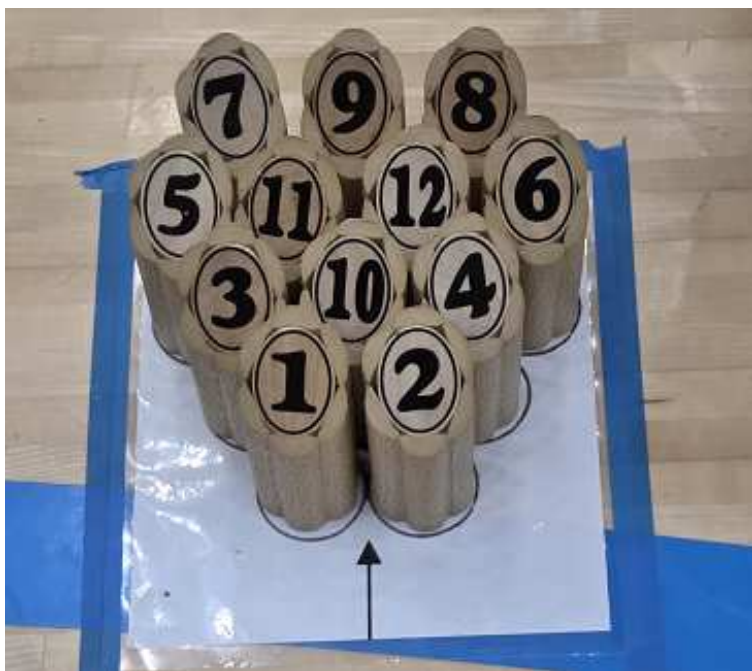


令和 8 年度三重県スポーツ推進委員研修会

とき：令和 8 年 10 月 3 日（土）

ところ：日硝ハイウェアリーナ サブアリーナ



スポーツ推進委員としての資質の向上及び県内のスポーツ推進委員間の交流を図ることを目的に、三重県スポーツ推進委員協議会 第 1 事業部会（女性部会）が主催し、各種目の競技ルール説明や、運営を四日市市スポーツ推進委員 26 名に援助いただき研修会が開催されました。その模様をお伝えします。

参加対象は、各市町スポーツ推進委員と生涯スポーツ主管課スポーツ推進委員担当者（事務局）です。

当日は、三重県下各地からスポーツ推進委員 131 名と、事務局 19 名の計 150 名が参加しました。

開会行事のあと、ウォーミングアップ体操（ACP）を行い、「言うこと一緒、やること別」の反対動作や、「ジャンケンむかげ」を行いました。「ジャンケンむかで」とは、数人チームのむかでが他チームとジャンケンして負けたら、勝ったチームの後ろに繋がっていくゲームです。最終的には、150 名が一つの輪になり、一体感を感じられるゲームでした。

その後、「テニボン」と、「モルック」に分かれて研修を行いました。

テニボンとは、テニスとピンポンを合わせた誰でも気軽に出来るスポーツです。コートはバドミントンコートを使用するので、狭い場所でも楽しめ初めてでもラリーが出来るスポーツです。今回は、四日市市スポーツ推進委員協議会ルールを採用して、アンダーサーブで始める等、より初心者に易しいルールで体験しました。

モルックはフィンランドで始まったゲームを元に開発されたスポーツです。

参加した委員は、それぞれルールを学び、体験して、地元を持ち帰ろうと取り組んでいました。

記事：furuichi