

那須塩原市スポーツ推進委員協議会

第17号

H30.12.20

スポ進だより

編集：市スポーツ推進委員協議会

発行人：会長 粒 来 紀 男



ボッチャ

リオデジャネイロパラリンピックで日本が銀メダルを獲得した「ボッチャ」。聞いたことがある方も多いのではないのでしょうか。障がいのあるなしに関わらず、あらゆる人が楽しめる競技です。

スポーツ推進委員協議会では、講習会へ参加したり、スポーツレクリエーション祭で新種目として取り入れたり、とボッチャに取り組んできました。

次ページでは、ルールについて説明しています。ぜひ一度挑戦してみてください。

那須塩原市スポーツ推進委員協議会事務局

TEL：0287-37-5439 FAX：0287-37-5479

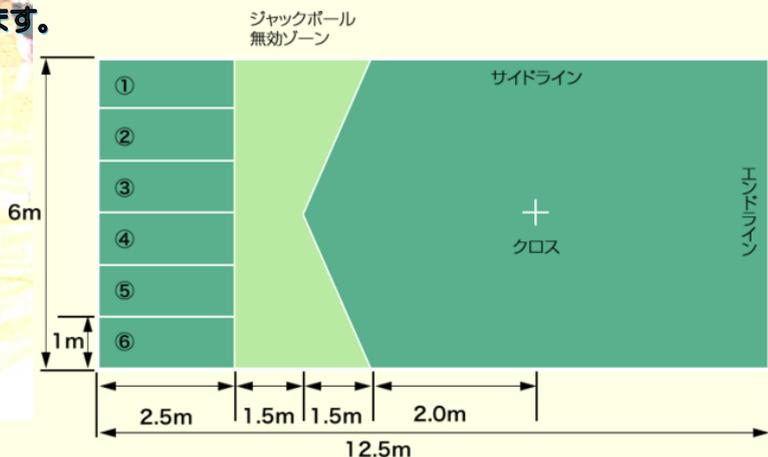
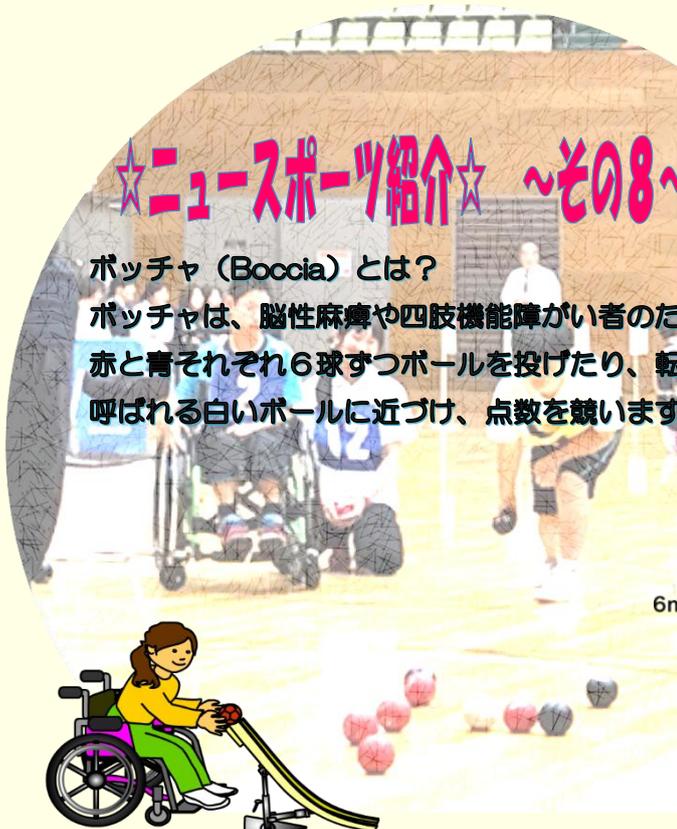
☆ニュースポーツ紹介☆ ~その8~

ボッチャ

ボッチャ (Boccia) とは？

ボッチャは、脳性麻痺や四肢機能障がい者のためにヨーロッパで考案されました。

赤と青それぞれ6球ずつボールを投げたり、転がしたり、ぶつかけたりして、ジャックボール (目標球) と呼ばれる白いボールに近づけ、点数を競います。



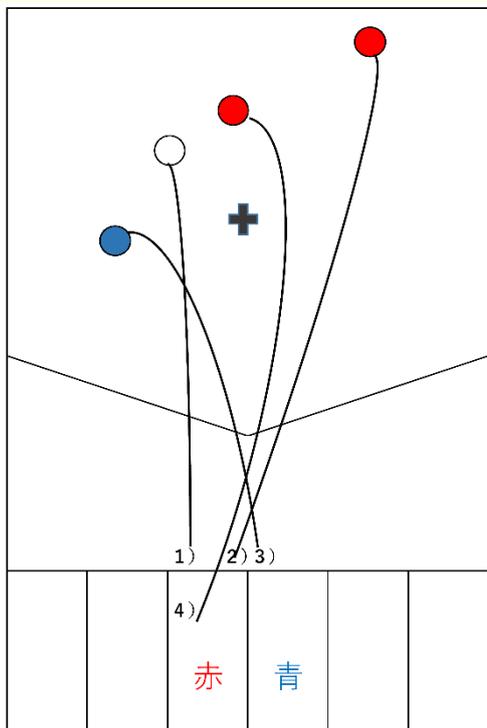
ボールを投げるできない場合は、「ランプ」と呼ばれる勾配具を使って投球することもできます。

