東京都スポーツ推進委員だより

第１３９号
(一社)東京都スポーツ推進委員協議会
２０２６年　９月　１０日
編集：情報委員会

ご挨拶　新島　二三彦　会長挨拶



５月23日の社員総会および臨時理事会において会長に選出され、今期（令和８・９年度）の舵取りを担うこととなりました羽村市の新島です。皆様のおカをいただきながら、誠心誠意努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

今期は、通常の事業に加え、①令和９年度関東スポーツ推進委員研究大会東京大会の開催、②東京都スポーツ推進委員協議会創立７０周年記念誌の発行という、２つの大きな取り組みが控えております。

関東研究大会は、令和９年６月１１日（金）・１２日（土）の２日間、府中市の「府中の森芸術劇場」にて開催いたします。大会の基盤づくりのため、昨年１１月には理事・正会員２０名による「コア委員会」を設置し、準備を進めてまいりました。今年９月には実行委員会を組織し、内容の具体化を図る予定です。当日の運営に際し、皆様にご協力をお願いする場面もあるかと存じます。その際は、ぜひお力添えをいただければ幸いです。

また、創立７０周年記念誌の発行準備も、研究大会の準備・運営と並行して進めていくことになります。過去の例から、各地区の皆様に原稿をご依頼する可能性もございます。こちらにつきましても、皆様の経験や知見をお寄せいただければ大変心強く思います。

今期の活動が、協議会全体のさらなる活性化につながるよう、皆様とともに歩んでまいります。引き続き、温かいご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

会長　新島　二三彦

社員総会　令和８年度　第１回社員総会　（主管：企画総務委員会）

令和８年５月23日（土）14時より、渋谷区役所14階（大集会室）にて、令和８年度第１回社員総会が開催されました。

まず、司会の島田副会長より、この度新島会長がスポーツ振興の分野において、藍綬褒章を受章された旨が報告されました。

続いて新島会長から、冒頭の挨拶があり、本日の議事進行の流れが説明されました。挨拶の中で会長は、「昨年、東京で開催された世界陸上、デフリンピック、ワールド・ベースボール・クラシックなど、日本におけるスポーツが非常に盛り上がった１年でした。また、来年度の関東スポーツ推進委員研究大会が東京都で開催されるにあたり、コア委員会が昨年 11 月から発足しております。今年９月からの実行委員会をはじめ、推進委員の皆さまには、当活動へ引き続きご尽力いただき、様々な場面におけるスポーツの環境作りに関して、改めて、皆さまへお願いとご協力を申し上げます。」と述べました。

次に、東京都スポーツ総合推進部パラスポーツ課課長代理の池浦正浩様より、本年度のパラスポーツ課の取組みについて説明がありました。

最後に、荒川委員長より定足数の確認がなされ（出席者41名、委任状12名、合計53名）、続いて議長の選任および議事録署名人が確認されました。



＜社員総会＞

同総会における議事は、以下の通りです。

■議事■

1） 令和７年度事業報告（荒川委員長）

令和 7 年度に行われた事業報告について、机上配布資料をもとに詳細な説明がありました。

2） 令和７年度収支決算報告（山本財務）

令和 7 年度の収支決算報告について、机上配布資料をもとに詳細な説明がありました。

参加者より科目表記の統一や会議費の計算ミス、誤記等の指摘があり、その場で確認・修正がなされました。続いて監査より、会計処理は適正であり理事の執務状況においても問題はない旨の報告があり、満場一致で承認されました。

最後に、机上配布された「令和８年度東京都スポーツ推進委員協議会 正会員名簿」について、氏名の誤植修正および正会員の所属委員会の確認等が行われました。

ここまでが、令和 7 年度理事・監事の任期となり、一旦、第１回社員総会は閉会し、その後、令和８年度以降の理事・監事の改選へ移行することとなりました。また、司会進行は、中村事務局長より行われました。

3）理事・監事の改選（中村事務局長）

自薦他薦により立候補が行われ、理事９名、監事１名が立候補しました。立候補者は以下の通りです。

（敬称略）

＜理事＞

○島田　泰子（墨田区）　○松田　文子（豊島区）
○荒川　祥司（足立区）　○岡田　眞由美（三鷹市）
○長谷川　恵二（昭島市）○三枝　敏洋（小金井市）
○中村　光宏（日野市）　○山本　博志（清瀬市）
○新島　二三彦（羽村市）

