



宇部市 スポーツコミュニケーションだより



スポーツを楽しむ
元気なひとの元気なまち宇部市



勝つぞ!!

チャレンジデー
2018

宇部市 vs 座間市

(山口県)

(神奈川県)

5/30(水)
開催

平成29年度 年間報告(平成29年4月～平成30年3月)

チャレンジデー2017

2017年5月31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。宇部市は3回目のチャレンジとなり、チャレンジデー2017で宇部市が対戦したのは、神奈川県秦野市です。

多数の皆様にご参加いただきましたが、残念ながら対戦相手が上回りました。ご参加いただいた皆様ありがとうございました。チャレンジデーをきっかけに、これからも運動・スポーツを通して、健康づくりにチャレンジしていきましょう!

■チャレンジデー2017対戦結果

	宇部市(山口県)	秦野市(神奈川県)
人口	168,089人	166,453人
参加者	76,605人	79,108人
参加率	45.6%	47.5%



チャレンジデー2018

5/30(水)開催 0:00～21:00

宇部市 vs 座間市
(山口県) (神奈川県)

チャレンジデー2017 ～チャレンジデーアワード「ベストPR賞」受賞～



5月31日(水)に参加した「チャレンジデー2017」において、報道機関等から取り上げられた件数が最も多かった自治体に贈られる「ベストPR賞」を公益財団法人 笹川スポーツ財団様より授与されました。同賞は昨年に続き2回目の受賞になります。

今回は対戦市に僅差で敗れてしまいましたが、次回も報道機関への働きかけとともに、より多くの市民に関心を持っていただけけるよう広報していきます。

宇部日報エクササイズ

宇部日報と共同で日報エクササイズを作成し宇部日報紙面にて日替わりでエクササイズを掲載しました。掲載された一例をご紹介致します。



新春バージョン

2018年1月4日(木)～
1月6日(土)掲載

日報エクササイズ 新春バージョン

① 寝て行う「上半身ストレッチ」

(正面)腰に横で、両手を床の正面に伸ばします。

(横から)腰・肩・耳のウイングが直線になっているか、チェックしましょう。

(正面)肘が伸び、まっすぐに腕が上がっているか、チェックしましょう。

夏バージョン

2017年8月14日(月)～
8月19日(土)掲載

日報エクササイズ 夏バージョン

万歳チェック

筋力以上に運動能力が得意とともに話します。その大きな原因は歩き方ではなく、運動習慣の欠かさが挙げられます。この状態で簡単にできる方法ナックで、ご自身の柔軟性や持久力をチェックしてみましょう。

① ブラス10取り入れ
筋力も柔軟性もよれ
筋力も柔軟性もよれ

② (横から)腰・肩・耳のウイングが直線になっているか、チェックしましょう。

③ (正面)肘が伸び、まっすぐに腕が上がっているか、チェックしましょう。

万歳をした時に腰が引張り上がるのが健常ですが、それが出来ない、腰や肩の筋肉で止まらない人は、二の腕や背中の筋力や柔軟性が不足している可能性があります。太陽は二の腕・背中のエクササイズ、小顎筋二の腕・背中のストレッチ等に組合します。エクササイズとストレッチをした後にもう一度万歳チェックをしてみましょう。

学童保育クラブ向け人財バンク活用プログラム

夏の長期休暇を活用した学童保育クラブ向け人財バンク活用プログラムを市内4学童保育クラブにて、各クラブ4回の教室を開催しました。本事業は継続したプログラムを通して、子ども達の基礎体力の向上と運動習慣の獲得につながることを目的に開催しました。

上宇部学童保育クラブ

子どもヨガ教室



新川学童保育クラブ

レクスポーツ体験教室



黒石学童保育クラブ

3B体操教室



原学童保育クラブ

リズムダンス教室



笠川スポーツ財団 共同実践事業

～チャレンジデーに向けてホップ・ステップ・ジャンプ！～ プレ・ポストイベント

「チャレンジデーに向けてホップ・ステップ・ジャンプ！」は、宇部市スポーツコミッショング有する質の高い指導者を市内に派遣し、運動・スポーツ・レクリエーションの教室を開催し、チャレンジデーの参加率向上につなげていく取り組みです。

本事業はプレイベント期間として4月中、ポストイベント期間として6月10日～8月30日の期間で開催し全8拠点13教室を開催し、延べ457人の方にご参加いただきました。

