

北区のスポーツ推進委員として大学生の間に2年間活動し、地域の方々やスポーツを通じてつながる貴重な経験ができました。特に大学生が主体となって運営した企画は、準備の大変さ以上に達成感が大きく、参加者の笑顔が強く印象に残っています。これらの経験は、協力して一つのことを作り上げる力を学ぶ大切な機会になりました。(鎌倉柚葉)

2年間スポーツ推進委員として活動し、中でも企画を完遂するための段取りを見て、実践して学びました。また、学生という立場で地域のスポーツ推進活動に携わるといった貴重な経験は自分にとって大きな糧になりました。(梶野弘貴)

北区のスポーツ推進委員として活動し、スポーツが世代を超えて人をつなぎ、地域を活性化させる力を実感しました。行政と連携しながら事業に関わる中で、地域づくりの仕組みも学びました。今後はこの経験を活かし、行く先々でもスポーツを通じてさまざまな人と関わっていきたくと考えています。(根本真紗貴)

スポーツ推進活動を通して、地域スポーツは勝利を目指して練習を行う場だけではなく、人と人との距離を縮める場でもあると感じました。スポーツの中で生まれる自然な会話、特にキンボールスポーツでの熱い掛け声と交流は今でも忘れられません。幅広い年齢層の方々やスポーツを通して関わる経験は、大学生活の中でも特に貴重なものとなりました。(篠島芽来)

北区スポーツ推進委員協議会の活動に参加させていただき、地域スポーツが人と人をつなぐ力を持っていることを実感しました。また、世代を超えて同じ時間を共有し、身体を動かすことで自然と笑顔や会話が生まれる場合は、地域のつながりを支える大切な存在だと感じています。大学生として参加する中で、地域の方々や関わる貴重な機会をいただき、多くの学びや気づきを得ることができました。(望月日南子)

北区のスポーツ推進委員として活動した2年間は、新しい経験にあふれ、充実した日々でした。スポーツイベントの企画・運営に携わる中で、地域の方々とのつながりを実感し、スポーツの楽しさを伝える喜びを味わうことができました。改めてスポーツの素晴らしさを感じた2年間でした。この経験を大切に、今後も地域とのつながりを大切に歩んでまいります。(猿田真海)



北区スポーツ推進委員 活動報告ダイアリー

スポーツ推進委員協議会では主に次のような活動を行いました。

令和7年4月

4/13 スポーツ推進委員ワークショップ (協)

5月

5/6 コミスポフェス (地)

5/12 モルック指導 (地)

5/24 東京国際フランス学園学園祭 (キンボールスポーツ体験会) (地)

6月

6/1 ピックルボール講習会 (協)

6/8 初心者向けノルディックウォーキング (般)

6/27,28 関東スポーツ推進委員研究大会「山梨大会」(研)

6/28 キンボールスポーツ体験会 (般)

6/30 スラックライン講習会 (協)

7月

7/11 滝野川老人いこいの家「ポッチャ体験会」(地)

8月

8/5 スポーツツリスマネジメント講習会 (研)

8/24 スポーツ体験会 (般)

8/29 モルック体験会 (職員交流) (地)

9月

9/6 豊島中央通りオータムパーティ (スラックライン) (地)

9/7 初心者向けノルディックウォーキング (般)

9/15 ミニ KITA-CUP (キンボールスポーツ) (般)

9/21 バスバイク「江の島」実踏 (協)

9/27 東京都スポーツ推進委員広域地区別研修会 (第2ブロック) (研)

10月

10/19 スマイルスポーツデイ (ポッチャ・ピックルボール) (地)

10/25 れっど★しゃっふる「子どもスポーツ縁日」(地)

10/26 コミスポフェス (地)

11月

11/3 北区モルック大会 (般)

11/9 バスバイク「江の島」(般)

11/9 北区テニスフェスティバル 2025 (地) (中止)

11/13,14 全国スポーツ推進委員研究協議会「長野大会」(研)

11/14 第2回ポッチャ体験会 (地)

11/16 青少年桐ヶ丘地区委員会スポーツ体験会(モルック・スラックライン) (地)

11/23 KITA-CUP2025 (キンボールスポーツ) (般)

