

# 羽生市 スポーツ推進委員 だより

発行：羽生市スポーツ推進委員会 広報部会  
住所：羽生市東6丁目15番地  
羽生市教育委員会 生涯学習部 スポーツ振興課  
Tel：048-561-1121（内線341・342）  
令和4年11月発行

第11号



私たち34人が羽生市スポーツ推進委員です。宜しくお願いします。

## スポーツ推進委員とは…



- スポーツの実技指導を行うとともに、羽生市のスポーツ事業を「推進」し、スポーツを通して行政と市民をつなぐコーディネーターです。
- ☆市民のみなさんが、楽しくスポーツをするお手伝いをします。
- ☆市で開催される楽しいスポーツイベントをみなさんに紹介します。
- ☆研修会などに参加し、自らも学び、推進委員としての活動につなげます。

令和4年度 北埼玉地区スポーツ推進委員連絡協議会ブロック研修会



○座学研修 「羽生市推進委員の活動報告」  
司会者 根岸一文



発表者 委員長 阿部力也



○実技研修 「ヘルスパレーボール」  
本来のバレーボールとは一味違う面白さが体験できます。



# ソフトにヘルシーに スポーツを楽しみましょう！



昔、バレーボールをやっていた方、3年前のワールドカップを観て、ラグビーに興味をもった方、「でも今からじゃ・・・」「本格的にやるのはちょっと・・・」とお考えでは？大丈夫です！ オフィシャルな知識や技術がなくても、体験的に楽しめるニュースポーツがあるのです！ 気軽に楽しめるバレーボールとラグビーetc.を、ご紹介します！

## その1 ヘルスバレーボール



バレーボールよりこんなに大きな、こんな形のボールを使うよ



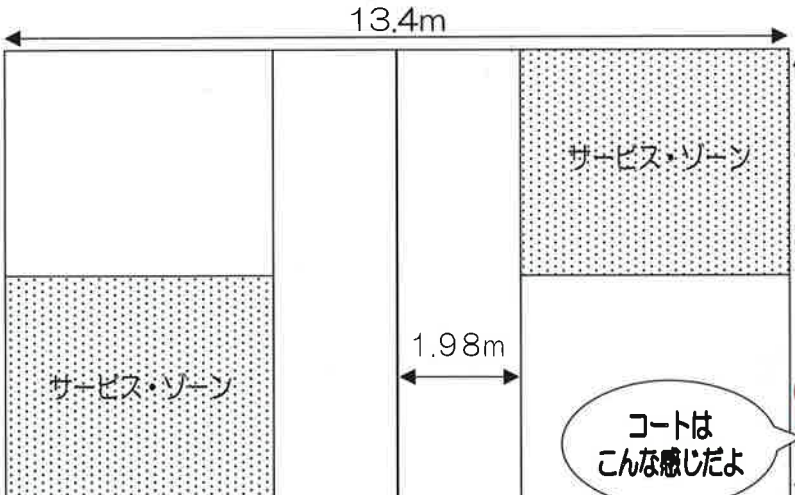
### バレーボールのルールとの大きな違い



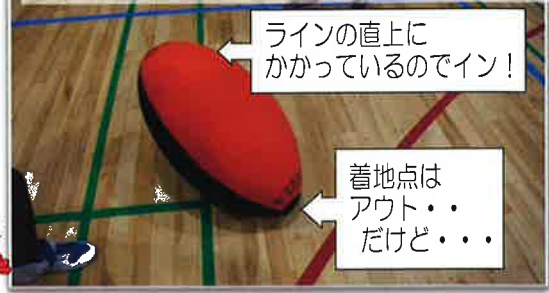
- ① サーブはスローイン（投げ入れる）
- ② 5回以内に返す。
- ③ 1回で返してはいけない。  
すなわち、ブロックはできない。