＜監事＞

○濱谷　佳彦（世田谷区）

以上の者が立候補し、満場一致で承認され、これを以て、令和８年度第１回社員総会は、閉会となりました。

～　令和８年度臨時理事会開催　～

新理事・新監事（計 10 名）は、別室にて以下の通り各担当（役職）を決め、代表して、新島新会長からご挨拶があり、その後、即時閉会しました。

○会長：新島　二三彦（羽村市）
○副会長：島田　泰子（墨田区）／松田　文子（豊島区）
　　／岡田　眞由美（三鷹市）
○財務：山本　博志（清瀬市）／中村　光宏（日野市）
○事務局長：中村　光宏（日野市）（兼務）
○企画総務委員長：荒川　祥司（足立区）
○研修委員長：三枝　敏洋（小金井市）
○情報委員長：長谷川　恵二（昭島市）
○監事：濱谷　佳彦（世田谷区）



＜新理事　挨拶＞

社員総会に続き、功労者表彰、永年勤続表彰の授与式が行われました。

○永年勤続者表彰　（３６名）　敬称略

地区名	氏名	勤続年数
中央区	小林 敦子	28 年
	久保田 菜穂美	22 年
文京区	正木 博	26 年
墨田区	石川 佐和子	24 年
江東区	海老根 純	24 年
	吉田 覚	24 年
大田区	伊藤 晋一郎	20 年
	岩井 定子	20 年
	渡邉 一代	20 年
豊島区	本吉 裕子	26 年
	寺門 孝史	20 年
北区	阿部 昌代	22 年
荒川区	田尻 真由美	20 年
	大和田 昌宏	20 年
板橋区	藤田 保代	24 年
	田中 友江	22 年
足立区	飯ケ谷 美恵	30 年
	遠藤 冨美恵	24 年
	瀬口 広子	23 年６ヶ月
	森 美枝	22 年
	多々良 晴美	22 年
	仲佐 勇治	20 年
葛飾区	佐藤 のり子	22 年
江戸川区	三原 康夫	20 年
	外池 正幸	20 年
八王子市	平岡 孝子	32 年
	小久保 佳昭	22 年
小平市	金井 淳一	26 年
小金井市	本橋 玲子	26 年
	長谷川 嘉子	22 年
東村山市	鈴木 克也	23 年５ヶ月
東大和市	冨下 麻美	20 年
	秦 一浩	40 年
東久留米市	原 友子	22 年
西東京市	田村 眞理子	35 年
	赤澤 賢一	28 年９ヶ月

〇功労者表彰　（７１名）　敬称略

地区名	氏名
千代田区	瀧川 信子
中央区	遠藤 陽子、竹田 都子、村井 久子
新宿区	泉谷 洋、津尾 満良、吉田 英治
文京区	栗原 豊
江東区	岩永 洋幸、貝沼 嘉徳、薩摩 令子、関口 道夫
品川区	五味 勤、石記 衛、飯野 昭、芝田 珠美、竹下 友之
大田区	大庭 方子、林 洋恵、海老澤 圭介、塩崎 智浩
世田谷区	奥岡 美和子、三原 和也、野口 哲雄
渋谷区	笠原 康弘、角田 暁紅、荻島 順子
北区	淺賀 繁、井上 憲一、加持 武、佐々木 譲、酒井 香、田村 義明、松田 和美
荒川区	花澤 昭信
板橋区	島村 恵子、金澤 正義
足立区	渡部 恭一、飯島 正明、右高 伴子、渡辺 美香、竹内 良司、川口 範、松沢 幸雄、山野 一郎、赤荻 基納、柳原 多津子
葛飾区	三上 誠、髙橋 一男
立川市	荒木 薫、中野 幸喜、大森 陽一
武蔵野市	秋山 聡
青梅市	森 真紀、中西 裕樹
町田市	井伊 道明
小金井市	田尻 直子、岩崎 恭子
日野市	秋元 博之、清水 敏昭、小笠原 直人、鈴木 実
東村山市	長崎 宜夫
福生市	天野 涼夢
東久留米市	松本 美津子、小鉢 真郎
武蔵村山市	加々見 茂、谷口 貴信
稲城市	菊池 佳津子、榎本 清隆
あきる野市	関根 努

