

体を動かそう!「スポーツの秋」の過ごし方

みんなでつくろう! 参加しよう! 総合型地域スポーツクラブ

こんな思いを抱いたことはありませんか?

何か運動したいけど、体力がないから不安だわ…

毎日忙しいので、近くに継続して運動ができる場所はないかなあ…

学校を卒業したらスポーツをする機会がなくなってしまい、つまらないわ

健康のため、スポーツを楽しみながら交流できる仲間が欲しいんじゃないかなあ

機会があれば、子どもたちにスポーツを教えてあげたいのだからあ…



近くの体育館でスポーツしたいけど、いつもいっぱいだし、レベルも高そうでなんだか入りづらいわ…



やりたい種目の部活動がなくて困ったなあ…



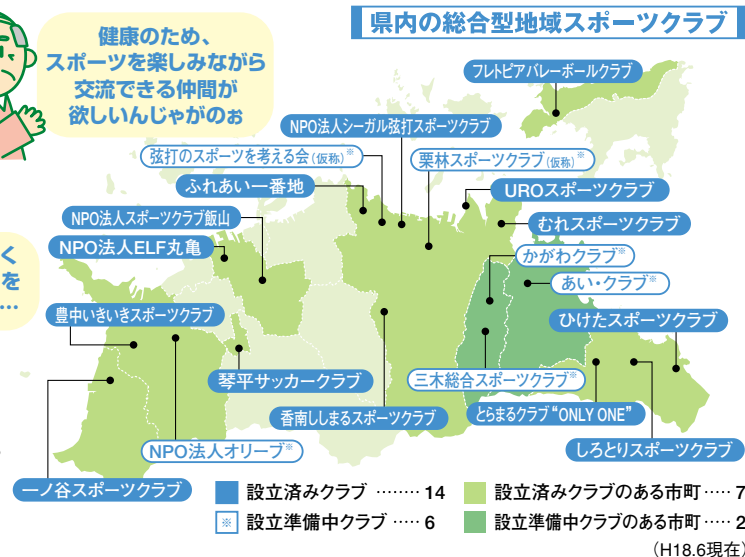
一種目だけでなくいろんなスポーツをやりたいなあ…

総合型地域スポーツクラブは、こうした課題を解決し、誰もが身近な場所で気軽にスポーツを楽しめるよう、地域の人たちが自主的・主体的に運営する、多種目、多世代、多志向型のスポーツクラブで、活力ある地域社会づくりに貢献するものとして期待されています。

文部科学省では、平成22年までに全国すべての市区町村に一つ以上、将来的にはすべての中学校区程度の地域ごとに設立することを目標としています。

香川県では、現在14のクラブが設立されており、既に活動を開始しているクラブでは、子どもからお年寄りまで、スポーツや健康づくりを楽しむたくさんの笑顔があふれています。みなさんも、クラブづくりに参加してみませんか。そして、健康で豊かなスポーツライフを楽しみませんか。

県教育委員会では、総合型地域スポーツクラブの育成を支援するため、様々な事業を行っていますので、何でも気軽にご相談ください。



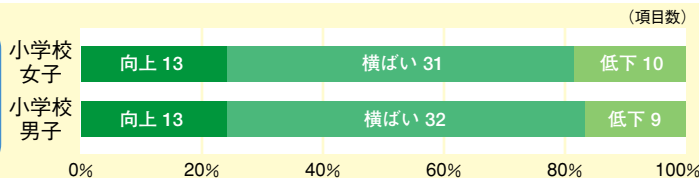
問合せ先 保健体育課スポーツグループ ☎087-832-3762(直通)

体力づくりに取り組もう!「讃岐っ子あつまれ!! イン丸亀競技場」

平成17年度の「児童生徒の体力・運動能力調査」では、小学校で全国平均を上回る項目が前年度に比べ増えています。最近5年間の記録の推移からも、横ばいもしくは向上する傾向にある項目が多くなるなど、小学生の体力低下に歯止めがかかるきざしがみられます。

体力は、すべての活動の源であり、意欲や気力の充実にも大きく関わっており、人間の成長を支える基本的な要素です。運動量を増やすほか、「早寝・早起き・朝ご飯」という基本的な生活習慣を整えて、より効果的に体力を高めましょう。

新体力テスト
最近5年間の
記録の
推移傾向



「みんなで馬とび50m」にチャレンジ!

県教育委員会では、子どもたちが「8の字大なわとび」や「馬とび」などの運動を楽しみながら体力を高められるよう「讃岐っ子パワーみんなでチャレンジ事業」を実施しています。11月18日(土)には、日ごろの練習の成果を発表するとともに、県内の子どもたちとの交流を深める「讃岐っ子あつまれ!! イン丸亀競技場」を開催します。友達やクラスの人々と新記録に挑戦してみよう!