

かまくら スポーツ推進委員だより



発行者：鎌倉市スポーツ推進委員連絡協議会 編集：広報部

1号
2024

鎌倉市スポーツ推進委員連絡協議会役員

会長 河田輝雄
副会長 石渡順二 佐野哲也 若林裕子
会計 中島和久 島津恒夫
監査 御成地区 今泉・岩瀬地区

部会組織一覧

渉外部会					事業部会				
深沢	平野 保雄	坂本 潤一	實方 とく子	未	第一	青木 正良	向瀬 夏美	矢沢 保政	沢柳 真介
山崎	石渡 順二	齋藤 尊司	関根 豊	青山 政弘	稲村ガ崎	阿部 篤司	黒岩 真理子	今子 雄介	深見 兼司
植木	鈴木 康夫	石田 晴久	矢野 真紀	伏見 渉	御成	飯田 弘明	海老原 義彦	今井 澄江	奥田 浩
玉縄	細谷一彦	斎藤 知子	高瀬 靖子	塩田 丈嗣	腰越	田中 潤	川野 充郎	島津 恒夫	石川 幸子
小坂	中島 和久	梶 典彦	若林 裕子	大澤 香子	西鎌倉	古賀 知	朝比奈由記子	佐野 哲也	小谷 清久
研修部会					広報部会				
第二	河田 輝雄	大橋 優子	齊藤 孝一	白田 香代子	七里ガ浜	桜井 正利	村山 宏治	中津 佳彦	浜田 喜代美
今泉・岩瀬	吉田 雅美	井上 智雄	米澤 寿人	林 行雄	富士塚	大塚 三喜夫	本間 直樹	郷原 一己	波形 千賀子
大船	打保 茂	高橋 美穂子	常盤 文子	橋詰 雅樹					
関谷・城廻	鹿城 譲	阿部 進	落合 隆	山北 和之					

（注記：太字は常任委員,赤字は部会長）



退任委員の皆様と ご挨拶

<退任された委員の方々>

地区	お名前	地区	お名前
玉縄	栃 窪 一 郎	深沢	前 田 晃 人
第一	柴 山 健	深沢	鈴 木 健 義
関谷・城廻	江 上 健	深沢	竹 下 孝 一
稲村が崎	寺 田 尚 史	植木	大 沼 昭 彦
大船	堀 井 輝 夫	植木	小 池 正 晃
御成	幸 田 真 弓	関谷・城廻	村 澤 和 宏
七里ガ浜	安 斎 明 良		
七里ガ浜	肥 留 川 瑞 子		

長い間 ご苦労様でした

<退任のご挨拶>

七里ガ浜地区 安斎委員

「ありがとうございました」

河田会長が自転車で浄明寺から七里ガ浜まで来られて副会長を頼むと言われ、お引き受けしました。その時点では戸谷、湯山さんという大先輩が全て指示を出してくださり勉強させていただきました。その大先輩を目標に委員のみなさんと同じ方向に向かって歩んできたつもりです。最近は会議や行事への出席率が上がってきてとてもうれしく感じています。私より長い年月を委員として頑張っている大先輩には申し訳ありませんが、老害で輪を乱すようになる前に後任の方にバトンタッチをさせて頂きました。
ありがとうございました。

稲村ガ崎地区 寺田委員

皆様、長い間、大変お世話になりました。
私が初めて任命された当初は、【体育指導員】という名称で、研修会では、今は無くなってしまった深沢の「湘南ボウル」で毎年ボーリング大会を行っていたのを覚えています。いろいろと懐かしいです。
これからはスポレクの時には(お声が掛からなくても勝手に)、紙ブーメランとプラとんぼを持って行き、隅の方で作らせてもらおうと秘かに計画しています。
皆様のご健康と益々のご活躍を心よりお祈りしております。

令和6年度 新任スポーツ推進委員とご挨拶

<新任委員の方々>

地区	お名前	地区	お名前
玉縄	塩 田 丈 嗣	七里ガ浜	中 津 佳 彦
第一	沢 柳 真 介	七里ガ浜	浜 田 喜 代 美
関谷・城廻	落 合 隆	深沢	坂 本 潤 一
稲村ガ崎	深 見 兼 司	深沢	實 方 と く 子
大船	橋 詰 雅 樹	植木	矢 野 真 紀
御成	奥 田 浩	植木	伏 見 渉
関谷・城廻	山 北 和 之		