受賞者の皆様、おめでとうございます。





＜永年勤続者表彰の皆様＞



＜功労者表彰の皆様＞



＜功労者表彰の皆様＞



記事　江上　郁子　情報委員会（北区）
写真　中根　宏行　情報委員会（江戸川区）

ご 挨 拶

令和８・９年度　副会長・財務・各委員長・監事

副会長　島田　泰子　（墨田区・再任）



この度、都スポ協の副会長に再任されました島田です。副会長としての重責はいつも感じています。

来年度の関東大会の東京開催に向け、一つ一つ確認しながら成功に導いていけるよう頑張っていきます。また、スポーツを通じて人と人とのつながりを深め、誰もが気軽に参加できる地域づくりがますます重要となっています。会長を補佐しながら推進委員相互の連携を図り、スポーツの持つ力を地域に広げてまいります。

今後とも皆様のご支援、ご協力をよろしくお願いします。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

副会長　岡田　眞由美　（三鷹市・再任）



副会長は、８期目１５年目になります。引き続き重責を務めさせていただきます、三鷹市の岡田です。令和９年６月開催の関東スポーツ推進委員研究大会東京大会の運営におきましては、皆様のご協力が不可欠です。どうぞよろしくお願いいたします。

また、各地域でスポーツを推進するにあたり、円滑な活動や問題解決の一助となること、そして各地域の状況を把握するとともに、その情報を各地区へ共有・提供することが、都スポ協の大きな役割であると考えております。誰もがスポーツやパラスポーツを行える環境を整え、気軽に楽しんでいただけるよう全力を尽くしてまいります。今後ともご指導・ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

副会長　松田　文子　（豊島区・再任）



日頃より東京都スポーツ推進委員協議会へのご協力ありがとうございます。前期に引き続き副会長の任を仰せつかりました豊島区の松田です。すでにご承知の通り令和９年度には関東研究大会が東京都府中市で開催されます。理事会やコア委員会では準備のための検討が行われています。本番に向け一人ではなくみんなの力を結集して大会に臨みたいと思います。　今期もどうぞよろしくお願いいたします。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

財　務　中村　光宏　（日野市・再任）



前期から継続して財務を務めさせていただきます、日野市の中村です。前期の反省を踏まえ、新たな気持ちで取り組んでまいります。あわせて、引き続き事務局長も兼務いたします。東京都スポーツ推進委員協議会の各種事業を支え、計画から実行、まとめまでしっかりサポートしてまいります。なお、来年度の関東大会は東京開催となります。

皆様にもご協力をお願いすることと存じますが、どうぞよろしくお願いいたします。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

財　務　山本　博志　（清瀬市・再任）



理事５期目、財務として２期目となります。今期は来年度に関東スポーツ推進委員研究大会東京大会（９年ごと）と都スポ協７０周年記念誌の発行（１０年ごと）という大きなイベントが控えております。関東東京大会に向けた準備はすでに進められておりますが、これからさらに詳細を詰めて、万全の準備で大会に臨みたいと思います。

財務として中村事務局長とともに今期の都スポ協の事業を支えていきますので、引き続きよろしくお願いいたします。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

企画総務委員長　荒川　祥司　（足立区・再任）



引き続き企画総務委員長を務めさせていただきます、足立区の荒川です。今期もどうぞよろしくお願いいたします。今期は企画総務委員のメンバーが大きく入れ替わり、新たな体制で委員会をスタートすることとなりました。企画総務委員会の主な役割は、社員総会や会長会の準備・運営、議事録の作成です。また、情報交換会の進行や交流ボッチャ大会の企画・運営なども担当しております。今現在、社員総会が年 2 回開催となることから、その機会を活かし、新たな事業の企画・運営にも取り組んでいきたいと考えております。岡田副会長をはじめ、企画総務委員 16 名で力を合わせ、円滑な委員会運営に努めてまいりますので、皆様のご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

研修委員長　三枝　敏洋　（小金井市・再任）



研修委員長２期目を務めさせていただくことになりました、小金井市の三枝です。１期目では、多くのことを学ばせていただきました。その経験を活かし、現場の要望に応えるテーマ設定を行いながら、引き続き皆様にとって有意義で学びの多い研修会づくりに取り組んでいきたいと考えております。地域のスポーツ推進の一助となるよう尽力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

情報委員長　長谷川　恵二　（昭島市・再任）



今年度も引き続き情報委員長を務めさせていただくことになりました、昭島市の長谷川です。１期目におきましては、皆様のご協力のもと、アンケートの実施と『都スポだより』での結果報告、研修会のライブ配信、ホームページの刷新、さらには SNS の立ち上げなど、数々の新しい取り組みを実現することができました。改めて皆様に深く感謝申し上げます。今後もこれまでの成果を礎に、さらなる挑戦を続けてまいりたいと考えております。