株式会社宇部塗料商会

腰痛予防の為の
15分間の運動



アイランドゴルフガーデン宇部

ゴルフストレッチ



万倉校区コミュニティ推進協議会

スロージョギング®講習会



セントラル硝子㈱宇部工場

腰痛や肩頸の痛みの
予防や対策の講義と実技



(有)ミセスヘルパー「喜楽苑」

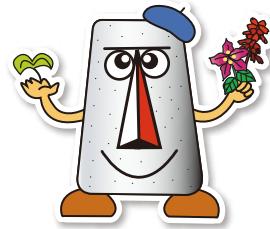
ゆっくり・易しく・楽しく
できる体操



※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。

宇部市スポーツコミュニケーション認証事業

「宇部市こども元気体操 ~シャキッ!とGo!Go!チャッ!チャッ!チャッ!~」



「宇部市こども元気体操」は宇部市スポーツコミュニケーション認証事業により制作し、音楽は熱血テレビの主題歌等で聴きなじみのある音楽の制作をされている「のぎこうせい」様にご担当いただき、体操の振り付けは参加団体の「スズカダンススクール」様にご担当していただきました。「宇部市こども元気体操」はリズム感あふれるノリの良い音楽と親しみやすい体操の振り付けで、身体を動かすことの楽しさを知り、運動への関心を高め、基礎的な運動機能が獲得できるような内容になっています。スポーツ等を行う前の準備体操にもなり、身体を温め、運動のパフォーマンス向上も期待できます。

11月5日(日)
宇部まつり本祭のステージイベントにて
お披露目

巡回指導教室
(宇部さくら幼稚園)

宇部市こども元気体操の動画撮影をときわ公園
(動物園・ミュージアム・野外彫刻の丘)にて行いました。
撮影にはスズカダンス元気キッズにもご協力頂きました。

完成動画は右記QRコードからご確認いただけます。

2017年度「スナッグゴルフ教室」終了

9月30日(土)から3月3日(土)まで、篠田政茂プロの指導の下、全10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す。練習拠点として、宇部72カントリークラブ江畑池コース練習場をメイン会場として実施しました。また、ゴルフステージHBACC様にもご協力いただき、練習会場として使用させていただきました。その他、雨天時などはゴールドジム山口宇部店様にご協力いただき、室内ゴルフレンジを活用し、練習しました。まずは2018年度開催のスナッグゴルフの県大会出場を目指してがんばっています。

これからもスナッグゴルフ教室を通じて、ジュニアゴルファーの育成をサポートしていきます。





キッズうべたんを活用した スポーツスタートプログラムの開催

7月22日(土)～8月27日(日)で「キッズうべたん」が開催されました。「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。昨年夏のキッズうべたんでは45のプログラムが開催されました。宇部市スポーツコミッションではキッズうべたんを活用し、スポーツスタートプログラムを5プログラム開催しました。今回のキッズうべたんのスポーツスタートプログラムを通して、総勢138人の子ども達に参加していただきました。



レノファ山口FCホームゲーム応援バスツアー

© 2015 RENOFA YAMAGUCHI CO., LTD.

2017シーズンのレノファ山口FCのホームゲーム応援バスツアーを4回開催しました。宇部市のまんが家＆イラストレーターのうえだのぶさんに、宇部市ご当地所属選手の渡辺広大選手のまんが似顔絵を描いていただき、バスツアー等で活用しました。応援バスツアーでは渡辺選手のサイン入りグッズが当たるbingo大会を実施し、試合会場まで楽しく移動しました。2018シーズンも一緒にレノファ山口FCを応援しましょう！



うべ探検博覧会2017Autumnを活用した スポーツ・ヘルスツーリズム開催

うべ探検博覧会2017Autumnは11月11日(土)～12月10日(日)の期間で開催され、宇部市内を中心としたプログラムを37プログラム実施しました。うべ探検博覧会2017Autumnは「まちあるき」「歴史散策」「あそび」「ものづくり」など、参加者に宇部市の魅力を発見してもらえるような大人向けの体験型プログラムです。宇部市スポーツコミッションでは、着地型のスポーツ・ヘルスツーリズムを4プログラム開催し、託児付きのヨガプログラムを1プログラムの計5プログラム実施しました。



世界を旅する植物館で
ヨガ体験&ガイドツアー



動いて・食べて・癒される
ヘルシーエベント♪



スロージョギング®で
野外彫刻散策&青空ヨガ



宇部かま工場見学&
清水庵で癒し体験



ようこそ！石川佳純選手 ～子ども夢教室特別版～



卓球台の隅に置いた的を30秒で打ち抜くチャレンジもしていただきました。
見事チャレンジを達成し、最高のガッツポーズもいただきました。

企業版ふるさと納税を活用し、現役オリンピアンの石川佳純選手を宇部市にお招きし、市内の中学校2校にて子ども夢教室特別版を開催しました。石川選手には午前に黒石中学校、午後に川上中学校を訪問していただきました。両校ともに全校生徒と教職員、地域関係者などがそれぞれの体育館に集い、両校合計で約800人が石川選手の講演や卓球の実演を楽しみました。



