

市では、令和4年3月に「スポーツ推進計画」を策定しました。スポーツをすることは、体や心の健康増進だけではなく、スポーツを通じた交流によって、地域参加が促され、仲間づくりへとつながります。

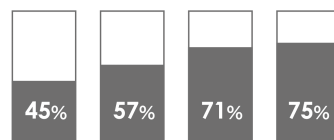
計画では、自ら身体を動かして行う『する』ことだけではなく、することが苦手な方は、スポーツ観戦などの『みる』こともスポーツ、運営側としてスポーツイベントに関わるような『ささえる』ことについてもスポーツとしています。

今月号では皆さんがそれぞれのライフスタイルに合わせてスポーツを身近に楽しんでもらえるように、市内での活動をご紹介します。

2から3ページの間合せ: スポーツ推進課 ☎982・6800 FAX 983・1867

## スポーツをすると生活の充実感がUP!!

スポーツと生活の充実感の関係性  
「充実を感じている」と答えた割合



1週間のうち、スポーツをした日数

出典: スポーツ庁「スポーツの実施状況等に関する世論調査」(令和3年11月調査)

## その2 スポーツ観戦

スポーツは『みて』楽しむこともできます。スポーツ選手の活躍に感動したり、白熱した試合展開にドキドキしたり、さまざまな感情が生まれ、気分転換することができます。ここでは、吉川市出身の現役アスリートや企業スポーツチームをご紹介します。

### おのみつき 小野 光希選手

(スノーボード ハーフパイプ)

北京2022冬季オリンピックに17歳で日本代表として出場。1月にスイスで開催されたワールドカップで初優勝、さらに2月にアメリカとカナダで行われたワールドカップでも見事優勝し、3連勝を飾った。



### みなみ もえか 南 萌華選手

(サッカー)

東京2020オリンピックにサッカー日本女子代表として出場。三菱重工浦和レッズレディースから令和4年7月にイタリア・セリエA・ASローマに移籍。チームの要として活躍中。



### こんのかずや 紺野 和也選手

(サッカー)

令和2年からFC東京に加入し、令和4年にはリーグ戦30試合に出場。令和5年からJ1アビスパ福岡に移籍。鋭いドリブルでチームの攻撃をけん引。J1リーグ2023シーズンの開幕戦では先発出場を飾る。



©avispa fukuoka

### 丸和運輸機関ラグビー部 AZ-MOMOTARO'S

2022シーズン、トップイーストリーグBで優勝を飾り、今勢いのあるラグビーチーム。さらなる上のカテゴリーへの昇格を目指し、日々厳しい練習を重ねている。市では昨年11月に試合観戦ツアー「Go To ラグビー」を実施した。



## その3 スポーツを支える

スポーツイベントをボランティアスタッフとしてサポートすることでもスポーツに関わることができます。ここでは、ご近所♪スポーツ教室を開催するためにサポートしてくれている人たちを紹介します。



ほそい ともこ  
細井 知子氏  
ピラティス

カラダを心地よく動かす小さな一歩を♪



なかの ちえこ  
中野 智恵子氏  
笑いヨガ

笑って元気!



よしひ まさひろ  
吉井 将充氏  
太極拳

皆さんの健康寿命が延びることをお祈りしています。



さとう きょうこ  
佐藤 恭子氏  
リズム体操

自宅でする簡単な体操をみんなでやりましょう!



えのもと かおり  
榎本 薫氏  
キックボクシング

ぜひ一度、体験にきてください。お待ちしております。



のみやま さちこ  
野見山 佐知子氏  
自彊術

体操をして、体も心もリラックスしましょう!