そして、いよいよ来年６月には、東京都府中市にて関東大会が開催されます。これまで以上に効果的な取り組みを展開し、素晴らしい大会となるよう全力で努めてまいります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

監事　濱谷　佳彦　（世田谷区・再任）



この度令和８年５月 23 日の第 1 回社員総会にて監事に選任されました世田谷区の濱谷です。前期から引き続き今期も監事という大役を務めさせていただきます。また特別委員会のリーダー委員会委員長として今期も活動してまいります。

東京都スポーツ推進委員協議会の定款では、監事の業務として「理事の職務執行の監査」及び「事業報告書及び決算の監査」とその報告書の作成とあります。東京都スポーツ推進委員協議会の活動が、東京都全てのスポーツ推進委員に対して役に立っているかをしっかりと監査して参りたいと思います。皆様のご協力を賜りますようよろしくお願い致します。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

藍綬褒章の受章

この度、我らが都スポ協の新島会長が、令和８年春の「藍綬褒章」を受章されました。長年にわたり地域スポーツの現場に寄り添い、その普及と発展に注力されてきた功績が認められた、大変誇らしい栄誉です。会長が灯してきた情熱を受け継ぎ、私たちも誰もがスポーツを楽しめる地域づくりに、一層邁進していきたいですね！





研 修 会

関東スポーツ推進委員研究大会　栃木大会

令和８年６月５日（金）・６日（土）の両日、「心ひとつに　栃木で広がる絆とスポーツの力」の大会テーマのもと、栃木県宇都宮市の栃木県総合文化センターメインホールをメイン会場として、令和 8 年度関東スポーツ推進委員研究大会 栃木大会が開催されました。
1 都 8 県から 2000 人近くのスポーツ推進委員が参加しました。



1 日目は開会式・表彰式を挟むかたちで、栃木県警察音楽隊の演奏、日光おさるランドショー(日光さる軍団)のアトラクションがありました。

東京都の受賞者８名のお名前と地域名は次の通りです。渋谷　裕幸（稲城市）、峯岸　秀行（江東区）、熊本　初恵（墨田区）、中多　宏之（中央区）、勝木　和弘（豊島区）、是井　広則（三鷹市）、別所 篤弥（東大和市）、川上　博士（八王子市）（敬称略）。

基調講演では「昨日の自分より一歩前へ～卓球から学んだ挑戦することの大切さ～」と題し、2012 年ロンドンオリンピック卓球団体銀メダリストの平野早矢香氏(栃木県鹿沼市出身)をお迎えして、選手として体感した卓球の楽しさや辛さ、そして世界基準における卓球のレベルや技術などについてお話しいただきました。

２日目は３つの分科会に分かれて、それぞれのテーマについて学んできました。第１分科会では、「スポーツの力がつなぐ社会～パラスポーツ推進の重要性～」と題した研修会が開催されました。

第２分科会では、「女性アスリートの指導を見据えた地域スポーツの推進体制を考える」をテーマにパネルディスカッションが実施されました。

また第３分科会では、「ライトラインに乗って飛山城史跡公園ウォーキング」と題し、体験型のプログラムが行われました。どの分科会においても親近感を持って楽しく学ぶことができました。開催された 2 日間、対応していただいた栃木県のスポーツ推進委員の皆さんに感謝を申し上げます。

さて、来年度は東京都が開催地です。他県から参加される皆様に「参加して本当によかった」と思っていただけるような研究大会にできるよう、東京都スポーツ推進委員一同、一丸となって準備を進めてまいりたいと思います。皆様のご協力、よろしくお願いいたします。

＜関東スポーツ推進委員協議会功労者受賞者の皆様＞敬称略


渋谷　裕幸（稲城市）


峯岸　秀行（江東区）


熊本　初恵（墨田区）


中多　宏之（中央区）


勝木　和弘（豊島区）


是井　広則（三鷹市）


別所 篤弥（東大和市）


川上　博士（八王子市）

記事　江上　郁子　情報委員会（北区）
写真　中根　宏行　情報委員会（江戸川区）

研 修 会

令和８年度　基礎研修会　（主管：リーダー委員会）

令和８年５月30日（土）13時30分より、新宿区牛込箪笥地域センターで基礎研修会が行われました。

この研修会は、以前は任期３年までの方を対象に「初任者講習会」として開催されていましたが、昨年度より「基礎研修会」と名称を変更して開催されているものです。講義内容に対して時間が少ないという点を改善し、今年は開催を二日間に分けられました。初日となったこの日の参加者は５４名でした。うち１５名はスポ推歴４年以上の経年者であり、「復習や確認の為に参加した」との声が聞かれました。

