

石内

河内

八幡

八幡東

五日市観音西

五日市観音

五月が丘

美鈴が丘

SAEKI

第53号

令和8年(2026年)3月発行

佐伯区スポーツ推進委員協議会

会長 埴田 栄樹

編集 広報部

広島市スポーツ推進委員
公式ホームページ



五日市中央

五日市

五日市東

五日市南

楽々園

藤の木

彩が丘

湯来



パークゴルフのコースには本格的なゴルフのように勾配やバンカーなどのハザードもあります。あいにく当日は小雨が降ったり止んだりの悪天候。

廿日市湾を見下ろすクラブハウスを拠点に、佐伯区スポーツ推進委員一日研修が行われました。今回研修したのはパークゴルフという競技でした。パークゴルフとは、グラウンドゴルフに似たボールとクラブを使いますが、ルールはゴルフに近く、カップ(ホール)から遠い人から打っていく競技です。コースも運動場など平坦な場所で行うことが多いグラウンドゴルフと違い、

佐伯区スポーツ推進委員一日研修

令和7年9月28日(日)

廿日市パークゴルフ場

五日市中央学区 兼光 宏和



しかし、午後の部は雨も小降りになり、天候を気にすることもなくなり、集中できるようなになりました。雨をたっぷり吸った芝生は、予想以上にボールの抵

ることになりました。スタート時はまだ小降りでしたが、途中から本降りとなり、レインコートがないことによる集中力の欠如もあり、午前中の成績はあまり振るいませんでした。



ベテランの推進委員さんたちは当然のようにレインコートを着用されていたが、準備不足だった私は折りたたみ傘だけで競技す



お昼に食べた豪華なお弁当もおいしく、楽しい充実した研修の時間を過ごすことができました。

抗となり、強く打つても途中でボールが勢いを失います。この「重たい芝」という普段とは異なるコンディションがかえって好機となりました。強く叩く必要があったことが奏功したのでどうか、見事午後の部で自身初の優勝という快挙を達成することができました！

これからはレインコートの準備不足を教訓に、何事もしっかりと準備をして各種イベントに臨むよう肝に銘じていきたいと思っています。最後に廿日市湾にあるこのパークゴルフ場は南端にあるため、なかなか一般の人に周知されにくい状況とのことでした。整備された素晴らしい芝の美しいコースです。是非みなさんも一度行ってみてはいかがでしょうか。

第40回ふれあい運動会

令和7年10月25日(土)

佐伯区スポーツセンター

五日市東学区 三代 秀和



【開会式】

今回の運動会には、佐伯区内の社会福祉法人順源会をはじめとする障がい者支援施設や育成会、シニアクラブなど、幅広い施設・団体から多数の皆さまが参加されました。地域のさまざまな立場の方々が一堂に会し、

コロナ禍やスポーツセンターの改修工事の影響によりしばらく開催が見送られていた「ふれあい運動会」が、このたび実に6年ぶりに開催されました。待ち望んでいたイベントの復活ということもあり、会場には開始前から温かな雰囲気がいっぱい、多くの関係者や参加者の皆さんの笑顔が印象的でした。佐伯区スポーツ推進委員は、競技の準備や会場設営、さらには司会進行など、運営全般にわたり協力をさせていただきました。

年齢や障害の有無を超えて交流できる貴重な機会となりました。

競技では、障害を

お持ちの方とシニ

アクラブの方がペア

を組み、「ボウリング競争」や「ミニゲートボール」な

ど、二人一組で協力しながら進める種目が特に盛り

上がりました。ほ

かにも全8種目

の多彩なプログラ

ムが用意され、参

加された皆さん

は競技ごとに声

を掛け合い、楽し

みながら取り組ま

れていました。見て

いる私たち運営

側も元気をもらえ

る、まさに大運

動会となりました。

健康者である私

の視点ではありま

すが、障害をお持ち

ちの方々が笑顔を

絶やさず、仲間と

ともにいきいきと



【ボール運び】

は競技ごとに声を掛け合い、楽し



【ミニゲートボール】



【玉入れ】



【ハチマキ団解体作業に奮闘中!!】

任の重さも強く感じました。地域全体で支え合う、環境づくりを継続していくことの大切さを改めて実感した一日となりました。

運動を通じて自然と輪が広がっていく様子を目にし、改めてスポーツの持つ力を実感する時間となりました。私は今回、開会式と閉会式の司会を担当させていただきました。緊張感に包まれながら臨みましたが、手話サークルの皆さんとタイミングを合わせるため、ゆっくりとした口調で進行する難しさや工夫の大切さを学ぶことができました。貴重な経験をし、自分自身も成長できたと思



