

飛騨市スポ推だより

日頃よりスポーツ推進委員の活動にご理解をいただきありがとうございます。日常が戻ってきたこの一年は、主催・協賛事業、指導者派遣を従来に近い形で行うことができましたが、変更を強いられたスポーツを楽しむ環境は、元に戻っていないと感じています。

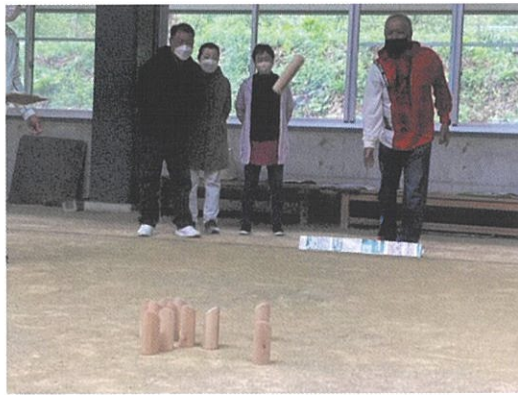
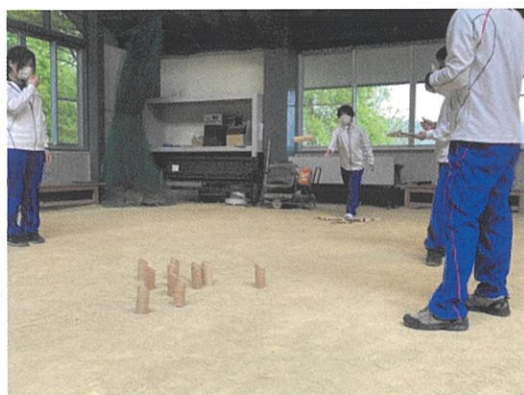
これからも私たちスポーツ推進委員は、スポーツを身近に感じ、楽しんでいただける機会を提供いたしますので、皆様のご参加をお待ちしています。

飛騨市スポーツ推進委員 委員長 森瀬 辰浩



飛騨市スポーツ推進委員の令和5年度の活動をご紹介します

R5.5/14 モルック教室



モルックとは??

フィンランド発祥のスポーツです。

地面に立てて並べられた複数の木のピン（スキttl）をめがけて、モルックという木の棒を投げます。倒れたスキttlの数字によって得点を加算していき、先に50点ピッタリになるまで競うスポーツです。

とても簡単なルールで、老若男女問わず気軽に楽しめます。

飛騨市でもモルックの競技人口を増やしていきたいと思っています!!

参加者の声

- ・簡単そうだけど、狙ったところに投げるのが思ったより難しい!
- ・楽しかったです。

R5.7/2 スタンプウォーク

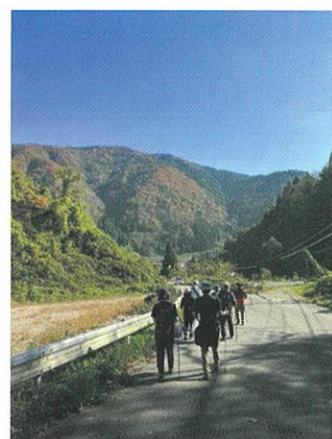
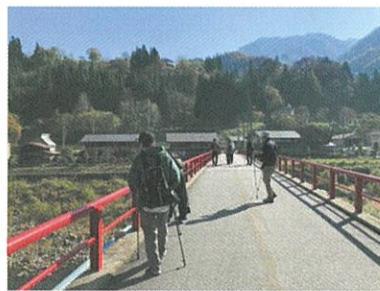


地図を見ながら古川の町並みを歩いて、チェックポイントでスタンプをゲットします。チェックポイントではくじ引きがあり、おいしいおやつが当たるかも?!どなたでも参加できますよ。

R5.6/25 山之村ノルディックウォーキング



11/5宮川新そば祭りノルディックウォーキング



どちらも晴天に恵まれ、気持ちよくウォーキングができました！！

ノルディックウォーキングは、2本のポールを使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強するフィットネスエクササイズ的一种です。

日々の運動不足や体力の低下を感じている方々にも、気軽にマイペースで楽しむことができます。

スポーツ推進委員では、年数回のノルディックウォーキング教室を開催しています。

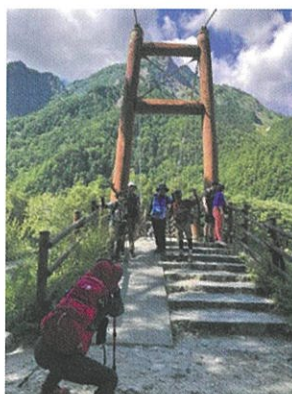
ぜひ一緒に歩きましょう！！

R5.9/3 市民登山



上高地～徳本（とくごう）峠

山登りの得意なスポーツ推進委員が同行いたしました。天気も良く、絶好の登山日和でした☀



R6.1/1 元旦マラソン



園児からお年寄りまで
1150名の参加がありました！
1.7～4.2 kmの3コースの中から
体力に合ったコースを、ウォーキング
したり走ったりして楽しめました。

編集後記

今年度の活動の一部を掲載しました。他にも各地区、団体からの依頼があり、出前講座として活動を行っています。無料ですので、何をしようか困ったら、右記スポーツ振興課までご相談ください。可能な限りお手伝い致します。また、委員として一緒に活動して下さる方も募集しています。スポーツは得意でなく、経験がない方でも企画運営で力を発揮していただくことができます。

発行：飛騨市スポーツ推進委員

お問い合わせ：飛騨市教育委員会事務局
スポーツ振興課

〒509-4292

飛騨市古川町本町2-22

TEL 0577-62-8030 FAX 0577-73-7497