

～ 令和 6 年度助成事業を紹介します（４） ～

「ニュースポーツに親しもう」



助成事業区分：総合型地域 SC（スポーツクラブ）支援事業

団 体 名：特定非営利活動法人たまかわ元気スポーツクラブ

60才以上の高齢者を対象に、楽しく健康維持・フレイル予防に効果的な、様々なニュースポーツの体験会を開催する事業です。今回は、「体を動かす e スポーツ」が開催されました。

脳トレで頭のウォーミングアップをした後は、一番人気のバドミントンで対戦しました。スクリーン上での対戦ですが、サーブ、レシーブ、スマッシュなど全身を使ってシャトルを打ちます。ラケットの代わりにコントローラーを使用し、シャトルは画面の中で飛んでくるので、球技が苦手な参加者も安心して楽しんでいました。お孫さんたちとも、ゲームと一緒に体を動かすスポーツ時間が増えた参加者もいらっしょるとか。クラブ会員は参加無料、非会員は 1 回 100 円で参加できるので、運動を始めるきっかけづくりにピッタリな教室です。

【ニュースポーツ体験】

○開催日

月 2 回 水曜日

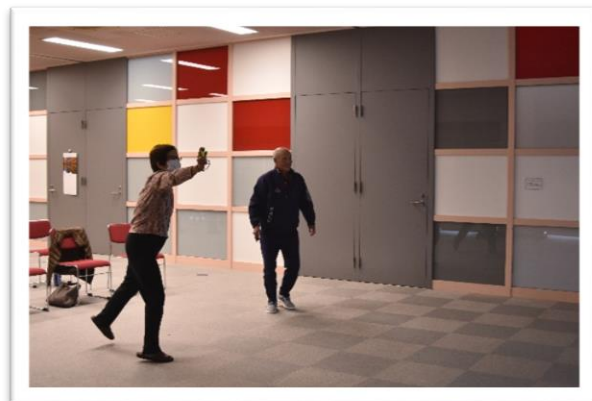
13:30～15:30

○会場

たまかわ文化体育館（玉川村）

○体験種目

ポッチャ、モルック、体を動かす e スポーツ、ノルディックウォーキングなど



会場の大型スクリーンがバドミントンコートです。ラケット代わりにコントローラーを使って、ラリーやスマッシュなどシャトルを打ち合う姿は、実際のバドミントンの試合さながらでした。