

体にいいことしてますか？

# スポーツNOW

このコーナーでは、気軽に楽しめる  
スポーツ・体力づくりの情報などをご紹介します。



## 土岐市婦人スポーツ協議会

土岐市婦人スポーツ協議会は、昭和53年、市内の婦人スポーツ活動の普及・振興と、婦人の健康・体力の維持増進、そして明るい家庭と社会を築くことを目的に設立されました。仕事・家事・子育てなど、日々多忙な婦人の皆さんに、スポーツを通して元気になってもらおうというのが、発足の出発点でした。年々、参加者が増え続け、バレーボール・ソフトボール・卓球・バドミントン・インディアカ・ソフトバレーの6競技団体で、今年は22チーム298人が活動しています。

主な活動として、6月に婦人スポーツの祭典が開催されます。競技団体別の大会で、協議会のメンバーなら誰でも参加できます。大会といっても、レベルは様々です。初心者からベテランまで、日ごろの練習の成果を出し合います。バレーボールは、9人制でラリーが続き、白熱した展開となります。ソフトボールは、スポーツ少年団の選手もびっくりの速球をセンター前に鋭く打ち返し、レベルの高さを感じます。友達に誘われたことがきっかけの方や、健康づくりが目的の方もたくさんいます。バドミントンや卓球は、経験者・未経験者を問わず、励まし合い、お互いの技を磨き合っています。勝ち負けだけではなく、体を動かして楽しむことが共通の目的です。みんなで集まって、情報交換やスポーツ後に食事をしたりすることも楽しみの一つようです。

秋から冬にかけては、各競技団体の枠を超えて、実技講習会や会員相互の交流会をします。昨年度は、ニュースポーツや3B体操の講習会をしました。今年は、ヨガの講習会に大勢の方が集まりました。会員交流会は、ゲームやニュースポーツで汗をかき、コミュニケーションの輪を広げます。お母さんが元気になると、家庭が明るくなると聞きます。女性のさらなるスポーツ進出を、今後も応援していこうではありませんか。

### ソフトボール



### 卓球



### ヨガ講習会

婦人スポーツ協議会への参加申し込み・お問い合わせは、スポーツ振興課（内線 276）へどうぞ。

みんな集まれ!!

入場無料

## ふれあいニュースポーツ広場

日時：11月28日(月)～12月2日(金)  
午後7時～9時

場所：セラトピア土岐・大ホール

内容：スポレック・タスポニー・インディアカ・卓球など、手軽に楽しめる種目多数

催し物だより

12月



陶史の森・  
ネイチャーセンター  
☎5144

●楽しい年賀状作り

・日時 十二月四日(日)

・午前九時～十一時三十分

(雨天実施)

・内容 自然を題材にして

年賀状を作る。

・対象 小中学生・家族・

一般

※事前に申し込みが必要

●バードウォッチング

・日時 十二月二十五日(日)

・午前九時～十一時三十分

(雨天中止)

・内容 冬の野鳥観察と特

徴を学ぶ。

・対象 家族・一般

お願い

陶史の森は、自然特別保

護区になっています。山野

草やミズゴケなどを絶対に

採らないでください。

★参加申し込みは、ネイチ

ャーセンターへ。陶史の森

の催しは、お一人でも参加

できますが、低学年児童は

親子でご参加ください。