<新任委員 ご挨拶>

七里ガ浜 地区

浜田 喜代美

七里ガ浜地区スポーツ推進委員をさせて頂く事になりました浜田です。七里ガ浜に住み 21 年！現在週 2 回ママさんバレーの練習で汗を流しています(o^^o)。スポーツ観戦大好きです。
スポーツイベントを通し地域の方々と一緒に楽しみながらお手伝いが出来たらと考えております。
新人ですので皆様からのご指導を頂きながら努めてまいります。
どうぞよろしくお願い致します。



稲村ガ崎 地区

深見 兼司

この度、山と海と空に囲まれた稲村ガ崎地区のスポーツ推進委員として任命頂きました深見です。
皆様と共に力を合わせ、健康で活力ある地域社会の実現に向け、私自身も楽しみながら、精一杯努めて参ります。何卒、ご支援とご指導を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

大 船 地 区

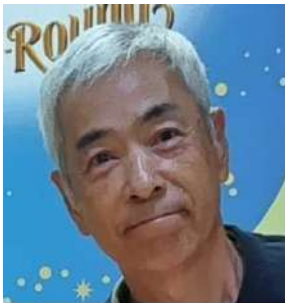
橋詰 雅樹

新しく大船地区のスポーツ推進委員になりました橋詰雅樹と申します。年齢と共に健康、体力が大事と実感する日々です。今まではスポーツ推進の分野に縁がなかったのですが、これから推進委員として、市民みなさんの種々の活動を盛り上げるお手伝いをできれば良いなと思っています。さらに、そのためにも自分自身がもっと体を動かさなければと、心を新たにしています。なお、髪は気分転換に時々色を変えますので、ご注意ください。



七 里 ガ 浜 地 区

中津 佳彦



新しくスポーツ委員になりました中津です。運動習慣としては、20年以上カヤックを漕いでいて、このGWも瀬戸内海を160Km漕ぎ、体力、漕力維持のため、20km位を毎月2、3回漕いでいます。とは言っても残念ながら若くはないので、ベテラン委員の方々のように10年以上委員を続けることは難しいかと思いますが、体力、気力の許す限り、皆様の足手まといにならないように頑張りたいと思いますので、ご指導よろしくお願いいたします。

御 成 地 区

奥田 浩

このたび、御成小地区のスポーツ推進委員になりました奥田です。御成小学校でサッカーを学び、いろいろなスポーツを経験してきました。社会人になってからはテニス、ソフトボールに毎週汗を流してきました。67歳になり老いを感じる毎日ですが、運動を通じて小さいお子様から高齢者の皆様の健康増進の活動に積極的に参加し、少しでも貢献できればと思います。最後に私自身も新しいスポーツに挑戦したいです。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

第 一 地 区

沢柳 真介

この度、第一地区のスポーツ推進委員になりました沢柳です。学生時代にサーフィン始めて鎌倉の海に魅せられ、その後社会人となり移り住んできて約25年になります。地域の活性化の一助となるよう活動していきたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。

令和6年度 各地区活動の紹介

小 坂 地 区

17年目で役員会会計をしている中島と、7年目梶&若林&大澤（若林は今年から役員会副会長）で参加しています。
昨年度は推進委員からの提案でボッチャ・スポーツチャンバラ・ドッチビーの体験イベントを開催しました。
開催にあたって他地区の活動を参考にさせていただいています。
今年度もみなさんの話を聞けるのを楽しみにしています！



七里ガ浜 地区



七里ガ浜地区は本年度よりレジェンドお二人が一挙に羽ばたかれてしまいましたが、新たな強力メンバー（カヤックで瀬戸内海 160 kmとかママさんバレー週2回とか）をお迎えし、更にパワーアップして頑張ってます！
昨年度に引き続きグラウンドゴルフとボッチャは注力します。
今年度は放課後かまくらっ子の活動にボッチャその他を紹介すべく現在準備中です！
また大人気の「七里ガ浜健康ウォーク」も鎌倉周辺の歴史と現在を感じながら12月に開催予定です！

関谷・城廻 地区

5月26日 関谷小学校にてグランドゴルフが開催され参加人数が少なめでしたが 皆さん 楽しんでプレーをしていました。
今後の活動は ラジオ体操 市民運動会 健康ウォークを予定しています。



