

ス ポ ー ツ 推 進 委 員 だ よ り 2026

企画・広報部 39号 発行

「人もまちも元気！ みんなでスポーツ ひがしうら」

今回は、ピックルボールと10月に開催予定の「体力テスト」をご紹介します。

●ピックルボール

ピックルボールはテニス・卓球・バドミントンの良いところを組み合わせた、誰でも気軽に楽しめるラケットスポーツです。

コートはバドミントンコートほどの広さで、強い力や激しい動きは必要ありません。そのため、子どもから高齢者まで幅広い世代で誰でも気軽に一緒にプレーできます。必要な用具はパドル(専用ラケット)とボールだけ。スポーツ推進委員でまずは体験してみました。町民の方々に紹介できるよう、準備を進めています。



●体力テスト

以下の内容にて準備を進めています。申し込み方法などは広報ひがしうらや町HPにてご案内予定です。

日時:10月24日(土) 9:00~12:00

場所:メディアス体育館ひがしうら アリーナ

種目:握力、上体起こし、ちょう座体前屈、反復横跳び、20mシャトルラン、立ち幅跳び(~64歳)
握力、上体起こし、ちょう座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行(65歳~)

○昨年の一コマ



今後も随時、ニュースポーツなどの情報を「スポーツ推進だより」として発信していきますので、今後もよろしくお願いいたします。

東浦町スポーツ推進委員一同