

# スポ進だより

2024.8.25 No.57

■発行所／ひたちなか市スポーツ推進委員会  
■編集／広報部会  
■事務局／ひたちなか市民生活部  
          スポーツ振興課  
■電話／029(273)0111 内線 2112  
■ホームページ／  
<http://hitachinaka-taishi.jp/>

再生紙使用 インキは環境にやさしい植物油インキを使用しています。

## 那須塩原市ニュースポーツ研修会

期日 令和6年5月25日(土)

場所 三和住宅にしなすのスポーツプラザ体育館



午前 さいかつボール

午後 モルック



那須塩原市 → ひたちなか市



ひたちなか市 → 那須塩原市

両市複数班に分かれてゲーム形式で行いました!

# 令和6年度 関東スポーツ推進委員 研究大会 千葉大会

**期日** 令和6年6月7日(金)～8日(土)

**場所** 重兵衛スポーツフィールド中台体育館

1日目



北京オリンピック  
陸上競技4×100mリレー銀メダリスト  
末續 慎吾氏の講演

2日目



第1分科会

健康づくりの第一歩  
～実はすごかった!  
ラジオ体操の効果～

2日目



第3分科会

手軽で楽しい健康づくり運動



ひたちなか市より  
参加しました

# 全体研修(さいかつぼーる)

**期日** 令和6年7月13日(土)

**場所** ひたちなか市総合体育館

## さいかつぼーるとは?

「さいかつぼーる」は埼玉県埼葛地区体育指導委員連絡協議会研修委員会で考案したスポーツです。

おにぎり型の「ふらぼーる」というボールを使ったスポーツで、ルールはソフトバレーボールに似ているところがありますが、相手から返ってきたボールを一度ワンバウンドさせてからレシーブするなど、独特のルールに特徴があるスポーツです。



ボールの変化が大きく  
ユニークな動きをする



ボールが柔らかく、  
ケガの心配なし  
誰でも簡単に出来る



相手からきたボールは  
すべてワンバウンド  
一回で相手に返しては  
いけません

やって楽しく、  
みて楽しい



おにぎり型ボール(ふらぼーる)を  
使用して打ち合います





## ヘルスバレーボール取材しました!!

### ヘルスバレーボール連盟の設立と今後の活動について



ヘルスバレーボール連盟 会長 鈴木 静

ヘルスバレーボールの市内導入については、スポーツ推進委員会の活動の中でニュースポーツを市内に取り入れて、市民の皆さんと一緒に健康増進が図れるスポーツを探し求めておりました。調査する中で千葉県流山市が発祥地である「ヘルスバレーボール」が適しているとの判断により、委員全員で流山市に出かけ体験した結果、大変面白く年齢を問わず老若男女の皆さんが溶け込めるのではないかと判断いたしました。平成19年度から3年間の自主研修、さらに他県スポーツ指導員との交流試合を実施する中、スポーツ協会(旧体育協会)からヘルスバレーボール競技が市民の皆さんに受け入れられ定着が図られるのではないかと助言をいただき、市内地域体育部会連絡協議会の中で計画され、スポーツ協会主導にて市内大会が2年間実施されました。その後も市内地域の皆さんと月2回の交流試合を2年間継続して、その流れをもって「ヘルスバレーボール連盟」が、平成27年4月にスポーツ協会の傘下競技団体として設立されました。

新型コロナウイルスにより活動が一時中断しましたが、現在は徐々にではありますが少しずつ発足当時に戻りつつあります。

今年は発足後10年目の節目となり、夏には「第10回夏季ヘルスバレーボール大会」を計画しております。

大会は夏季大会・冬季大会、女子大会の開催、その他の活動として毎月松戸体育館で18時より交流試合を実施しております。また各地域でも毎週練習をしております。詳細につきましてはHPに予定表が掲載されておりますので、興味のある方はご覧いただき連絡いただければ幸いです。

今後の活動の方向性として、小・中学校へのPR活動を視野に入れ広く、地域の皆さんが気軽に参加できるような体制づくりを考えて活動を進めていきたいと考えております。

#### ヘルスバレーボール連盟設立までのスポーツ協会の活動

H23.1.22	ヘルスバレーボール備品貸与式
H23.9～	各地域ヘルスバレーボール普及活動
H24.12.9	2012ひたちなか市ヘルスバレーボール大会
H25.7.7	第1回ひたちなか市市民ヘルスバレーボール大会
H25.12.8	2013ひたちなか市ヘルスバレーボール大会
H26.7.6	第2回ひたちなか市市民ヘルスバレーボール大会
H27.2.15	2014ひたちなか市ヘルスバレーボール大会
H27.4	ヘルスバレーボール連盟設立



ヘルスバレーボールは、ゴムボールに布地を覆っており60cm×90cmの楕円形のボールです。

簡単です!

