

ニュースポーツとは。

ニュースポーツの本質は

競い合うことよりも“楽しむ”こと！



競技スポーツに比べ「ニュースポーツ」には、以下のような特徴があります。

- ルールがやさしい
- 運動量が適度
- 年齢や男女によるハンディが少ない

ニュースポーツには、子どもから高齢者まで、また、障害の有無にかかわらず、みんなでいっしょに楽しむことができるものが数多くあり、生涯スポーツの推進・幅広い年齢層のスポーツライフを豊かにするものとして、全国各地で盛んに行われています。

例えば、こんな場面で。

- 運動は苦手だけど、健康のために体を動かしたい。
(苦手だと思って遠慮する人を行事に参加させたい)

運動を始めたいけど、下手で恥ずかしい、みんなについていけないなどの理由でちゅうちょしている人はいませんか。

また、運動が苦手だと思っている人は、運動会や球技大会など、体育関係の地域行事への参加を遠慮しがちです。ニュースポーツの中には、もともとあったスポーツを改良し、運動が苦手な人、子どもや高齢者でも始めやすいように工夫されているものもあります。

(球を大きくして、スピードを出にくくしたり、ラケットを短くして扱いやすくしたり・・・)

例えば、スポンジテニス、ラージボール卓球、ファミリーバドミントンなど

- 地域のウォーキング大会を計画しているけど、天気予報は雨・・・

せっかく地域の皆さんが集まる機会。中止にするのはもったいないですね。

あらかじめ雨天の場合を想定し、小・中学校の体育館などを借りておけば、対応できます。

準備が楽なニュースポーツを知っておくと、急な変更でも負担にならず、ルールも簡単なので、初めての皆さんもすぐに楽しめます。

例えば、室内ペタンク大会、アジャタ大会など

- 最近、地域住民同士のつながりが弱くなった・・・？

地域に住む子どもの顔も名前も知らない・・・。都市化や核家族化などの影響もあり、そんなケースも多くなっているのではないのでしょうか。昔は、地域の大人が地域の子どもの見守り、親は子どもを外で遊ばせるのも安心でした。いっしょに何かをすることで、ぐっと親密になるので、そんな機会をつくることも大切です。子どもと大人・高齢者で差がつきにくいニュースポーツだったら、いっしょに遊ぶことができ、お互いを知るきっかけになるかもしれません。

例えば、キンボール、公式ワナゲ、カローリングなど

ニュースポーツの用具貸出し、ルール等についてのご相談は、久留米市スポーツ協会まで

- TEL : 0942-33-5453
- FAX : 0942-38-2259