11/29 モルック・スラックライン体験会 (般)

12月

12/14 初心者向けノルディックウォーキング (般)

12/14 六校連キンボールスポーツ実行委員 (地)

12/28 ピックルボール練習会 (協)

令和8年1月

1/11 青少年昭和田地区委員会「新年遊戯大会」(地)

1/11 中級者向けノルディックウォーキング「見沼田圃ロングトレイル」実踏 (協)

1/17 東京都地域スポーツ支援研究会 (区部) (研)

1/18 初心者向けノルディックウォーキング (般)

1/29 ウォーキングフットボール勉強会 (協)

2月

2/1 ポッチャ体験会 (般)

2/8 冬の親子運動会 (般) (中止)

2/8 スポーツ体験会 (般) (中止)

2/8 小P連・赤羽東地区会「お別れスポーツ交流会」(モルック) (地)

2/11 東京都地域スポーツ支援研究会 (市町村部) (研)

2/15 中級者向けノルディックウォーキング「見沼田圃ロングトレイル」(般)

2/21 東京都地域スポーツ支援研究会 (全域) (研)

2/22 ピックルボールプレ運動会 (般)

3月

3/15 モルック・スラックライン体験会 (般)

3/20 東京23 とことこ散策ツアー (地)

北区のスポーツ推進委員としての活動は、教えたり広めるだけではなく、一緒に楽しむ立場でスポーツに関われた時間でした。地域の方と同じ目線で体を動かしながら、スポーツが人と人を自然につなげてくれるのだと実感しました。また、自分自身が初めて経験する競技がたくさんあったことで、スポーツをまず楽しもうという考え方に変わりました。この経験を糧に、スポーツを通して人と人をつなぐ存在でありたいと思います。(小林花音)

北区のスポーツ振興を通じて、様々な方との縁を育むことができました。大学とは違ったフィールドで得た経験は、私自身の強みになったと思います。卒業し別の形になるとは思いますが、今後もまた北区のスポーツシーンの発展に貢献していきたいです。(宮崎辰彰)

Sport de KITA

スポーツ・デ・キタ

ささえる人がいる、広がるスポーツ。

地域のスポーツは、参加する人だけでなく、ささえる人によって成り立っています。北区スポーツ推進委員協議会では、区民の皆さんが気軽に体を動かせる場づくりを続けてきました。イベントや教室、体験会を通して、世代を超えた交流が生まれています。スポーツを「する人」「ささえる人」「つなぐ人」、そのすべてが地域の元気をつくっています。これからも北区の皆さんとともに、身近で続けられるスポーツ環境を広げていきます。



令和7年11月3日 北区モルック大会参加者のみなさんと



会長 葛西大

皆様、こんにちは。北区スポーツ推進委員協議会会長の葛西です。日頃より当協議会の活動に対し、多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。私たちは、誰もが気軽にスポーツに親しめる環境づくりを目指し、キンボールスポーツやソフトバレー、フットサル、バドミントン、卓球、ピックルボールをはじめ、スラックライン、ポッチャ、日帰りハイキング、ノルディックウォーキングといった、多種多様なスポーツを通じて、地域の皆様の健康増進と交流の場を提供してまいりました。特に今期は、新たな試みとしてピックルボールとモルックの交流会を事業化いたしました。開催当日は多くの区民の皆様にご参加いただき、「初心者でも楽しめた」「また開催してほしい」といった大変温かいお声を頂戴しました。この大きな反響を受け、これらの交流会は次年度以降も継続して実施することを決定いたしました。今後も、スポーツを通じて世代を超えた笑顔と絆が広がるよう、委員一同全力で取り組んでまいります。皆様の積極的なご参加を心よりお待ちしております。



江ノ島ハイク

ハイキング・ウォーキング

【秋のイベント江ノ島フォトツアー】

令和7年11月9日(日)、数人のグループで地図を見ながら、江ノ島の名所であるチェックポイントの写真撮影をしてゴールするフォトハイクのイベントを実施しました。

心配していた天候も持ち直し、フォトコンテストもとても好評でたくさんの方に楽しんでいただけましたので、今後も写真イベントを開催したいと思います。是非ご参加ください！