個人戦 (1対1) と団体戦 (2対2 または 3対3) があります。それぞれ「スローイングボックス」と呼ばれるコート上の定められた立ち位置から投球します。

● やってみよう! ●

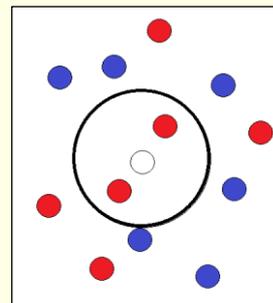
- 1) まず、赤がジャックボール (白) を投げます。
- 2) ジャックボールを投げた人が続けて投げます。
- 3) 次に青がボールを投げます。
- 4) それ以降は、ジャックボールに近い方が投げます。途中で相手よりジャックボールへ近づけることができれば、投球順が入れ替わります。

ジャックボール投球から、赤青すべてのボールを投げ終えるまでを「1エンド」といいます。公式戦では4~6エンド行います。



● 得点計算 ●

- ジャックボールに近い方が勝ち
- ジャックボールから負けチームの1番近いボールまでの半径内にある、勝ちチームのボールの個数が得点になります。



この場合、赤が2得点です。



ちょっと難しい? やってみると意外と簡単! 作戦によっては大量得点も狙えたりと、ゲーム性が高く奥の深い競技です。

市のスポーツ振興課ではボッチャの用具を貸し出しています。ぜひ、一度挑戦してみてくださいね!

平成30年度 事業実績 (4~9月)

4月 7日	総会	6月28日	関谷小2年生親子レクリエーション
5月12日	大山公民館少年教室	29日	埼玉小3年生親子レクリエーション
13日	那須地区スポーツ推進委員総会・研修会	29日	ハロープラザ高齢者学級
20日	市スポーツレクリエーション祭(にしなすの会場)	30日	県生涯スポーツ指導者講習会
6月 2日	南公民館少年教室(写真A)	7月 1日	厚崎公民館親子チャレンジクラブ
2日	千草会 西那須野支部	4日	ウォーキング教室(鍋掛公民館)(写真C)
6日	市民体力テスト(写真B)	11日	南赤田公民館生きがいサロン
8日	関東スポーツ推進委員研究大会(東京都・2日間)	11日	高林小4年生親子レクリエーション
9日	那須塩原クリテリウム	18日	関谷小3年生親子レクリエーション
13日	槻沢小3年生親子レクリエーション	19日	南公民館高齢者学級
13日	ウォーキング教室(黒磯公民館)	22日	三島公民館わくわくどきどきクラブ
15日	三島小1年生親子レクリエーション	9月 1日	県研修会
18日	南小2年生親子レクリエーション	16日	市スポーツレクリエーション祭(くろいそ会場)
19日	三島小2年生親子レクリエーション	17日	那須地区研修会②(大田原市)
21日	老人・幼児ふれあいスポーツ大会	24日	ブリヂストンXオリンピックXパラリンピック aGoGo!
24日	関東学生トライアスロン大会	27日	青木小2年生親子レクリエーション
27日	石田坂・赤沼生きがいサロン		



A:少年教室(スカイクロス)

B:市民体力テスト



C:ウォーキング教室

平成30年度 事業予定 (10~3月)

- 10月 6日 市駅伝競走大会
- 11月 3日 那須塩原ハーフマラソン
- 7日 塩原生きいきクラブ
- 15日 全国スポーツ推進委員研究協議会(2日間)
- 12月 15日 栃木県スポーツ推進委員研究大会
- 23日 第1回県学童駅伝大会

平成31年

- 2月 16日 県研修会②
- 23日 那須地区スポーツ推進委員交流大会
- 3月 10日 第7回さいかつぼーる交流大会
- 16日 視察研修



公民館でもスポーツ推進委員が活躍しています

高林活力倍増センター（高林公民館）では、公民館事業にスポーツ推進委員が参加し、ニュースポーツの紹介や指導、競技の審判員などを行っています。

そのひとつとして、毎年7月に地区の小学6年生を対象に行われているサマーキャンプに協力しています。キャンプでは毎年「さいかつぼーる」を紹介。参加児童は初めて取り組む種目でしたが、すぐに上達し、楽しく試合を行いました（写真①、④）。10月7日（日）に行われた地区バレーボール大会では、審判員として大会をサポートしました（写真②）。また、12月に行われた地区さいかつぼーる大会に向けて開催された教室には、講師として参加。和やかな雰囲気の中、ルールや実技の指導を行いました（写真③）。



参加した八木沢推進委員の声

微力ながら地域のスポーツ振興の力になれることを嬉しく思い、活動を行っています。公民館の活動では、スポーツを通じた地域のつながりを感じることができます。お近くの公民館へも、推進委員が出向くことがあります。機会があれば、ぜひ一度参加してみてください。

過去のスポ進だよりは市ホームページに掲載しています！ぜひご覧ください♪

編集後記

推進委員6年目になりました。

毎年行われている体力テストでは 高齢者の部のお手伝いをさせて頂いております。体力テストにあたっては、事前に健康チェックを行ってから開始しますので安心です。

日頃から体力作りを行なっている方は勿論、体を動かす事が苦手な方も 自分の体力に忘れて測定が出来ますので ぜひ参加してみてください。