開会に先立ち、新島会長のご挨拶で『講師やスタッフは皆さんと同じスポーツ推進委員です。

毎月の実行委員会でパワーポイントの資料作成やリハーサルを行ってきました。』とリーダー委員会についての説明があり、また『“みんなのスポーツ” をできる限り購読し、全国の情報を集めながら地域にどう展開していくかを検討してほしい』とのお願いがありました。

研修会は、講義とディスカッションの２部制で講義の内容は以下の通りです。

① スポーツ推進委員の制度（講師:横山 哲也/墨田区）
② スポーツ推進委員の組織（講師:田代 典子/墨田区）
③ 生涯スポーツの推進とスポーツ推進委員
（講師:平林 実/葛飾区）
④ スポーツ推進委員の資質向上
（講師:荒川 祥司/足立区）



講義は、講師であるリーダー委員会作成のパワーポイントの資料を活用し「スポーツ推進委員ハンドブック」の内容を説明しながら進められました。

内容は、スポーツ推進委員としての基礎知識、役割・資質、法的位置づけなどについて、また、法律が変わったことによって求められることになった「コーディネーターの役割」として必要な資質の向上などです。全体的にボリュームがあるので、地域へ戻ってから読み返してもらえるようハンドブックの重要箇所のチェックが多く伝えられました。

後半のディスカッションでは、任期５年未満と５年以上でそれぞれグループを作り、意見交換が進められました。「自分が目指すスポーツ推進委員とは」のテーマについてそれぞれのグループで和気あいあいと意見が交わされ、最後になされた発表では以下のような意見がありました。

（任期５年未満）
- 講義ではスポーツ推進委員が目指すところや仕組み、地域の違いなどが分かって良かった
- ボッチャ・ピックルボール・モルックなどでお子様から高齢者まで幅広くつなげていきたい

（任期５年以上）
- 講義を聞いて、自分の役割の再確認ができた
- 誰でも参加できるものを目指してきて、体育指導委員時代から総じて自分も成長していると思う
- それぞれの地域で行ってることの違いは、とても特色のある良いものだと思う



最後の濱谷委員長のご挨拶で、『新島会長からもあったように、ぜひリーダー委員会の仲間になってほしい』とリーダー養成講習会の参加案内を交えた挨拶があり、閉会されました。

記事・写真　渡邉　ひろこ
リーダー委員会・情報委員会（武蔵野市）

会長会	会　　長　　会　（主管：企画総務委員会）

令和８年６月21日（日）13時45分より、令和８年度東京都スポーツ推進委員協議会会長会が各地区会長参加のもと、渋谷区役所14階（大集会室）において開催されました。

会長会に先立って東京都スポーツ推進委員協議会の新島会長より「来年度は関東研究大会の東京大会となるため準備を進めています。さらに来年度は都スポ協ができて 70 周年の節目となるので記念誌の発行を予定しています。」との挨拶がありました。

続いて、東京都スポーツ推進本部スポーツ総合推進部スポーツ課長 岡村芽子様より「都スポ協及びスポーツ推進委員の皆様と東京都の連携した事業の展開、情報共有は重要です。今年は東京2020大会から５周年の節目となりますので、スポーツの持っている力を最大限に活かし、笑顔と希望に満ち溢れる未来を皆様と創り上げたいと考えています。」とのご挨拶をいただきました。

来賓及び都スポ協役員（会長、副会長、財務、監事、各委員長）の紹介後、各区市町村会長及び代理出席者43名からの自己紹介がありました。続いて都スポ協からの情報提供として、新島会長から全国連合定時総会の報告、中村事務局長から広域地区別研修会の会計に関する注意事項の説明、濱谷監事からリーダー委員募集の説明がありました。



第１部は、東京都スポーツ推進本部スポーツ企画部企画調整課統括課長代理 高井章行様より「東京都スポーツ推進総合計画について～今後の取り組み」の説明がありました。昨年、新たに「東京都スポーツ推進総合計画」を策定、基本理念には“誰もがスポーツを楽しむ東京を実現し、一人ひとりのウェルビーイングを高め、社会を変革する”とされ、４つのビジョン（スポーツで輝く・スポーツでつながる・スポーツでにぎわう・スポーツを支える）の説明があり目標達成の指標が示されました。



