



# 宇部市 スポーツコミュニケーションだより



チャレンジデー  
2019

宇部市 VS 米沢市  
(山口県) (山形県)

5/29(水)  
開催

平成30年度 年間報告(平成30年4月～平成31年3月)

# チャレンジデー2018

2018年5月30日(水)開催

## チャレンジデーとは?

毎年5月の最終水曜日に人口規模がほぼ同じ自治体間で、午前0時から午後9時までの間に、15分間以上継続して運動やスポーツなどの身体活動を行った住民の「参加率(%)」を競い合います。対戦に敗れた場合は、勝った自治体の旗を庁舎のメインポールに翌日から1週間掲揚するというユニークなルールによって行われる”まちの威信と名誉”をかけた住民総参加型のスポーツイベントです。チャレンジデーは、当日、宇部市にいる人であれば、自宅・学校・職場など、どこでも、どんな運動やスポーツでも、年齢・性別を問わず誰でも気軽に参加できる点が大きな特徴です。チャレンジデー2018で宇部市が対戦したのは、神奈川県座間市です。気になる対戦結果ですが、宇部市の4回目のチャレンジは僅差で勝利という結果になりました。市民の力を結集し「15分間の奇跡」を起こすことができました。

チャレンジデー2019ではこれまでの目標でもあった10万人の参加にチャレンジします。

### ■チャレンジデー2018対戦結果

	宇部市(山口県)	座間市(神奈川県)
人口	166,706人	129,435人
参加者	91,520人	68,830人
参加率	54.9%	53.2%



## チャレンジデー2019

5/29(水)開催 0:00～21:00

宇部市 vs 米沢市  
(山口県) (山形県)

## チャレンジデー2018 ～「ベストPR賞」授与式～



チャレンジデー2018において、公益財団法人笠川スポーツ財団からベストPR賞を受賞しました。ベストPR賞は、参加した全121自治体の中で、チャレンジデーの取組を報道機関に取り上げられた件数が最も多かった自治体に贈られる賞です。

宇部市は今年で4回目のチャレンジデー参加になりました。ベストPR賞は、2016年、2017年に引き続き、史上初の3年連続の受賞になります。

# エクササイズ動画リスト

## ～(気軽にできるカンタン運動)公開～

宇部市スポーツコミッションが制作した動画やおススメ動画を紹介します。

- 宇部市こども元気体操
- パウロ・サントス(元気体操)

- やまぐち元気アップ体操①～③
- 親子でできる体幹体操



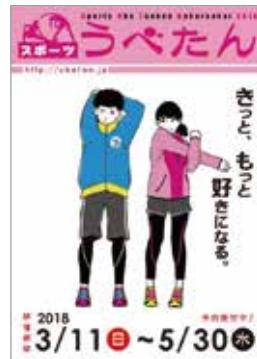
右記QRコードからご確認いただけます。

毎日の生活に+10分の  
運動やチャレンジ一日  
の15分間の運動  
にもお役立てください!



## 春のスポーツうべたん

2018年3月11日(日)～5月30日(水)まで《きっともっと、好きになる。》をキャッチフレーズに、「スポーツうべたん」を実施しました。スポーツうべたんとは、市内の観光資源などを活用し、スポーツの要素を組み合わせたイベントです。スポーツを楽しみながら、宇部の新たな魅力を発見し、まちとスポーツ両方を好きになる企画を全15プログラム開催しました。※1 スロージョギングは一般社団法人日本スロージョギング協会の登録商標です。



”心も体も美しく”梅林でスロージョギング ※1



棚田ウォーク&旬の豪華御膳で春を感じよう



照明工場でYOGA&さざなみNightCafé



大茶園ウォーキング～新茶摘み＆製茶体験～

## 夏休み期間を活用したスポーツスタートプログラム ～キッズうべたん、学童保育クラブ～

夏休み期間を活用してスポーツスタートプログラムをキッズうべたんと学童保育クラブを活用し実施しました。スポーツスタートプログラムは子ども達がスポーツを始めるきっかけをつくり、スポーツが好きな子ども達を増やしていく活動です。7月21日(土)～8月26日(日)で開催された「キッズうべたん2018」では、50プログラムの企画があり、当スポーツコミッションのスポーツスタートプログラムとして5プログラムの企画提案をしました。



