令和元年度　杉並区スポーツ推進委員地域拠点活動

公園であそぼう！

～ニュースポーツを体験しよう～

梅里中央公園　15：00～16：30

（〒166-0011 杉並区梅里 2-34-20）

参加費無料

地域拠点活動とは？？

杉並区スポーツ推進委員が住んでいる地域の公園などで、誰もが気軽に参加できるスポーツイベントを定期的に行なっています。参加ご希望の方は、当日動きやすい服装で公園へお越しください。

７月～９月スケジュール（雨天中止）

- 7月21日（日曜日）
- 8月18日（日曜日）
- 9月29日（日曜日）

毎月種目をかえて行ないます！！

ディスゲッター

９枚のパネルをディスクを投げて何枚打ち抜けるかにチャレンジしましょう！目指せ！パーフェクト賞！！

ディスクゴルフ

フライングディスクを的に向かって投げます！ゴルフのように遠くの的に何回で投げ入れることができるかにチャレンジしましょう！！

クッブ

スウェーデン発祥の木の棒を投げ合って木の的を倒していくゲームです！アメリカやヨーロッパでは大人気です！！

はじめてでも大丈夫！投げ方や遊び方などスポーツ推進委員がサポートします！！

実施：杉並区スポーツ推進委員地域拠点活動グループ　チーム杉。（すぎまる）
問い合わせ：杉並区区民生活部スポーツ振興課
TEL　03（3312）2111　内線1675　平日8：30～17：15

タイムスケジュールなどの詳細は裏面をご覧ください

公園であそぼう！詳細

公園であそぼう！は、杉並区スポーツ推進委員が杉並区内を4つのエリアに分けて行なっている「地域拠点活動」です。私たちはチーム杉。（チームすぎまる）で、荻窪・阿佐ヶ谷・高円寺エリアの担当です。
「地域拠点活動」は、地域に密着して地域のスポーツニーズを引き出し、地域の皆さんの自主的なスポーツ・レクリエーション活動を推進し、「スポーツによる地域づくり」を目指して活動しています。
公園であそぼう！は日ごろ運動のチャンスがない方に向けて、誰もが参加しやすいよう身近な公園で活動を行なっています。毎月日曜日の午後（原則第3日曜日午後）に開催しているので、親子や家族、お友達を誘ってご参加ください。みんなで楽しく体を動かしましょう！

参加方法

当日、公園へ動きやすい服装でお越しください。
申し込みなど不要です。
※雨天の場合は中止です。

参加対象

どなたでもご参加できます。
ニュースポーツは子どもから高齢者まで気軽に楽しめるスポーツです！

当日スケジュール

14：30～	スポーツ推進委員集合・準備
15：00～	公園であそぼう！スタート ※順番に並んで、1人ずつニュースポーツの体験を行ないます ※初心者にはその都度、投げ方や遊び方などの説明をスポーツ推進委員が行ないます ※15：00～16：30の間であれば、何時からでも体験できます
16：30	片付け開始

スポーツ推進委員の活動紹介

杉並区スポーツ推進委員は、杉並区が委嘱する非常勤公務員です。地域スポーツコーディネーターとして、地域のスポーツ活動のお手伝いを行ったり、スポーツに関する身近な相談にも応じますので、お気軽にご相談ください。

一人でも多くのみなさんがスポーツを楽しんでいただけるように、様々な活動をしています！

- 中学校対抗駅伝大会やすぎなみフェスタなど区が主催するスポーツ行事のスタッフとして活動しています。
- 小学校・中学校のＰＴＡや地域の子ども会のスポーツ行事などでニュースポーツの実技体験を行なっています。
- 地域に自主的なスポーツ活動が根付くことを目指して、スポーツをはじめるきっかけづくりのお手伝いをしています。
- 自主的な研修、スポーツ関連の講習会などに参加し、スキルアップをしています。定例会議やイベントの企画会議なども随時行なっています。