バレーボールのルールをベースに考案されたニュースポーツです。ボールは、「ヘルスポール」という楕円形（長径約 90 cm、短径約 50 cm）のものを使用します。コートは、バドミントンのダブルス用のラインに相当します。本来のバレーボールとは一味違う面白さです！



- ④ ボールの、床への着地点がアウトでもボールの一部分がラインの直上にかかっている場合は、インとなる。

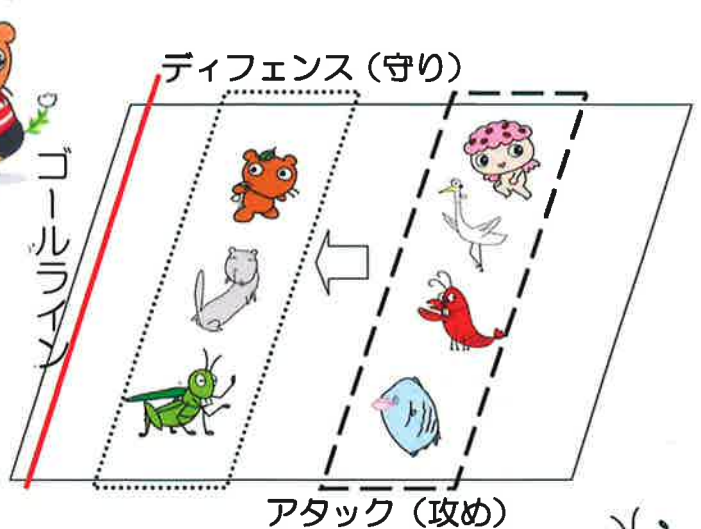


バレーボールの得意不得意は、ほぼ関係なく、どなたでも楽しめます。スポーツ推進委員が行う「出前教室」でも実施予定です。みなさん！よりソフトに、楽しんでみませんか！

# その2 パスラグビー



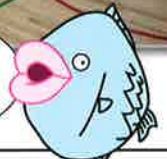
羽生市スポーツ推進委員会が考案したニュースポーツです。ラグビー選手のような強靱な体や技術がなくても、ラグビーの面白さを体験できます。知略とチームワークがポイントです！



コートは、バスケットボールのコートの半面でプレイします。オフェンス4人とディフェンス3人が相対します。攻守入れ替え型。タックル無し。ソフトに、でも考えと視野の広さで、あなたも「トライ！」



ディフェンスもオフェンスも、NO TOUCH！



ラインをつくってPASS！ディフェンス連携！



ディフェンス抜けた！TRY！！



- 【基本ルールはこの3つ】
- ① 歩く！ ぶつからないように、すぐ止まれる速度で歩こう！
  - ② パス！ ボールを落とさないように仲間へパスしよう！
  - ③ トライ！ ボールを上に掲げて大きな声で「トライ」！

- 【主な注意事項はこの3つ】
- ① 走らないようにしよう！
  - ② ぶつからないようにしよう！
  - ③ ボールは後ろに投げるよ！

「歩いてラグビー？」「タックル無しじゃあ・・・」と思った方。まずはお試しください。きっと思っていたより楽しめます。ソフトに！ヘルシーに！ Let's TRY！！  
 ※ニュースポーツについて（用具等）のお問い合わせは、羽生市役所内スポーツ振興課まで。

## そのほかにも... 様々な新しいスポーツを研修しています

スポーツ推進委員は、様々なスポーツを研修し学んでいます。生涯にわたる健康と体力の礎を築けるスポーツ。誰でも手軽に楽しめるよう、様々な新しいスポーツが開発されています。パラスポーツもその一つ。今年度は「フライングディスク」を研修しました。これからも、もっと様々なスポーツを、皆様にご紹介していきたいと思ひます！

「フライングディスク」とはプラスチック製の円盤（ディスク）を投げて競う、シンプルなスポーツです。正確さを競う「アキュラシー競技」と距離を競う「ディスタンス競技」の2つがあります。全国障害者スポーツ大会の正式競技の一つです。