腰 越 地区

7月下旬はラジオ体操、10月13日(日)は腰越地区市民運動会です。
また、12月から1月に腰越地区歩け歩け(鎌倉の紅葉見物か七福神巡り)、来年の2月下旬には腰越地区ミニスポレク大会を予定しています。
また、9月に腰越なごやかセンターで子供から年寄りまで参加できる レクスポーツの体験イベント(今回はボッチャ)を予定しています。

大 船 地区

8月4日(日)午後5時より大船小学校校庭にて夏の盆踊り大会開催を企画しております。
10自治町内会と栗船FCサッカーチーム、大船フレンズチームで模擬店を出しにぎやかに行います。フレンズチームで模擬店を出しにぎやかに行います。



山 崎 地 区

山崎地区では今期以下の活動を予定しています。

今期も地区のスポーツ振興会役員と協力して地域の健康増進に貢献していきます。

また、年 3 回放課後かまくらっこ山崎のこどもたちと楽しく運動しています。

7 月 6 日	グランド・ゴルフ大会
7 月 22 日-24 日	夏季ラジオ体操
10 月 13 日	市民運動会
11 月 3 日	ソフトボール大会
12 月 7 日	グランド・ゴルフ大会
2 月 15 日	スポレク
3 月 9 日	歩こう会



西鎌倉 地区

ポッチャ大会：6/23 18 チーム:54 名のチーム戦。スタッフ入れて 70 名ほど。盛り上がりました！！

回を重ねる度に規模が拡大しています。次回は 8/25 と来年 2/2 が予定されています。

グランドゴルフ:7/21 11/23 2/16 毎回 30 名ほどが集まります。

西鎌倉小学校のグランド全面を使い、赤と青の2コースの総合得点で競っております。毎回ホールインワン賞が出ています。

歩く会： 11 月に予定。昨年度は宮ヶ瀬ダムに行きました。今年度の行先まだ未定です。

マイクロバス(レンタカー)で、名勝等に行き、そこを散策(歩く)形式になっています。

稲村ガ崎 地区

ラジオ体操につきまして、従来小学校が夏休みに入ってから 10 日間でしたが、諸事情により、残念ながら、今期は 5 日間となりました。市民運動会は、10 月 13 日に予定しています。他地区の競技を参考にして、新しい種目を導入したり、より地区対抗色を出すために各地区の応援エリアを決めるなど、色々な取り組みをしたいと考えております。稲村ガ崎地区の独自の活動としまして、毎年恒例の「スポーツ大会」を今年は 11 月 4 日に開催予定です。午前中は子供からお年寄りまで楽しめるグランドゴルフ、

またグランド利用の学校開放加盟団体が集まり、「部員募集」も兼ねた体験会も行う予定です。午後は、子供からお年寄りまでプレイが可能な「野球盤式ソフトボール大会」、体育館ではドッジボール、ソフトバレーボール、バドミントン、バスケットボール、ポッチャなど、色々な競技で楽しくスポーツに親しんでもらいます。他にも忘れてはならない寺田さん発案の「宝獲り鬼ごっこ」など盛りだくさんです。今年は道具をお借りして、カロリーングも是非取り入れたいと思っています。出来るだけ地域の多くの皆様にご参加いただき、スポーツを通じて、明るく元気な時間を共有できるように推進委員でサポートしたいと思います。



第 一 地 区

昨年より PTA の協力が得られなくなり新しい体制でラジオ体操、市民運動会を行っています。引き続き去年の経験を活かし地域の方の協力を得ながら実施していきたいと思っています。ラジオ体操は7会場で 7 月 20 日より行なう予定で準備を進めています。市民運動会は 10 月 13 日に開催予定です。



今泉・岩瀬 地区



今泉岩瀬地区では、市民運動会(10月)、スタンプウォークラリー(11月)、紅葉狩りハイキング(12月)、グランドゴルフ(3月)を振興会・スポーツ推進委員会を中心に行っています。市民運動会は2会場で行っていて、幼児から高齢者まで参加できるよう競技を考えています。最後の片付けをみんなで出来るように模索しています。コロナになってから始めたスタンプウォークラリーは好評なので継続行事になっています。今泉岩瀬地区では最近、未就学児をよく見かけます。新しい入居者の方たちを巻き込んで楽しく活動できたらと思っています。今年はニュースポーツを体験するイベントを開催したいと考えています。