第２部は８グループＡ：千代田区・目黒区・荒川区・八王子市・町田市・日野市、Ｂ：新宿区・世田谷区・杉並区・葛飾区・武蔵野市、Ｃ：文京区・中野区・足立区・小金井市・国分寺市・稲城市、Ｄ：中央区・江戸川区・昭島市・東村山市・羽村市、Ｅ：港区・渋谷区・三鷹市・狛江市・西東京市、Ｆ：墨田区・北区・国立市・清瀬市・あきる野市、Ｇ：台東区・江東区・豊島区・東久留米市・多摩市、Ｈ：品川区・板橋区・練馬区・立川市・東大和市に分かれて「各地区のスポーツ推進計画の特色について」のテーマのもと意見交換が行われました。独自のスポーツ推進計画を策定している地区もあれば、都のスポーツ推進総合計画をトップダウンして策定している地区もあり温度差を感じました。特色としては、地形を活用したハイキングや地元企業、大学、団体との相互連携を図りスポーツイベント等を実施している地区も見受けられました。各地区の情報を得る有意義な場となりました。

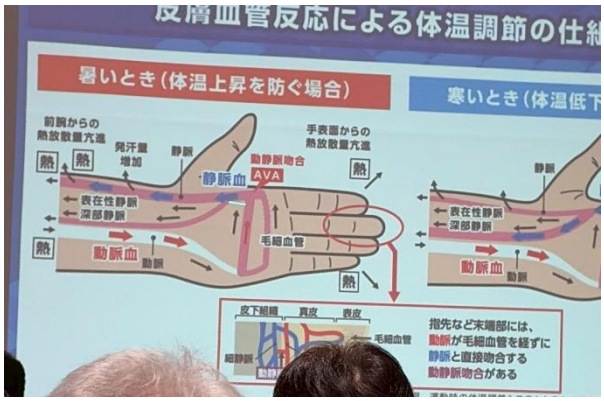
記事　井上　充代　情報委員会（文京区）
写真　別所　篤弥　情報委員会（東大和市）

研 修 会　基礎リスクマネジメント研修会　（主管：リーダー委員会）

令和８年６月１３日（土）１４時より新宿区牛込箪笥地域センターにおいて「基礎リスクマネジメント研修会」が行われました。市区町村部からの参加者は６５名でした。

はじめに大塚製薬株式会社首都圏第一支店ソーシャルヘルスリレーション担当竹村忠規様を講師にお招きし熱中症予防についての講義が行われました。

人には体温調節の機能があり、それが正しく使えないときに熱中症が発生するとのことでした。資料によると、熱中症は「気温が高い」、「湿度が高い」、「風が弱い」、「日差しが強い」という条件でおこりやすく、さらに「朝食抜き」、「睡眠不足」、「激しい運動」などその人の体調も大きく影響します。子どもは汗腺などの体温調節能力が未発達なため、また高齢者は老化に伴い、暑さを感じにくくなり汗もかきにくくなるため特に注意が必要です。予防としては無理をさせない、急な暑さ（梅雨明け、休み明け）には注意すること、水分だけでなくナトリウムなどの電解質、糖質も含まれている飲料をこまめに摂取すること、そして暑さに慣れることも大切と説明されました。近年は気候変動等の影響により日常生活下でも熱中症のリスクが高まっているためイベント時には気温だけでなく「暑さ指数（WBGT）」にも注目する必要があります。



続いてリーダー委員会より、日野市の多田委員による「スポーツ推進委員ハンドブック」を用いた「スポーツのリスクマネジメント」についての講義が行われました。実例として１９９６年の大阪府高槻市、２０２５年の奈良市で発生した２件の落雷事故が紹介されました。講義では雷注意報が発令されている場合、屋外イベントは即中止とする、ゴロゴロという雷鳴が聞こえた時点ですでに危険圏内であること、グラウンドのような開けた場所は最も危険であること、判断の数分の遅れが命に直結することが強調されました。また、建物や車などの避難場所がない開けた平地での対処方法として、頭を下にかがめ、両手で耳をふさぎ、足の両かかとを合わせてつま先で立つという雷しゃがみの姿勢を覚えておくよう説明がありました。