※キッズうべたんは夏休み期間を活用した、子どもや親子向けの体験プログラムです。



レノファ山口運動教室



スナッグゴルフ体験教室



おもしろリズムダンス教室



少林寺拳法教室

# スポーツコミュニケーションフェスタ2018

## ～健康とスポーツの祭典～

10月8日(月・祝)体育の日に宇部市恩田運動公園とアクトビレッジおので「スポーツコミュニケーションフェスタ2018～健康とスポーツの祭典～」を開催しました。メイン会場の恩田運動公園では、陸上競技場や補助競技場、ユーピーアールスタジアム等を活用し、12種類のプログラムを実施しました。はじめて実施するプログラムも多く、視覚障がい者の野球「グランドソフトボール」の体験会やスポーツ自転車「クロスバイク」の試乗体験会等を実施しました。

その他、ダンスの体験会、姿勢を改善するプログラムや足型測定会などを実施し、アクティブ・チャイルド・プログラム(ACP)の体験会や障がい者スポーツの体験会では、親子そろって様々な競技や種目にチャレンジしていました。例年、実施している体力測定やニュースポーツが体験できる「スポチャレ祭2018」や不要になったスポーツグッズを無料でお譲りする「リユース広場」にも多くのご来場をいただきました。サテライト会場のアクトビレッジおのでは、小野湖や周辺の自然環境を活用した体験イベントを実施しました。

その他、アリーナでは、例年人気の高いプログラムの膝上から頭までを覆う「バブルボール」を使用した遊びのプログラムを行い、交流広場では竹製の自転車「バンブーバイク」の試乗体験会を実施しました。両会場ともに、子どもを連れたご家族の姿が多く見ることができ、子どもだけでなく保護者も楽しく参加していただきました。

2019年も体育の日に「スポーツコミュニケーションフェスタ」を開催し、スポーツを楽しむ姿をたくさん観られるイベントにしたいと思います。

### スポーツコミュニケーション フェスタ

恩田運動公園一帯にて開催予定!

体育の日

2019  
10/14 祝日  
月



キャンプサイトでは、青空の下でヨガを行いました。



キャンプサイト近くの炊事棟にピザ窯を設置し、オリジナルのトッピングしたピザを窯で焼くプログラムを実施しました。



小野湖では10人乗りの手漕ぎボートの「Eボート」体験教室を開催し、小学生から大人までが息を合わせてボートを漕ぎスポーツを通しての交流を楽しみました。

# 共生社会ホストタウンサミットin宇部

## ～「パラスポーツパーク」開催！～

共生社会ホストタウンサミットin宇部では、誰もが安心して暮らすことのできる共生社会の実現を推進するため、全国の共生社会ホストタウン登録14自治体が連携して、平成31年2月16日、17日にときわ湖水ホールで「共生社会ホストタウンサミットin宇部」を開催しました。

2日目に開催しましたパラスポーツパークでは、すべての人がスポーツに親しむ機会をつくるとともに、障がい者と健常者がスポーツを通して交わることで、眞の共生社会の実現を目指すプログラムとして車椅子バスケットボール日本代表選手として、3度パラリンピックに出場した岩野博さんによるトークショーと5つのパラスポーツ体験会を開催しました。今回のパラスポーツパークでは、約700名のご参加をいただきました。



## パラリンピアン講演会&ボッチャ体験会

オリンピック・パラリンピック等経済界協議会と連携し、市内小学校3校(見初小学校、神原小学校、岬小学校)で「パラリンピアン講演会&ボッチャ体験会」を実施しました。講演会はバンクーバーパラリンピックで銀メダルを獲得したパラアイスホッケー 上原大祐選手(NEC社員)に登壇していただき、パラスポーツならではの競技の魅力や成功するために失敗を恐れずに挑戦することの大切さなどを語っていただきました。講演会終了後は児童の皆さんにも実際に体験することでパラスポーツの面白さ、奥深さを知ってもらうことを目的に、パラリンピックの正式競技であるボッチャの体験会を行いました。



