



問合せ：企画課スポーツまちづくり推進係（内線 311）みはまスポーツまちづくり推進室 TEL: 77-0108



みはまスポーツフェスティバル2023を 開催しました！

1月29日(日)に、日本福祉大学美浜キャンパスSports Lab SALTOにて、「みはまスポーツフェスティバル2023」を開催しました。リオ五輪陸上競技4×100mリレー銀メダリストの飯塚翔太選手(ミズノ所属)と、メジャーリーグ(MLB)でのコーチ経験を持ち数々のプロアスリート・オリンピック選手のトレーニング指導を行う友岡和彦コーチ(クリードパフォーマンス パフォーマンスディレクター)をお招きして、トークセッションと小・中学生を対象にした走り方教室を実施し、約100名の皆さんが参加しました。

トークセッションでは、講師お2人のこれまでの経験を踏まえて、本町のスポーツを通じた地域活性化への取り組みや合宿・大会の誘致・開催に向けた可能性についてのお話をいただきました。

また、参加した子どもたちから「大会に向けての食事の摂り方」や「陸上競技以外にやっていたスポーツは?」「200m走のカーブの走り方」などの多くの質問が投げかけられ、飯塚選手・友岡トレーナーともに一つ一つ丁寧に答えてくださいました。

その後の走り方教室では、友岡トレーナーからプロアスリート向けに行っているトレーニングをベースにしたウォーミングアップ(準備運動)を実践したあと、飯塚選手から走る姿勢や身体の動かし方などのトレーニングを実際に動きながら指導していただきました。最後に行ったかけっこでは飯塚選手と一緒に走るなど、参加した子どもたちは終始目を輝かせながら楽しんで体を動かしていました。

参加者の声

プロアスリート選手やプロトレーナーさんに質問したり
直接話を聞くことができ、大変貴重な時間を過ごせました。

参考になる運動、
家でも実践してみます！

楽しかった！
早く走るためにはどうすれば
いいかわかった。

英語と運動をかけた

"English×Sports授業"を実施！

1月18日(水)と2月1日(水)に、河和小学校にて、2年生を対象とした「English×Sports授業」を実施しました。

授業中に使われる言語がすべて「英語」という環境の中で体を動かしながら英語に触れることで、自分の気持ちを英語で表現しようとする能力を引き出すことを目的に行いました。今までに体験したことのない環境での授業に子どもたちの雰囲気もよく、終始楽しみながら取り組み、運動の好き嫌いやできるできないに関わらず全員が積極的にチャレンジしていました。

また、耳から聞こえてくる英語をそのまま発音したり、英語がわからなくても相手の動きや言葉に目を向けて耳を傾けたりすることで、自然にコミュニケーションを取ろうとする姿が見受けられました。

授業時間いっぱいまで英語に触れ体を動かし、参加した児童からは「楽しかった」「あっという間だった」との声がかげ、最後まで元気に楽しく取り組むことができました。

これからも「スポーツでつなぐ、美浜の未来」に向かって、美浜の持つ魅力や可能性をさらに引き出していくとともに、健康増進や教育の充実、地域経済の活性化につなげていく取り組みを進めていきます！



MHANA.SPORTS.PARK

