

発行：特定非営利活動法人 八王子市レクリエーション協会 広報部
〒193-0832 八王子市散田町 2-37-2 TEL:042(673)4044 FAX:042(673)3883
URL: <http://www.hachireku.jimusho.jp> E-mail: hachireku@fine.ocn.ne.jp

謹 賀 新 年！

会長 松井 秀夫

市民の皆様、加盟団体の皆様、公認指導者の皆様、新たな誓いを掲げる年、令和七年を迎え改めてお慶びを申し上げます。

昨年は、初めてクリエイトホールで開催した「市民レクリエーション大会」に雨天にもかかわらず多くの市民の皆様にお越しいただきました。

「いちよう祭り」ではスタンプラリーを行い、市民の皆様特に子どもたちには参加と同時に楽しんでもらいました。

年間を通じての「市民スポーツ・レクリエーション大会」では、それぞれの団体が独自のアイデアを盛り込み、市民参加型の大会を心掛けていただきました。

ただレクリエーション活動に欠かすことのできない「カルチャーセンター」「指導者養成講習会」等では縮小せざるを得ない状況であることが残念でありません。

協会もかつての大所帯から、現在は18団体と寂しさはありますがそれぞれの団体が工夫を凝らし活力ある活動をしています。“新しい仲間・団体”を募っておりますので、新年を機にぜひご参加ください。「新しい団体を立ち上げてスタートしたい」という方も、お気軽に当協会へのお問い合わせください。

協会ではスポーツにかかわる事業、文化芸術にかかわる事業、福祉にかかわる事業、子どもの健全育成にかかわる事業、そして街づくりにかかわる事業を柱に、関連の講演・講座・行事を自主・共催・受託・協力と各分野に合わせて開催させていただいております。

また時代に合ったレクリエーション活動も随時行っております。皆様には変わらぬご指導・ご鞭撻を心よりお願い申し上げます。

結びに皆様のご健康とご多幸、ご活躍をご祈念申し上げます。年頭のあいさつといたします。



加盟団体代表者会議にて



レク協が運営したいちよう祭りのファミリーランド



わたしとレク

ノルディック・ウォーク

笹渕 勝彦

ノルディック・ウォークは、フィンランドにおいて1930年代クロスカンリースキー選手の夏場のトレーニングのために、2本のポール使用するトレーニングプログラムとして開発されました。

その後、フィンランドでは高齢化が進み高齢化率が世界一になりました。そして国家プロジェクトとして介護予防のためノルディック・ウォークを推進しました。今では500のノルディックグループが活動しています。



2000年には日本の高齢化率が世界一になり、日本でも介護予防活動としてノルディック・ウォークの推進のために日本の整形外科医により日本人に最適なポールと歩行方法が考案され、これがきっかけとなり日本でもノルディック・ウォークが普及することになりました。

八王子地域を中心としたノルディック・ウォーク普及活動は、平成28年度に八王子市の市民活動事業補助金が認可されたのを契機に、本格的に活動を展開しました。尊敬する矢野先生を招聘して講演会をクリエイトホールで開催したところ230名の参加者があり、普及活動推進に確信を得ました。

令和3年に全日本ノルディック・ウォーク連盟に加盟して本格的に普及活動を推進し、現在では20を超える活動グループおよび1,000名の参加者が活動しています。

また活動グループには90名の公認指導員および準指導員がサポートしています。また各地域で大会・イベントを開催、令和6年度は7か所で実施します。

現在の活動は高齢者の介護予防が中心ですが、今後は小中学生や障害を持った方たちを対象に普及活動推進を計画しています。



加盟団体紹介

「八王子市スポーツウエルネス吹矢協会」の歩み

八王子市スポーツウエルネス吹矢協会 会長 上野 直紀

スポーツウエルネス吹矢とは、健康を目的としたニュースポーツです。スポーツウエルネス吹矢は5～10m先の円形の的をめがけて息を使って矢を放つスポーツです。高い運動能力は必要ありません。しかし、スポーツですから基本動作やルールがあります。その動作の特徴は腹式呼吸をベースに行います。内臓強化と集中力と精神力が自然に身につくスポーツです。