# レノファ山口FCメディカルスタッフから学ぶ! ～スポーツ障害予防＆パフォーマンスアップ教室～

レノファ山口FCメディカルスタッフから学ぶ!「スポーツ障害予防＆パフォーマンスアップ教室」を12/9(日)に宇部興産中央病院スポーツ・関節鏡リハビリセンターにて開催しました。

成長期に起こりやすい怪我について医師から学び、怪我についての知識を身に着ける為、レノファ山口FCのチーフドクターである森脇医師等から「サッカーで起こりやすい怪我」についてお話ししていただき、最新の知見を含め、怪我の詳細や予防法、応急手当などをご紹介してくださいました。福田トレーナーからは、ケガを予防する為のウォーミングアップについて実技講習をしていただきました。



森脇 透 医師  
(レノファ山口FCチーフドクター)

福田 智志 トレーナー  
(レノファ山口FCフィジオセラピスト)



## ようこそ! 奥原希望選手 ～こどもゆめ教室特別版～

リオデジャネイロオリンピック・バドミントン銅メダリストの奥原希望選手をお招きして宇部市の中学校2校でこどもゆめ教室特別版を開催しました。奥原選手には、午前に常盤中学校、午後に厚南中学校を訪問して頂きました。常盤中では生徒453人が体育館に集い、奥原選手の講演やバドミントンの実演を楽しみました。リオオリンピックのシングルスでは日本人選手初のメダルとなる銅メダルを獲得したが、「うれしさよりも悔しさのほうが大きく、オリンピックの舞台で頂点を獲る難しさを痛感した」と話され、2020年の東京五輪での金メダルに向け、2019年1月からプロ転向し、「リオの悔しさを晴らしたい」と決意表明をされました。

また、高校時代の大きなかがを通じて、多くの人に支えられて『当たり前のこと』、バドミントンができるとの有難さを実感し、苦しい思いをしたからこそ今の自分があり、今ではけがをしてよかつたと思える」と話され、「『当たり前のこと』への感謝」や「目標を掲げること」の大切さを生徒たちに呼び掛けられました。



# 平成30年度スナッグゴルフ教室

平成30年4月21日(土)から平成31年3月23日(土)まで、全20回のスナッグゴルフ教室を実施しました。スナッグゴルフは「やさしく」「正確に」「どこでも」「だれでも」ゴルフの基本を学ぶ事・教えることができるスポーツで、当コミッショでは教室を通じて、ジュニアゴルファーの育成をサポートしています。



## (一社)宇部市スポーツコミッショ設立



年齢や性別、障害の有無等にかかわらず、関心、目的等に応じてスポーツに参画することができる機会を創出し、市民の健康づくり・体力づくりを推進するとともに、スポーツを通じた交流人口の増加と地域活性化を推進し、「スポーツを楽しむ元気な人の元気なまち・宇部市」の実現と「健康長寿のまちづくり」に寄与することを目的として、「(一社)宇部市スポーツコミッショ」を設立しました。当コミッショは官民協働(学識経験者、スポーツ関係団体、健康福祉関係団体、経済団体、観光関係団体、市民活動団体、事業者、行政機関その他スポーツコミッショの活動に賛同する団体等から選出された者)により構成されています。