【パン食い競走】

区民まつりに出店する意義

五日市観音西学区 迫 健



私がスポーツ推進員になって数年が経ち、やっと慣れてきたところですが、いつも心掛けていることがあります。それは何事も真剣に取り組み、なおかつ楽しく元気を出して行動するということです。そのことはスポーツ推進委員全員の想いだと感じています。普段は生涯スポーツなどを研修して地域に持ち帰り、他団体の協力を得ながら普及することが主な活動としています。このスポーツ推進委員が今後、何ができるのか、何をすべきなのかをみんなで考えたい。先日、広島市スポーツ推進委員の研究大会で「スポーツ推進委員の夢」というテーマでグループ毎に分かれて話し合いをしました。その中で出た夢として「オリンピック選手を出したい」とか「地域を元気にしたい」とかいろいろな意見が出ました。そんな話し合いの中でスポーツ推進委員に対してこれまで

以上の役割が求められているように感じました。それは私にとって望むところでした。最近、近隣の学区からもいろいろな話が入ってきます。「町民運動会がなくなった」「祭りがなくなった」とか「町内会の運営が大変で行事も少なくなった」という話を聞き、社会問題にもなり得る人間関係の希薄化に対して、何かできることはないかと思っています。



せたり、町内会の運営や希薄化する人間関係の立て直しなどはとても難しいと思っています。しかし、みんなが笑顔になれるお手伝いはできます。スポーツは人を元気にします。生涯スポーツを通して、人と地域に楽しく健康な生活をもたらす活動をしなから、このスポーツ推進委員の素晴らしい仲間たちとともに、楽しみながら地域を明るくしていきたいと考えています。



とはいえ、無くなった行事などを復活させた行幸などを行なっています。しかし、み

しかしスポーツ推進委員の知名度が低いので、もっと上げていきたいです。その一つの方法として佐伯区民まつりの運営に協力し、出店しています。まつりを盛り上げ、佐伯区を元気にすると同時に、推進委員の知名度を上げる



ことにもつながるので出店する意義は大いにあると思います。これからもスポーツ推進委員全員で楽しく、元気を出していきたいと思っていますので、よろしく願います!!



チャレンジコーナーの受付業務を体協役員の方々と一緒におこないました
(あいにくの雨模様でした)

ピックルボール研修会

令和7年11月17日(月)

八幡小学校体育館

五日市観音学区 佐々木 康夫

下期実技研修として「ピックルボール」の研修を受
けました。

協会で活動されている指導者4名を招き、佐伯区
スポーツ推進委員は35名が参加しました。

私は、「ピックルボール」と言うスポーツは見たこと

も聞いたこともなく初め
ての体験でした。



イズの穴の開いた固いプラスチック製の軽いボール
を打ち合います。

参加者の多くは初めての体験のため、最初の軽いラ
リーの練習時点で、奇声とともにボールがあちこち
に飛んでいました。

指導者の方は老若男女の誰もが始められる軽いス
ポーツと紹介されましたが、コート内をダッシュしま
くる、なかなかハードな運
動量でした。

ある程度体が温まった
ところで、実際のルールに
沿った試合を行いました。
狙ったところに打てなくて
も点数が入れば楽しく、自
然とパートナーと声かけ
をするようになりました。

今回は指導者の方に



点数のカウンターの仕方、サーブ権の移行や打つ位置の
移動などが覚えにくく戸惑う点もありました。

また、試合中は必死でボールを追いかけるため、



ルールの説明をしながら審判を行っていただきまし
たが、大会の予選などでは
審判員はいないとのこと
で、サーブ者が現在の点数
を発声し、皆で確認してか
らサーブを打つという面
白いルールもありました。

テニス、卓球、バドミン
トンに近いルールと聞き
ましたが正式なルールで
行ったことがない私には、



あつという間に点数は
忘れてしまいます。楽
しみながら体を動か
し、脳トレにもなるス
ポーツという印象で
した。

1時間の研修でした
が、初めての私でもある
程度ボールを打てるようになりました。

そんなに広い場所を必要とせず、室内・室外どちら
でもできるスポーツのため、もう少し体験して、親子
で楽しめるスポーツとして広めていくのも面白いと
感じました。是非、皆さんも体験してみませんか？

最後に、指導してくださいました『日本ピックル
ボール協会』の皆さまに深く感謝申し上げます、貴重
な体験をありがとうございました。

編集後記

日本代表の活躍に湧いたミラノ・コル
ティナ冬季五輪。選手たちの笑顔と努力に
たくさんの元気をもらいました。大ケガを
押して奮闘した平野 歩夢選手のガッツや、
ゴールドメダル最有力候補だったイリア・
マリニン選手の悔しそうな表情も忘れるこ
とはできません。スポーツって本当に素晴
らしいですね。私たち推進委員もス
ポーツの大きな輪を広げられるようアクセ
ル踏んで行きましょう！