KITA-CUP

キンボールスポーツ

【北区を熱くする！年に一度のキンボールの祭典】
北区キンボールスポーツ交流会、通称「KITA-CUP」は、北区スポーツ推進委員協議会の一大イベントです。

令和7年11月23日(日)、滝野川体育館にて、第18回目の大会が開催されました。会場は熱気と歓声に包まれ、白熱したプレーが繰り広げられました。スポーツの楽しさと感動を共有する一日として、地域の絆を深める場にもなっています。



活動報告

～北区民の皆さまとともに～

北区スポーツ推進委員協議会では、地域の健康づくりと交流促進を目的として、年間を通じて多彩なスポーツ事業を展開しています。ノルディックウォーキングやバスハイキング、各種スポーツ体験会のほか、バドミントン、卓球、フットサル、ソフトバレー、ピククルボール、モルック、ボッチャ、スラックラインなど、幅広い世代が楽しめる活動を行っています。

モルック大会

モルック

【第1回北区モルック大会を開催！】

令和7年11月3日(月)に赤羽体育館サブアリーナで、記念すべき第1回モルック大会を開催しました。SDGsの理念に基づいた環境配慮型のイベントとして、地域交流の促進や北区におけるモルックの普及を目指し開催された本大会では、20チーム94名にご参加いただき大盛況となりました。

将来的には、継続的に開催される地域の恒例イベントとなることを願い、今後につながる第一歩として取り組んでまいります。



ピククルボールプレ運動会

ピククルボール

【今年度イチオシ！ピククルボール】

令和8年2月22日(日)に、桐ヶ丘体育館にて、記念すべき第一回プレ運動会が開催されました。70人弱の参加者の方に、ゲームを楽しんでいただき、是非次回も参加したいとのアンケート結果も多数集まりました。

アメリカ発祥のスポーツで、日本でも近年注目が高まっています。多くの区民の皆さまが触れ合えるよう、引き続き体験会等を開催していきます。



スポーツ体験会

【親子で楽しく！スポーツ体験会】

令和7年8月24日(日)滝野川体育館にてスポーツ体験会を実施しました。

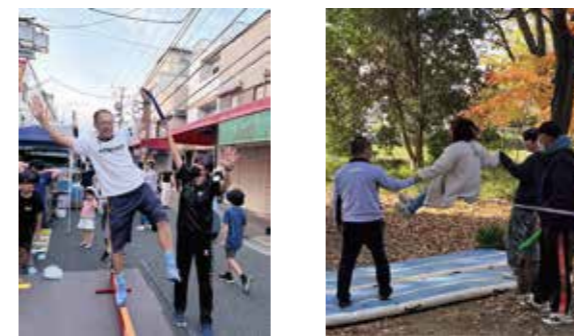
参加者の皆さまには、スラックライン・モルック・ピククルボールの3種目を好きな順番で楽しんでいただきました。

次年度も開催を予定していますので、是非親子でご参加ください！



スラックライン体験会

幅約5cmのベルト(ライン)の上で、歩行やジャンプなどの技を楽しむアメリカが発祥のバランス系スポーツです。体幹やインナーマッスルを鍛えられるため、フィットネスや遊び、競技として人気です。令和7年度は商店街や公園など屋外のイベントも多数実施しました。



ボッチャ体験会

令和8年2月1日(日)

に実施したボッチャ体験会では、ボッチャ競技を理解していただき、家族や高齢者とのふれあいが大変よかったと好評でした。



定期開催 ※活動日はHPをご確認ください。

バドミントン

初めての方も安心してご参加ください。ランクのある方も無理なく楽しめます。



卓球

和やかな雰囲気を楽しめます。無理なく続けられる身近なスポーツです。



ソフトバレー

やわらかいボールで行う四人制のバレーボールです。体力に合わせて楽しめます。



フットサル

初心者から経験者まで参加しています。声をかけ合いながら楽しめる場です。



ピククルボール

手軽に始められるラケット競技です。初心者も安心して参加できます。人気急上昇中！



Instagram



Instagram、LINE公式でも、北区スポーツ推進委員協議会のイベントのスケジュールや活動の様子をお知らせしています。

LINE
公式アカウント

