

スポーツの秋!

# からだ、動かしていますか

市内では、スポーツフェスティバルに向けて  
各チームが練習を重ねています

【問い合わせ】 スポーツ振興課 ☎22・9635 FAX22・9666

健康に過ごすためには、適度な運動がかかせません。また、目標をもって運動することや、  
気や達成感がうまれるのではないのでしょうか。  
伊賀市では市民の皆さんに、体を動かしながら地区の親睦を深めてもらえるイベントとして、  
毎年スポーツフェスティバルを開催しています。今回は、スポーツフェスティバルに向けて練習する2チームをご紹介します。皆さんもスポーツを始めてみませんか。



▲これまでのスポーツフェスティバルの様子。

## 気軽に始めてみませんか

グラウンド・ゴルフは、専用のクラブ、ボール、ホールポスト(ゴール)、スタートマットを使用して、ゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストに入るまでの打数を数えます。

高度な技術を必要としないため、子どもから高齢者まですべての人がゲームを楽しむことができるスポーツのひとつです。

## 仲間と、楽しみながら練習に励んでいます(三田)

三田グラウンド・ゴルフ同好会は、現在60〜70歳代の33人が活動

するチームです。平成8年に結成され、毎週日曜日に三田小学校の運動場を借りて練習に励んでいます。普段の練習以外に、懇親会や忘年大会などで交流を深めています。

グラウンド・ゴルフの魅力は、誰でもどこでもできてルールも難しくないことだと同好会会長の圓崎豊さんは話します。スポーツをしていてよかったことは何かとたずねると、「毎回の練習で、8ホールを4ラウンド、合計32ホールまわるんですが、たくさん歩き足腰が鍛えられるので健康でいられることがよかったです。」と答えてくれました。

また、圓崎さんは「昨年のスポーツフェスティバルで男子が準優勝

◀「未経験の人も、ぜひ一度練習を見に来て、その楽しさを経験してほしいです。」(圓崎さん)



▶じゃんけんでチーム分けをして3〜4人のグループで1ラウンド(8ホール)を回る。



## スポーツフェスティバル

《とき・ところ》

11月9日(日)

開会式：午前8時30分

競技開始：午前9時

▶卓球 城東中学校体育館

▶バレーボール

青山小学校、青山中学校体育館

▶ソフトボール いがまちスポーツセンター・

緑ヶ丘中学校・上野東小学校グラウンド

▶ゲートボール

教育研究センターグラウンド

▼グラウンド・ゴルフ 青山グラウンド

▼ターゲット・バードゴルフ

くれば水辺公園

▼カローリング 上野南中学校体育館

※雨天の場合、屋外種目は中止



▲この日の練習に集った三田グラウンド・ゴルフ同好会の皆さん。



▲地面の起伏も計算して、打つ強さやコースを考える。



▲仲間に見守られながらホールポストをねらう選手。わきあいあいとした中にも真剣な様子が伺える。

今回紹介したチーム以外にも、7競技、53地区が、スポーツフェスティバルに向けて練習に励んでいます。皆さんも体を動かしませんか。

鉄砲町・万町チームの竹内文子さんは、「バレーボールで地域のつながりができたと思います。スポーツを通して親睦を深め、このスポーツフェスティバルを楽しみたいです」と、このイベントに対する思いを語りました。また、竹内さんに誘われて参加したという平岡さんは、「スポーツは好きなので楽しいです。今年で4年参加していますが、5年6年と続けていきたいです。」と話してくれました。

鉄砲町・万町と小田町のバレーボールチームもスポーツフェスティバルに向けて練習を重ねています。この日は、崇広中学校体育館で合同練習を行いました。スポーツフェスティバルに参加するため結成されたチームで、多くの人が練習に参加していました。

親睦を深めながら  
スポーツを楽しんでいます



女子が3位という成績をおさめています。今年は優勝したいですね。」と抱負を語りました。

▼(写真左) この日合同練習に参加した鉄砲町・万町チームと小田町チームの皆さん。  
(写真中央・右) 2チーム対抗の練習試合の様子。仲間にかけて合う声が体育館に響く。

