

ようちんスポーツ ひかり 光

編集・光市スポーツ推進委員協議会／発行・光市教育委員会スポーツ推進課

光市光井9-18-4 光市スポーツ館内

Tel 0833-74-3605 Fax 0833-72-4850

第24回 梅まつり コバルトウォーク

**令和6年2月23日(金・祝)****参加者募集!**ゴールでは
お楽しみ抽選会
を予定!!

- ★コース 光市総合体育館～コバルトライン～冠梅広場
8kmコース(幸いの森折返し) 9:00～スタート
4kmコース(萩の平折返し) 9:15～スタート

★参加資格 健康で実施要項及び交通ルールを守れる方

★参加定員 **先着400名**(定員に達した場合は、予告なく終了します。)

★参加料 中学生以上:1,000円 小学生:500円(未就学児童無料)

～申込方法～

- ①直接申込 (光市スポーツ館)
参加申込書と参加料を添えて、スポーツ推進課へ申込み
 - ②郵便振替 払込取扱票(参加申込書)に記入し、ゆうちょ銀行または郵便局で支払い
 - ③インターネット申込 左記QRコードまたは光市HPから申込専用ページにアクセスし申込み
参加費はスポーツ推進課に持参、または、郵便振替にて支払い
- ☆申込期間 **令和6年1月4日(木)～2月9日(金)**



問合せ・申込先 光市教育委員会 スポーツ推進課(平日8:30～17:15)
TEL 0833(74)3605 FAX 0833(72)4850

みなさんの参加をお待ちしております!

～日本記録2時間4分56秒を走ってみよう！～

- ## ＜大会情報＞

コース (740m)

※大会中の車両出入不可

スタート・計測地点

参加者待機場所
※スタート・ゴール地点の設置可

参加者用駐車場
(約450台)
※大会中の車両出入不可

大和スポーツセンター
参加者待機場所

受付 開・閉会式会場

参加者・応援客用駐車場
(約150台)

リレーゾーン

車両進入経路

里の厨
●蓮光寺

JR 岩田駅 ↓

HIKARI スポーツフェスタ 2023 報告

体験コーナー

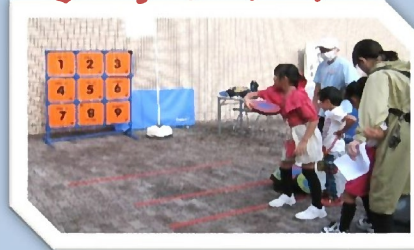


トリコロキューブ



モルック

チャレンジコーナー



ディスク
ゲッター

ストラック
アウト



ファイブ
フープ

10月15日に開催された「HIKARIスポーツフェスタ2023」において、NEWスポーツの部（チャレンジ／体験）に、スポーツ推進委員と中学生リーダーの皆さんで、競技をサポートしました！

オクトーバー・ランアンドウォーク2023結果

光市として今年で4回目の参加になります。
10月1日から31日までの1カ月の平均距離で市、個人のランキングを競いました。
光市の参加者数及び結果については、下記の通りです。

1. 参加者数 627名【ウォーキング 584人、ランニング 43人】
2. ランキング 全国市区町対抗戦 319自治体参加

光市9位（人口2万人以上～5万人未満の部門）



第6回 ワンバウンドふらばーボールバレー大会 in 下松 報告

9月24日、下松市が主催の大会に光市スポーツ推進委員で2チーム（12名）が出場しました。バレーは多少の経験があるので余裕でかまえていましたが、ボールがお米の形で不規則な跳ね方をするのでラリーも大変な上、相手チームから来たボールは自コートで1バウンドをさせてからレシーブなので、大変だし疲れるし（笑）。

1年目の私は先輩方に気を遣い遠慮しミス連発（笑）。しかし、試合を重ねる上で声が出てきて、カバーも出来る様になりチームが団結し楽しくできました。毎年、開催されてますので、機会があれば友達やチームの仲間と参加してみてください。「ひと味違うバレー」「ニュースポーツのバレーボール」を体験できます。

ちなみに私は、3位グループの1位でした。

来年は目指せ2位！！頑張ります！（R.A記）



出前講座報告 9月～11月 6回開催

種目 ラダーゲッター／トリコロキューブ／モルック

9月15日 上島田健康教室
ラダーゲッター 13名
「遠すぎ」と心配されてましたが次々とラダーを狙って投げられていました。



ラダーゲッター

10月3日 三島健康教室
トリコロキューブ 12名
シートの上にたくさんのキューブが並び集計にも熱が入りました。



トリコロキューブ

10月18日 島田健康教室
ラダーゲッター 16名
個人の得点を合計してチームの得点として発表してみました。これまでとは違った団体戦の方法も盛り上がって良かったです。



モルック

10月26日 浅江健康教室
トリコロキューブ 20名
シートを張り替える方法で、チームの色が固定されていたこともあり流れもとても良かったです。

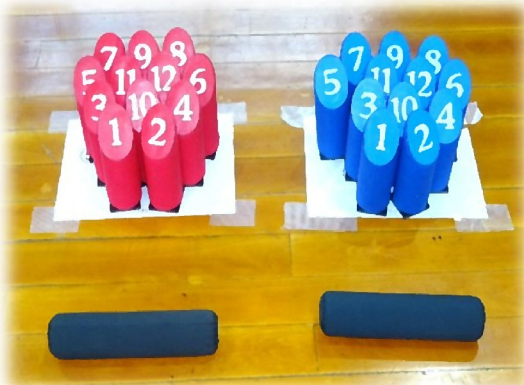
11月8日 光井地区健康教室
ラダーゲッター 11名
初めは少し緊張されていましたが、何回か投げるうちに声もでて、盛り上がっていました。

11月18日 大和学園PTA親睦
スポーツ大会
モルック／トリコロキューブ 30名
2種目を体験しました！
購入したばかりの屋内用モルックを使用しました。

屋内用のモルック購入！

特別な装備、技術、体力を必要とせず、ルールもとても簡単のため、老若男女の幅広い年齢の方が楽しむことができます。
スポーツ推進課では、柔らかい「屋内用のモルック」を2セット（赤・青）購入しました。
先に購入した木製の「屋外用のモルック」5セットと合わせて、貸出しますので、地域や学校でのイベント等にご活用ください。

問い合わせ先 光市教育委員会スポーツ推進課
☎0833-74-3605



《スポーツ推進委員のつぶやき》
駅伝&マラソン、スキーなどのウインターシーズン到来。寒さを吹き飛ばしウインタースポーツを楽しみましょう！



《次号のお知らせ》
・梅まつりコバルトウォーク報告
・HIKARI リレーマラソン 2024報告
・令和6年度行事予定
その他 お楽しみに！



徳さん「今日は低体温症について話そうか」
「へえ、そろそろ寒くなってきたからね」
「落水等で、長い時間水の中にいると熱を奪われて身体深部の体温がさがっちゃうんだよ」
「そりゃあ大変だ、で、どうなる」
「運動能力や思考能力が低下して、思わぬ水難事故になっちゃうよ」
「ほう、で、どうしたら」
「マリンスポーツなら万一の落水に備えて、泳ぎ易く保温性が高いウエットスーツやドライスーツを着て低体温症のリスクを減らすようにしねえとな」