### 会長ご挨拶



平成26年10月7日、山口県内初のスポーツコミッショが宇部市に誕生し、平成30年11月1日に法人格を得て、(一社)宇部市スポーツコミッショを設立しました。スポーツを楽しんでいる人は笑顔です。スポーツが行われているまちはにぎやかです。スポーツは心身の健康、人々の交流、地域の活性化、経済効果を生み出します。平成26年10月、「スポーツを楽しむ元気なひとの元気なまち・宇部市」の実現を目指し、「宇部市スポーツコミッショ(Ube city Sports Commission; USC)」を設立しました。スポーツには、勝敗を競うものだけでなく、健康や体力の維持促進を目指すもの、交流を楽しむものなど様々あります。「するスポーツ」だけでなく、「観るスポーツ」もあります。スポーツは子どもも高齢者も障がい者も、誰もが楽しむことができるものです。宇部市スポーツコミッショは、行政および民間のスポーツ、レクリエーション、健康、福祉、経済、観光、市民活動を担っているメンバーを集めた官民協働の組織にしました。市のネットワークを構築し、情報や人材を共有し、市民の皆さんにとってスポーツが身近になるような環境づくりを進めています。平成30年11月には、法人格を取得して「一般社団法人 宇部市スポーツコミッショ」となり、新天町に事務所を構え、新たな事務局体制をとりました。スポーツ分野に限定せず宇部市の各界から理事を招聘し、全国規模の企業や財団と連携体制を構築するなど、それまでの「現場の力の結集」から「宇部市内外の力の結集」に発展しています。一般社団法人 宇部市スポーツコミッショは、①市民の健康づくり・体力づくり、②スポーツによる交流促進と地域活性化、③年齢や障がいの有無等に関係なく共にスポーツを楽しむことができる共生社会の実現を事業の3本柱として、取り組みを進めてまいります。

一般社団法人 宇部市スポーツコミッショ 会長 長谷 亮佑

みんな  
集まれ!

新しいスポーツの秋を  
体験しよう!

健康とスポーツの祭典

# スポーツコミッショナ フェスティ

体育の日

2019

10/14 祝日

恩田運動公園一帯で開催!誰でも気軽に体験できるイベント満載!

## (一社)宇部市スポーツコミッション会員

- NPO法人山口ヘルスプロモーションネットワーク
- 宇部市スポーツ少年団
- 宇部市スポーツ推進委員協議会
- NPO法人コミュニティスポーツくすのき
- NPO法人Goppoええぞなクラブ
- 公益財団法人宇部市体育協会
- 日本中国友好協会山口県連合会太極拳支部
- 公益社団法人日本3B体操協会 山口県支部
- ユーピーアール株式会社
- COCOLAND山口・宇部 ココランドスポーツ
- 株式会社ベストアプローチ(フィットネスクラブ ハバック)
- 株式会社防長スイミング・サークル
- 株式会社宇部スイミングスクール(SSSスポーツプラザ宇部)
- 有限会社末永整骨院・光
- 一般社団法人宇部観光コンベンション協会
- 宇部旅館ホテル生活衛生同業組合
- 宇部商工会議所
- 宇部市レクリエーション協会
- 一般社団法人宇部市医師会
- 一般社団法人宇部歯科医師会
- 一般社団法人宇部薬剤師会
- 社会福祉法人むべの里
- 宇部市障害者ケア協議会
- 社会福祉法人宇部市社会福祉協議会
- NPO法人うべネットワーク
- 山口県(観光スポーツ文化部スポーツ推進課)
- 宇部市教育委員会
- 宇部市(観光・シティプロモーション推進部)
- Boa Forma Studio(ボアフォルマスタジオ)
- スズカダンススクール
- 株式会社レノファ山口
- 山口教科書供給株式会社(幸太郎スポーツ)
- 山口産業株式会社(ゴールドジム山口宇部)
- サイクリング・サロン・ヒロシゲ宇部店
- 宇部ボクシング&フィットネススクール
- 健康かみうべ21
- NPO法人日本マタニティ整体協会

(平成31年4月末現在)

ホームページ用  
QRコードはこちら↓

事務局・お問い合わせ先



一般社団法人 宇部市スポーツコミッション

〒755-0029 宇部市新天町二丁目8番6号  
TEL 0836-39-7653 FAX 0836-39-6584 E-mail info@ube-sc.jp

■Facebookページ「宇部市スポーツコミッション」で検索!

宇部市スポーツコミッション 検索

またはHPアドレス <http://ube-sc.jp/> を入力