最後に参加者がグループに分かれディスカッションを行い身近な活動におけるリスクについて、活動の中での事故、リスクの共有というテーマで多くの意見交換がなされました。

活動する現場にどのようなリスクがあるのかを事前に考え、準備し、見極め、話し合うことがリスク回避につながること、また情報を集めながら対策を更新していくことの重要性が確認されました。

今回の研修に参加させていただき、他の地区の皆様のお話を伺う機会が非常に有意義でした。皆さん長年の経験の中でそれぞれの地区でリスク回避のシステムが整いつつあること、そして問題が起きた際にはその都度改善し、地域のスポーツ推進委員同士で情報共有していくことの大切さを改めて感じました。



記事・写真　横川　厚子　情報委員会（品川区）

研 修 会　ニュースポーツ研修会　（主管：研修委員会）

令和８年７月18日(土)14時より、墨田区立両国中学校体育館において「スピードラダーゲッター」の研修会が開催されました。講師として、元日野市スポーツ推進委員の西之原拓美様をお招きし、82名の参加者で行われました。



ラダーゲッターとは、ひもでつながった２個のボールをはしご(ラダー)に投げて引っ掛けるゲームで、それをチーム対抗のタイムレース形式にアレンジしたものが「スピードラダーゲッター」です。高度な技術は不要で、初めての方でもすぐにコツをつかむことができます。各チーム１人ずつボールを投げ、３本のラダー全てにボールを引っ掛けたチームが全員でラダーを周回して戻るまでのタイムを競うゲームです。

講師からのルール説明の後、15チームに分かれて試合を行いました。



思い通りに飛ばないボールや狙ったラダーに上手く掛からないことに苦戦しながらも、参加者の笑顔と歓声で盛り上がることができた実りある研修会でした。

記事　長崎　より子　情報委員会（千代田区）
写真　高橋　利之　　情報委員会（台東区）

各地区の情報　情　報　ひ　ろ　ば

【港区】

港区スポーツ推進委員協議会は、現在24名で活動をしています。

港区では中学校区単位の10の「地区」ごとで、我々スポーツ推進委員が実施する『地域スポーツ教室』が盛んです。

この地域スポーツ教室では、港区内で１人でも多くの方にスポーツを楽しんでもらいたい、という強い気持ちで、いろいろなスポーツを紹介しています。野球、サッカー、テニスなど、どなたもご存知のスポーツや、セパタクロー、忍者体術、カバディ、モビバンヨガなどあまり聞き覚えの無い、聞いたことはあるけれどなかなかやる機会がないスポーツ、そしてフラダンス、盆踊り、巫女舞などもスポーツという観点から取り上げて、さまざまな＂教室＂を開催してきました。

この10年の実施状況を眺めてみると、コロナ禍の期間も含め、年間60回程度のスポーツ教室を実施してきました。これは単純計算すると、なんと＂港区では我々スポーツ推進委員が１週間に１回以上のペースで区内のどこかでスポーツ教室を開催している＂ということになります。

今回ご紹介した『地域スポーツ教室』をはじめ、これからも沢山のスポーツを港区の皆さんに楽しんでいただけるよう活動を続けていきたいと思います。



港区スポーツ推進委員協議会

【練馬区】　＜緑豊かな練馬で広がる、誰もが楽しめるスポーツの輪＞

練馬区スポーツ推進委員会では、「地域に根付くスポーツ推進委員。ボッチャでつなごう練馬の輪」をテーマに掲げ、いつでも・どこでも・誰でも楽しめる地域スポーツの推進を念頭に、区民の皆様の健康づくりとスポーツ振興に取り組んでいます。



特に力を入れているのが、ボッチャの普及と豊かな自然や歴史的スポットを活かしたアウトドア事業です。光が丘公園などの緑あふれる中での「親子デイキャンプ」や近隣コースを巡る「区民歩行会」は、運動習慣の定着だけでなく、地域住民同士の温かい交流の場としても大変ご好評をいただいております。

また、区内の体育館を中心に開催する多様なスポーツイベントや、福祉施設に出向いての「ボッチャ体験会」、子どもから高齢者まで参加できる「ボッチャ大会」など、世代を超えて親しまれるイベントの企画・運営を行っています。