写真提供：山口宇部経済新聞

共生社会ホストタウンキックオフィベント ～心のバリアフリー♥観光まちづくりフォーラム～

2月17日(土)～18日(日)、宇部市ときわ湖水ホールにて「心のバリアフリー♥観光まちづくりフォーラム」を開催しました。国が、2020年東京オリンピック・パラリンピックの開催を契機に、共生社会の実現を推進するために新設した「共生社会ホストタウン」に、本市が全国で初めて登録されました。パラリンピアンやパラアスリート等との交流を通じて、アートとスポーツを柱とした心と街のバリアフリー化に取り組み、誰もが生き生きと暮らせる共生社会の実現を加速していきます。また、これらを特色としたユニバーサルツーリズムを推進し、街の活性化に取り組みます。その取り組みの第一弾として「心のバリアフリー♥観光まちづくりフォーラム」を開催しました。



デフサッカー日本代表ゴールキーパーの松元卓巳選手を派遣していただきました。



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(神原小学校、吉部小学校、鵜ノ島小学校)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。

パラリンピアン講演会では、ウィルチェアラグビー(車いすラグビー)官野一彦選手(リオパラリンピック銅メダリスト、ダッソー・システムズ所属)による、講演会を実施しました。

官野選手に加えて、パラバトミントン尾形千笑選手(大成建設所属)も参加して、子どもたちと一緒に戦略を考えながらボッチャを楽しみました。今回は総勢124名(神原小学校44名、吉部小学校24名、鵜ノ島小学校56名)の生徒様と交流しました。



スポーツコミュニケーションフェスタ ～健康とスポーツの祭典～

10月9日(月・祝)体育の日に「スポーツコミュニケーションフェスタ」を宇部市恩田運動公園一帯で開催しました。絶好のスポーツ日和のなか、2000名の来場者が訪れ、大盛況のイベントとなりました。

俵田翁記念体育馆



バブルサッカーエクスペリエンス会

陸上競技場 ~スポチャレ祭2017開催~



ニュースポーツの
体験や体力測定など



食のブースでは
大鍋を使った
宇部パエリアを
初お披露目

ユーピーアールスタジアム



体操・ダンス・
少林寺拳法・ヨガ・
障害者スポーツなど

NEW
恩田プール前で
スケボー教室



補助競技場では
レノファ山口FC
運動教室を
開催しました。

次回の
開催

2018年10月8日 祝日

体育の日

* 2018年度は俵田翁記念体育馆が改修工事となる為、恩田運動公園をメイン会場、アクトビレッジおのをサテライト会場として規模を拡大し、開催を予定しています。

バスケキッズフェスティバル クリニックフェス

10月9日(月・祝)体育の日に「バスケキッズフェスティバル クリニックフェス」を開催しました。これからバスケットボールを始めようと思っていたり、取り組みを始めたばかりの小学生を対象にバスケットボールの楽しさを伝えることを目的にしたオリジナルプログラムです。講師にオリンピアンの永田睦子さんをお招きしました。また、保護者や指導者の方にも、お子様を支えるのに必須な知識が身に付くセミナーを実施し、シューズ選びのポイントやインソールについて紹介されました。総勢約140人の子ども達にご参加いただき、永田さんにバス・ドリブル・シュートの基本を丁寧に分かりやすく教えてもらい、自由時間にも練習する姿も多く見られました。



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

フェスティ

体育の日

2018

10/8 祝日

誰でも気軽に体験できる
イベント満載!

[メイン会場] 恩田運動公園 [サテライト会場] アクトビレッジ小野にて開催予定!

宇部市スポーツコミッショントークン参加団体

- NPO法人山口ヘルスプロモーションネットワーク
- 宇部フロンティア大学短期大学部
- 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
- 宇部市レクリエーション協会
- 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)
- ネクシス・フィットネスクラブ
- 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
- パークレーン宇部
- 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
- 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
- 宇部薬剤師会
- 宇部市老人福祉施設連絡協議会
- 社会福祉法人むべの里
- 社会福祉法人光栄会
- 医療法人和同会宇部西リハビリテーション病院 トレーニングセンターFIT
- NPO法人日本マタニティ整体協会
- 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
- Boa Forma Studio(ボアフォルマスタジオ)
- 健康かみうべ21
- 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)
- スーパースポーツゼビオゆめタウン宇部店
- 山口県(観光スポーツ文化部スポーツ推進課)
- 宇部市

(平成30年3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

宇部市スポーツコミッショントークン事務局 (宇部市 観光・シティプロモーション推進部)
(文化・スポーツ振興課内)

〒755-8601 宇部市常盤町一丁目7番1号
TEL 0836-34-8629 FAX 0836-22-6083 E-mail usc@helen.ocn.ne.jp

■Facebookページ「宇部市スポーツコミッショントークン」で検索!

宇部市スポーツコミッショントークン 検索

またはHPアドレス <http://ube-sc.jp/> を入力

