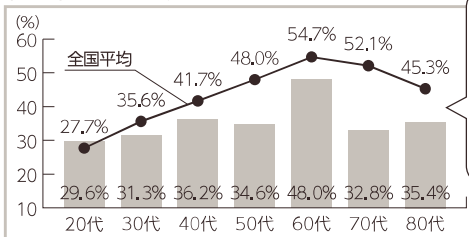


はじめようスポーツを！

これからのスポーツは「みる」「する」「ささえる」

す る

〈表1〉土岐市民運動実施率 ※週1回以上



土岐市民運動実施率調査の結果
 ▷大人の運動実施率は全国平均を大きく下回っています。
 特に65歳以上の運動実施率が低くなっています。

金曜・土曜の夜はスポーツ広場

参加者全体の60.9%が40歳以上の方です。働き世代や高齢者の方の運動を始めるきっかけの場となっています。

◆日時 毎週金・土曜日
午後7時～9時

◆場所 西部体育館(金曜日)
肥田体育館(土曜日)

◆参加費 無料

※申し込みは不要です。お1人でも参加できます。

スポーツ広場に新種目！

「ファミリーバドミントン」

3対3のバドミントンで、シャトルの先にスポンジが付いています。親子のペアでも楽しめます。

▷そのほかの種目

スポンジテニス、ソフトバレー、インディアカ、カローリング、ペタンク、ユニホック、ピロポロ、輪投げ



▲ファミリーバドミントンの様子

森林ウォーキングとき

◆日時 11月6日(日)〈小雨決行〉

▷受付＝午前8時30分

▷ノルディックウォーキング教室＝午前9時

▷スタート＝午前9時50分

◆受付場所 市活動センター駐車場

◆コース 市活動センターサイクリングコース(1周3.8km)

◆対象 どなたでも(小学生未満は保護者同伴)

◆参加費 200円 ※当日受け付けでお支払いください。

◆申し込み 10月28日(金)までにスポーツ振興課または各支所に備え付けの申込書を提出してください。※動きやすい服装・シューズでご参加ください。ノルディックウォーキング希望の方にはポールを貸し出しします。

グラウンドゴルフ教室

◆日時 10月24日(月)・25日(火)・27日(木)・28日(金)、午前9時～正午

◆場所 大徳原球場(雨天の場合は西部体育館)

◆参加費 無料

◆申し込み グラウンドゴルフ協会 加藤力男さん(☎57)7740)

さ さ え る

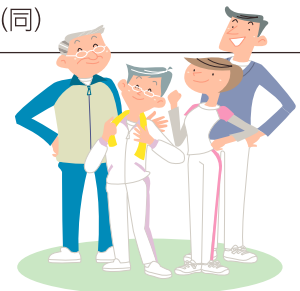
さまざまなスポーツ活動において、共にスポーツを楽しみながらお手伝いをする。それが「ささえる」スポーツです。

市では、スポーツ広場や各町ノルディックウォーキングなどの生涯スポーツ事業について、スポーツ推進委員とともに活動していただけるスポーツボランティアを募集しています。

スポーツボランティアさんより

スポーツフェスティバルや焼津市とのスポーツ交流会のお手伝いに参加しました。少しでも皆さんの役に立てればと、私たちも頑張っています。来年はぜひ清流国体の年です。皆さん、軽い汗を流しながらボランティアしてみませんか？

スポーツボランティアの皆さん
 深萱育紀さん(土岐津町)、岸上倫三さん(妻木町)、大洞直子さん(駄知町)、小林一樹さん(肥田町)、安田暁美さん(泉町)、山村典子さん(同)、山村良子さん(同)



◆申し込み スポーツ推進委員事務局(☎54)1111・内線276)

総合型スポーツクラブ推進委員会で実施した市民の運動実施状況（表1）によると、市民の運動実施状況は、多くの項目で全国データを下回り、年齢が上がるほど運動を定期的にしていないようです。

市の高齢化率は26.3%（平成23年4月現在）で、4人に1人が65歳以上です。

皆さんもウォーキングやグラウンドゴルフなどで、気軽にスポーツを始めてみませんか。

■問い合わせ スポーツ振興課（内線276）



▲9月6日(火)肥田公民館で行われた
ノルディックウォーキングの会の様子

みる

第38回市民ロードレース大会 11月27日(日)土岐川堤防〈小雨決行〉

◆日程 ▷受け付け=午前8時30分～
▷開会式=午前9時～（セラトピア土岐）
▷競技開始=午前10時

◆対象 市内在住・在勤・在学の方

◆参加費 100円

◆コース 新土岐川橋～土岐津橋間の土岐川両岸堤防道路

■申し込み 11月8日(火)までに、スポーツ振興課または各支所に備え付けの申込用紙を提出してください。

※注意 ▷ゼッケンは当日お渡しします ▷中学の部は、各学校一括申し込みとします ▷競技中の事故などは参加者責任とし、主催者は応急手当のみとします。

★10回、20回または30回出場の方には記念品を贈呈します。走破証など証明できるものを添えて、申込期限までに申請してください。

◆種別・距離（年齢起算日は、4月1日現在）

- ①一般男子（30歳未満） 6 km
- ②高校男子 6 km
- ③中学男子 4 km
- ④中学女子 2 km
- ⑤小学男子（5・6年） 2 km
- ⑥小学男子（3・4年） 2 km
- ⑦小学女子（5・6年） 2 km
- ⑧小学女子（3・4年） 2 km
- ⑨壮年男子（30～39歳） 4 km
- ⑩壮年男子（40～49歳） 2 km
- ⑪壮年男子（50～59歳） 2 km
- ⑫高齢男子（60歳以上） 2 km
- ⑬親子（お子さんは小学2年生以下） 1 km
- ⑭一般女子 2 km
- ⑮家庭婦人 2 km
- ⑯フリー（ジョギング・ウォーキングの部） 2 km

第3回ぎふ清流駅伝 10月16日(日)岐阜県庁をスタート

ぎふ清流国体の開催を契機として、「ぎふ清流都市対抗駅伝競走大会（ぎふ清流駅伝）」が開催されます。土岐市代表として出場する選手の皆さんをご紹介します。皆さん、ご声援をお願いします。

伊藤 清恭さん	柘植 天佑さん	河野 里奈さん	川路りおんさん	吉田 泰輔さん
水野 涼太さん	宮地 克典さん	山崎明日香さん	大竹 幸穂さん	林 青香さん
井野 拓哉さん	鈴木 雅仁さん	堀 俊也さん	倉地 詩乃さん	村上 綾菜さん
渡辺 大樹さん	中垣 博之さん	鬼頭 雅実さん	山本 佳奈さん	吉田 慎司さん
志水 勇さん				