルフ、キックベース、モルックと盛り沢山の研修をしました。ドッチビーは、地域の学校行事などの派遣業務に向けてルール確認と競技体験、また、スナッグゴルフは、屋外で本格的に9ホール設置しプレーも楽しみながら行いました。各委員のスキルアップはもちろんのこと、“楽しさを伝える”ということを学ぶ有意義な研修会となりました。



## モルック・スナッグゴルフを楽しもう！

区民運動場多目的グラウンドにて9月と3月に開催しました。どなたでも無料で参加できます（小学生は保護者同伴）

## モルック

フィンランド生まれの大人気スポーツです。木製の棒（モルック）を投げ、木製のピン（スキットル）を倒すシンプルなルールです。先にぴったり50点をとったチームの勝ちです。



## スナッグゴルフ

アメリカの元PGAツアープレイヤーの長年の研究から生まれた新しいゴルフです。子供から大人まで楽しくゴルフの基本が身につきます。ボールは柔らかく、カップの代わりに的のスナッグフラッグにくっつきます。



次回もお楽しみに！