今後も、区民の皆様が気軽に体を動かし、スポーツを通じて笑顔と元気に満ちた地域コミュニティを築いていけるよう、魅力ある活動の推進に努めてまいります。

練馬区スポーツ推進委員会
会長　大野　均

【三宅村】

三宅村スポーツ推進委員は、村民の皆さんがスポーツに親しみ、健康で楽しく交流できる機会づくりを目的に活動しています。

主な活動の一つとして、毎年９月に「おたのしみ運動会」を開催しています。この運動会は、子どもから高齢者まで幅広い世代の方が参加できるよう、誰でも楽しめる種目を取り入れ、地域の交流の場となることを目指して実施しています。新型コロナウイルス感染症の影響により中止となった年もありましたが、今年で９回目を迎えることとなりました。毎年、多くの皆さんに参加いただき、笑顔あふれるイベントとして定着しています。

また、三宅島体育協会に所属する各競技連盟を対象に、希望を募ったうえで審判講習会を実施するなど、競技力の向上やスポーツ環境の充実に向けた活動にも取り組んでいます。競技の普及には、選手だけでなく審判や運営を支える人材も欠かせません。スポーツ推進委員として、各競技団体と連携しながら、島内のスポーツ活動を支える役割を担っています。

これからも、スポーツの楽しさや大切さを多くの方に届けられるよう、スポーツ推進委員一同、地域のスポーツ振興と健康づくりに積極的に取り組んでまいります。

三宅村スポーツ推進委員

＃＃

≪編集後記≫

令和８年度が始まり、都スポ協も新体制で新たなスタートを切りました。情報委員会にも協力的で強力な新メンバーが加わり、今回の 139 号を無事発行する運びとなりました。これからも皆様のお役に立つ情報を発信できるよう、知恵を絞っていきたいと思います。今後の情報委員会に、どうぞご期待ください。

―――

2026 年（令和８年）７月 28 日 16 時 27 分頃、熊本県熊本地方を震源とするマグニチュード 7.1（暫定値）の地震により、最大震度７を観測する「令和８年熊本地震」が発生いたしました。皆様の中にも、ご親戚や知人の方が被災されている方がいらっしゃるかもしれません。実は私自身も令和６年１月１日の能登での地震を経験しており、今なお不安な日々を過ごされている皆様のご心中をお察しいたします。

このたびの地震により被害を受けられた皆様に、謹んでお見舞い申し上げますとともに、皆様と大切な方々の安全、そして被災地の一日も早い復旧を心よりお祈り申し上げます。

編集　長谷川　恵二　情報委員会（昭島市）

＃＃

～私たち都スポ協の活動紹介①～　（年間イベントと各担当委員会について）

現在、スポーツ推進委員の皆様が参加する都スポ協の各種研修等は、都スポ協の各委員会（企画総務委員会、研修委員会、情報委員会）及び特別委員会のリーダー委員会がお互いに尽力しながら分担して運営しています。私たち情報委員会が手掛けているこの「都スポだより」（年３回発行）をはじめ、それぞれの事業には主管担当の委員会があり、裏で多くの準備や工夫が重ねられています。

そこで今回は主な年間の都スポ協の研修等のイベントおよび各主管担当委員会の一覧を時系列に沿ってまとめてみました。「どの委員会がこの場を作ってくれているのかな？」ーそんな背景をちょっと知るだけで、参加する楽しさや見え方もグッと変わってくるかもしれません。ぜひ下のスケジュールもチェックして、今年度のイベントを皆様と一緒に盛り上げていけたらと思います。

時期	研修・イベント	主管担当委員会	備考
５月	社員総会（第１回）	**企画総務委員会**	社員総会
５月～６月	基礎研修会（旧 初任者講習会）	**リーダー委員会**	自主研修事業
６月～７月	基礎リスクマネジメント研修会	**リーダー委員会**	自主研修事業
７月中旬	来年度広域地区別研修会説明会	**研修委員会**	都共催
７月～９月	ニュースポーツ研修会	**研修委員会**	自主研修事業
10 月	課題別研修会	**研修委員会**	都共催
10 月～12 月	実務研修会	**研修委員会**	自主研修事業
12 月初旬	交流ボッチャ大会	**企画総務委員会**	自主研修事業
１月中旬	地域スポーツ支援研修会（区部）	**情報委員会※**	都共催
２月中旬	地域スポーツ支援研修会（市町村部）	**情報委員会※**	都共催
２月下旬	地域スポーツ支援研修会（全域）	**情報委員会※**	都共催
３月	社員総会（第２回）	**企画総務委員会**	社員総会

※企画総務委員会／情報委員会にて、隔年で担当を交代。来年度は企画総務委員会が主管担当。

⇒最新の情報は、都スポ協の HP にて、ご確認ください。
https://tospokyo.tokyo/schedule.html