八王子市スポーツウエルネス吹矢協会は平成18年(2006年)11月に実施された「第1回東京多摩総支部スポーツ吹矢大会」に触発されて、翌年、市内支部・クラブが「八王子大会」への実施に向けて結成されました。「第1回スポーツ吹矢八王子市交流大会(平成21年(2009年))」を八王子市レク協加盟大会として市内5支部によって開催されました。現在は所属支部(13支部)・3クラブで所属会員は260名です。コロナ騒動、高齢化で会員の減少が顕著になってきています。その中での活動状況としては、毎年1回、市民スポレク大会の種目として「スポーツウエルネス吹矢八王子大会」を開催しており、例年130～150名の参加があります。

また、市民の方々対象に生涯学習フェスティバルでの体験会をはじめ、広報誌掲載による支部体験会を年4回程度実施して八王子市民に好評を得ています。各支部では市民センターを中心に練習していますので、機会があれば体験などでお越しいただけたらと思います。



令和6年度加盟団体代表者会議開催

令和6年11月6日、八王子市富士森体育館会議室で実施しました。

会議に先立ち、八王子市スポーツ振興課から、令和7年2月9日に開催される第75回全関東八王子夢街道駅伝競争大会への協力依頼および、学校部活動、地域クラブ指導員派遣への説明とお願いがありました。

続いての会議では、加盟各団体代表者から、日頃の活動や大会の開催状況などの報告があり、今年度後半の重点事業等が共有されました。



加盟団体代表者会議の様子

第45回八王子いちよう祭り ファミリーランドが大盛況

第45回八王子いちよう祭りが令和6年11月16日、17日に開かれました。

八王子市レクリエーション協会も共催団体として、E会場・原ふれあい広場でファミリーランドの運営を担当。



スカットボール

ディスゲッター、バグー、スカットボール、ラダーゲッターなど、ニュースポーツ7種類に挑戦するスタンプラリーには、両日で900人以上の家族やグループが参加して大盛況を収めたほか、16日には加盟団体のピックルボール、グラウンド・ゴルフの体験にも多くの市民が参加しました。



ラダーゲッター

バグー



ピックルボール体験

賛助会員へのご協力 ありがとうございました

八王子市レクリエーション協会の活動にご賛同いただいた「賛助会員」の皆様です(順不同)。

- ・南観光交通様
- ・なか安様
- ・市川栄吾様
- ・(株)塩野様

ご協力ありがとうございました。



行事案内



公認資格取得

レク・インストラクター講習Cコース

公益財団法人日本レクリエーション協会の公認指導者資格認定規定に準拠した、公認レクリエーション・インストラクター認定講習会Cコースが今年も開催されます。

日 程 令和7年2月6、13、20、27日（木曜日）

午後6時～9時

令和7年2月16日（日曜日）

午前9時～12時、午後1時～4時

会 場 八王子市レクリエーション協会研修室

受講料 11,300円

詳細は、当協会へお問い合わせください。

新春恒例・レク協の八福神めぐり 初めての方も安心して参加できます

毎年恒例の新春八福神めぐりを開催します。八王子八福神を祀っている各寺院をウォーキングして、絵馬にご朱印を集めます。初めて八福神を巡る方には、安心して参加できますので特にお勧めです。

日 時 令和7年1月12日（日）

午後1時～4時30分（解散予定）

集 合 JR西八王子駅南口（スタート地点）

対 象 一般市民

参加費 1,500円（絵馬代等）

順 路 吉祥院⇒宗格院⇒了法寺⇒善龍寺⇒

信松院⇒金剛院⇒本立寺⇒伝法院

お問い合わせ・申し込みは当協会へ。当日、集合場所でも受け付けます。



令和5年開催時の参加者集合写真

第55回市民レクリエーション大会

八王子市・八王子市教育委員会主催、八王子市レクリエーション協会が運営する「第55回八王子市民レクリエーション大会」を令和7年3月2日（日）、JR八王子駅北口近くの八王子市生涯学習センター（クリエイトホール）で開催します。

協会加盟団体が日ごろの練習成果を披露するほか、市内で活動するレクリエーション団体も参加します。

入場無料です。時間などの詳細は当協会へお問い合わせください。

第38回スポレク大会開会式

令和7年度の「第38回八王子市民スポーツ・レクリエーション大会」の開会式を4月6日（日）に八王子市富士森体育館で実施します。参加各団体の代表が一堂に会し盛大に開催され、年間を通じて各競技が行われます。

第75回全関東八王子夢街道駅伝 レク協も協力して行います

第75回全関東八王子夢街道駅伝競走大会が令和7年2月9日（日）に八王子の市街地コースで行われます。レク協も当日は沿道の安全確保などで協力します。