#### ヘルスバレーボールのルール

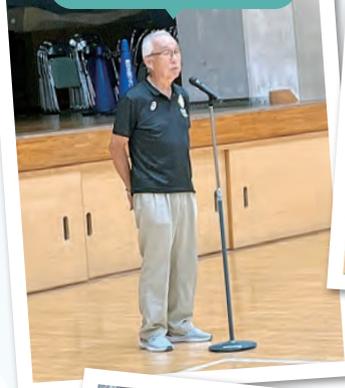
- 5回以内に返球すること、ボールはラインにかかっていたらインとなり、ブロックなどによる1回での返球は認められず必ず2回以上接触して返球が原則となります。

ヘルスバレーボール連盟の詳細はこちら



# ヘルスバレーボール6月地域交流大会

運営あいさつ



期日 令和6年6月22日(土)

場所 松戸体育館



## 参加者インタビュー

- Q ヘルスバレーボールを始めたきっかけは何ですか?
- A 健康のため/自治会で勧められた/地域のコミュニティで話題に上がった
- Q ヘルスバレーボールの魅力を教えてください
- A 老若男女スポーツを通して交流できて楽しめる/ボールがどこに行くか分からない面白さ
- Q 今後の展望などありますか?
- A もっと知ってもらいたい/若い人に参加してほしい/ヘルスバレーボール教室を開催し認知度向上

## 運営者インタビュー

- Q 地域交流大会はどのような大会ですか?
- A 月1回を目途に市内各チームにより大会を実施しレベルアップを図っています。
- Q 連盟への新規加入や各種大会に参加したい場合の窓口は?
- A ホームページもしくは各地区にいる理事・常任理事の方にお声がけください。市報での大会案内もしています。
- Q 今後の展望やスポーツ推進委員に求めることはありますか?
- A 各地区ヘルスバレーボールに参加できる体制づくりをお願いしたいと思います。また、市外のスポーツ推進委員にも広めていただきたいと思います。

# 地区 レポート

## 一中学区

### 第48回一中地区 ソフトボール大会

ひたちなか市那珂湊運動公園にて!!  
第48回一中地区ソフトボール大会が  
開催されました  
天候にも恵まれ、8チームの参加の  
もと熱戦が繰り広げられました



4/21



## 二中学区

### 高齢者レクリエーション大会

輪投げは毎年大盛況です 津田小学校体育館



6/9

### バレーボール大会

今年は男性チームも参加し、盛り上がりました



6/23

## 佐野中学区

### 佐野の和 夏まつり

7/27

大人気の  
スーパーボールすくい



300個の  
ヨーヨーも完売

## 三中学区

### 春季ソフトボール大会

今年も例年行事のソフトボール大会が開催され、  
各地区から総勢6チームが参加し、大盛り上がりでした

6/9



### 大島中学区

#### ゆうゆうエイジ スポーツレクリエーション大会

6/23



金賞がかかってるよ!!  
後ろのメンバーも心配そう。



ねらいを定めてエイ!!  
どうかな?  
審判も真剣です。

### 田彦中学区

#### みんなのレク教室

田彦小学校



6/9

#### 春季スポーツ大会

勝田パークボウル



7/6

### 那珂湊中学区

#### ニュースポーツ体験会

5/19



／モルック!!／

### 美乃浜学区

9月・10月の予定

9月

#### 三世代 交流会



### 阿字ヶ浦中学区

7/25

#### グラウンド・ ゴルフ大会



10月の予定  
市民運動会

10/14

10月

#### 市民運動会



# 第11回那須塩原市さいかつぼーる交流大会

**日時** 令和6年3月3日(日) 午前8時50分開会

**場所** 三和住宅にしなすのスポーツプラザ体育館

いちご一会とちぎ国体のデモンストレーションスポーツとして那須塩原市で行われた、さいかつぼーる。そのさらなる普及を目指すとともに、生涯スポーツの促進や市民の交流の場の提供を目的に開催されたさいかつぼーる交流大会に本市スポーツ推進委員として初めて参加してまいりました。(本市是那須塩原市と姉妹都市協定を締結しております。)

初参加!  
結果は…1勝1敗



そ〜れ!  
サーブは下から!



おにぎり型のボール



任せた!



## 編集後記

スポ進だより第57号はいかがでしたか。お忙しい中、取材等にご協力いただきました皆様、ありがとうございました。ニューススポーツ等を通じて推進委員会の活動や地域の行事を発信していきたいと思ひます。  
【黒澤(美) 記(阿字ヶ浦中)】

## 広報部員紹介(中学区)

- |           |           |              |
|-----------|-----------|--------------|
| ◎川 又(二中)  | 堂 蘭(三中)   | 田 中(那珂湊中)    |
| ○宇津野(大島中) | 山 崎(佐野中)  | 面 澤(那珂湊中)    |
| 笹 嶋(一中)   | 羽根田(佐野中)  | 坂 本(那珂湊中)    |
| 根 本(一中)   | 辻 井(大島中)  | 薄 井(美乃浜)     |
| 徳 川(一中)   | 鬼 澤(田彦中)  | 黒澤(美)(阿字ヶ浦中) |
| 照 沼(二中)   | 森 (田彦中)   | ◎部会長         |
| 黒澤(祐)(三中) | 関 根(那珂湊中) | ○副部会長        |