富士塚 地区

富士塚地区スポーツ振興会は推進委員4名を含む20名で組織されています。

行事は7月にニュースポーツ体験会(ボッチャ、カローリング)7月20日、7月27日に子供会と合同ラジオ体操、8月は、8月24日、8月30日子供会と合同ラジオ体操、10月は、10月11日市民運動会、11月は、富士塚地区健康ウォーキングを今期計画しています。

市民運動会は、昨年はコロナ感染の事も有り半日で開催致しました。今期は1日開催を予定しています。子供会さんとの話し合いの中、現在少子化で参加人数が少なくなり出場競技にも影響が出ている、幼児の競技が有れば両親、祖父母など参加者が望めると要望があり幼児、老人の競技を数競技加えるようにしました、他競技も見直し楽しい市民運動会にいたします。今後も地域の皆さんと話し合い、地域全体の輪を作り楽しみながらスポーツイベントを盛り上げていきたいと思っています。

第 二 地区



第二地区の今年度の活動は、ラジオ体操 7月21日～27日、夏の納涼祭 8月10日・11日、市民運動会 10月13日が中心となります。

運動会は、どこの地域でも抱えている参加者が集まらなくなる状況が昨年度から顕著化しており、今後を見据えた施策を試すなど、第二地区のスポーツ振興会内で試行錯誤を活発化させています。

御 成 地区

皆さまこんにちは。今年度の活動としまして、主要な行事は以下を予定しております。

- ・地区施設開放会議の運営
- ・ラジオ体操を地区内6会場にて7月20日～24日まで開催予定
- ・市民運動会を10月13日(日)開催予定
- ・盆踊りを来春2月に開催予定

なお、盆踊りは昨年度市民運動会が未開催だったため、代替行事として開催しましたが、地域の方々170名以上の参加があり、好評だったことから正式なイベントとする予定です。

また、新たな取り組みとしては、校外委員さんの役割が変わるなど、今後も人手不足が予想されることから、各行事でボランティア募集をするなどして、行事の継続や新たな人材を確保する意味でも取り組んで行きたいとおもっています。今年度もよろしくお願いいたします！

「会長選挙信頼感謝」

鎌倉市 スポーツ推進委員連絡協議会会長 河田輝雄

会長選挙に対し信頼頂き感謝申し上げます。

本年度はスポーツ推進委員改選の中、歓送迎会も楽しく終了し、新しい仲間新しい知識を入れて頂き、能力を発揮して活動して頂き、協議会の活性を期待する所です。又、退任された委員の方々に、運営にご協力を頂き感謝申し上げます。

特段、七里ガ浜地区選出されていた安齋さんには副会長多期に渡りご面倒おかけし感謝申し上げます。

オリンピック・パラリンピック開催年、スポーツに国民的関心度が高まる機運の中、我々スポーツ推進委員の活動も、地域での存在感も上がるのではないのでしょうか？そこで基本的に初歩に立ち還りを考え、お復習いをしましょう。

この言葉、語彙をもう一度お復習い・・・

- ① フレイル予防
- ② サルコペニア予防
- ③ ロコモティブシンドローム予防
- ④ 認知機能低下予防

この4つの役割にスポーツ推進委員の役割が大きい事を知って頂きたいです。

- ①フレイル予防は虚弱体力予防
- ②サルコペニア予防は筋肉減少予防
- ③ロコモティブシンドローム予防は各機能低下予防
- ④認知機能低下予防は言葉通りで、

この4つの予防に必要なのは筋力低下を防ぐ「スポーツ」なのです。

毎日の持続性、3033(サンマルサンサン)運動による機能の低下を防ぐ役割はスポーツ推進委員ではないのでしょうか？是非とも皆さんと共に予防活動頑張りましょう。

また二年間「皆で決め」「皆でやり」「楽しく」この3点セットで運営して参ります。

よろしくお願い致します。

令和6年 6月



編集後記:慣れない広報のお仕事で段取り悪く、発行予定が大幅に遅れてしまい申し訳ありません。デジタル編集に強いメンバーがいて非常に助かりました。冬号はもう少し早めにアクション開始しますので、引き続きご協力お願い致します！

(広報部会計 村山)