

もっと楽しもう！ ニュースポーツ

今年も 用具の無料貸し出しを行っています

「ニュースポーツ」は、子供から高齢者まで年齢を問わず、いつでも、どこでも楽しく簡単にできるスポーツです。

いきいき長寿センターでは高齢者の健康・生きがいづくりの一環として、以下のニュースポーツの普及を目的に用具の貸出を行っています。

新しく用具も増えましたので、是非この機会に地域活動や世代間交流などに御利用ください。

シャフルボード

得点部分を狙って細長い棒(キユ)で円盤(ディスク)を押し出すように滑らせ、合計得点を競うゲーム



インディアカ

羽根のついたボールをバレーボールのルールに準じて素手で打ち合ゲーム



ソフトバレーボール

ソフト化したボールをネット越しに打ち合うゲーム

グラウンド・ゴルフ

スタートからホールポストにできるだけ少ない打数でホールに入れて、合計打数の少ない方

ゲートボール

2チーム対抗の団体ゲーム。1チーム5名で、自分のボールをスティックで打ち、第1ゲート、第2ゲート、第3ゲートを順番に通過させ、最後にゴールボールに当たると上がりとなる



オーバルボール

卵形の円球を前方の得点ゾーンに入るように転がしていくゲーム

ユニカール

特殊なカーペットの上でストーンを滑らせるように投げ、円形の目標地点により近づけることを競うゲーム



ターゲット・バードゴルフ

ルールはゴルフに準じている。シャトルボールはパドミントンの羽根をゴルフボールに取り付けたような形状。ネットホール(ゴール)はパラ



ソルを逆にした形状なので、シャトルボールをふわりと高く打ち上げる技術が必要

スカットボール

ボールをスタートラインからスティックで打ち、スカット台の得点穴に入れ、その合計得点を競うゲーム



ゲーゴルゲーム

ゲーゴル(スティック・ボール)またはゴルフ(パター・ボール)を使い、長方形の競技マットの上の2種類の得点ゾーンを設け、個人あるいは団体による競技者で、対抗形式によって行われる得点を競い合うゲーム



バッグォー

離れて設置したプラスチックボードを目掛けて玉(ビーンバック)を投げる的入れゲーム



囲碁ボール

碁盤にみたてた目(穴)に、黒と白のボールをスティックで

打って五目並べの要領で並べて競うゲーム

ミニテニスゲーム

ウレタン性のボールを使ってテニスのように打ち合うゲーム



ドッチビー

ボールの代わりにディスク型をしたドッチビーを使ってドッチボールの要領で競うゲーム



ディスクゲッター9

ディスク(ドッチビー)を投げて、数字の書かれたパネルを狙うゲーム



大型ジェンガ

サイコロを振って、出た色のブロック(ダンボール製)を抜いて上に積み上げていき、ブロックを崩したら負けとなるゲーム



まんまりもボール

表面に柔らかい突起のあるゴムボールで、投げたり転がしたりと、使い方自由の万能ボール

前年度貸出ランキング ベスト3

第1位	ペタンク(室内用)
第2位	スカットボール
第3位	ユニカール グラウンド・ゴルフ

今年は、ディスクッター9と
囲碁ボールがお勧めです！

利用者からの声

毎月、3～4種程のニュースポーツが体験でき、とても充実した余暇活動が過ごせています。また、職員・他者と楽しく交流が図れることと、リハビリの一環として運動に取り組めることが何よりです。



▲囲碁ボールを楽しんでいる様子

■ ニュースポーツ用具の無料貸出について

受付日時	月曜～金曜の9時～17時（祝・休日、年末・年始を除く。） 事前に当センターまで御連絡ください。
対象者	高齢者もしくは高齢者を主な対象としてニュースポーツを行う機関、団体及び施設等。地域活動や世代間交流としても御利用いただけます。
申込方法	利用の予約は、先着順です。直接当センターへ来所か電話にて受け付けます。貸出当日は、借用希望者が来所し「物品借用書」に必要事項を記入、押印のうえ貸出を行います。貸出期間は、原則として2週間以内とします。貸出及び返却時には、必ず用具の数量、状態について確認を受けてください。 ※「物品借用書」は当センターのホームページからもダウンロードできます。 http://www.okishakyo.or.jp/html/ikiiki/index.htm
注意事項	第三者への又貸しを禁止します。また用具の紛失、破損等があった場合は同等品を弁償していただくことがあります。 用具は、より多くの方が気持ちよく使えるように大切に使用してください。
お問合せ先	沖縄県社会福祉協議会 いきいき長寿センター（担当：齋藤・仲宗根） 沖縄県那覇市首里石嶺町4-373-1 西棟3階 TEL：098（887）1344 / FAX：098（887）1349

No.	競技種目	競技日程	競技会場
総合開会式 9月25日(金) 9:30～10:10 県立武道館アリーナ棟(那覇市)			
【スポーツ交流大会】			
1	ラージボール卓球	9月25日(土) 10:30～17:00	県立武道館アリーナ棟(那覇市)
2	テニス	9月25日(土) 10:30～17:00	奥武山総合運動公園庭球場(那覇市)
3	ソフトテニス	9月25日(土) 10:30～17:00	奥武山総合運動公園庭球場(那覇市)
4	ソフトボール	9月25日(土) 9:00～17:00 9月26日(日) 9:00～12:00	桑江総合運動場(北谷町)
5	ゲートボール	9月25日(土) 9:00～17:00	具志川ゲートボール場(うるま市)
6	ペタンク	9月25日(土) 9:00～17:00	東風平運動公園多目的広場(八重瀬町)
7	ゴルフ	9月24日(金) 7:00～14:00	沖縄カントリークラブ(西原町)
8	マラソン	9月26日(日) 9:00～12:00	県総合運動公園内特設コース(沖縄市)
9	弓道	9月25日(土) 10:30～17:00	奥武山総合運動公園弓道場(那覇市)
10	剣道	9月25日(土) 10:30～17:00	県立武道館第二錬成道場(那覇市)
11	グラウンド・ゴルフ	9月25日(土) 10:30～17:00	奥武山総合運動公園陸上競技場(那覇市)
12	太極拳	9月25日(土) 10:30～17:00	県立武道館第一錬成道場(那覇市)
13	ソフトバレーボール	9月25日(土) 10:30～17:00	県立武道館アリーナ棟(那覇市)
14	ダンススポーツ	9月26日(日) 9:00～17:00	県総合福祉センターゆいほーる(那覇市)
15	ボウリング	9月25日(土) 12:30～18:00	サラダボウル(那覇市)
16	選層軟式野球	9月25日(土) 10:30～17:00 9月26日(日) 9:00～17:00	瀬長島野球場(豊見城市)
【文化交流大会】			
17	囲碁	9月25日(土) 17:00～17:00	県総合福祉センター501教室(那覇市)
18	将棋	9月26日(日) 17:00～17:00	沖縄市立中央公民館作法室(沖縄市)

高齢者に適したスポーツ、文化活動等を通じて健康の保持・増進と参加者相互の交流を図り、生きがいと健康づくりを進めることにより、明るく活力あふれる長寿社会づくりの促進に寄与することを目的に平成22年9月24日(金)から26日(日)までの3日間、奥武山総合運動公園を主会場に、県内各会場において18競技が開催されます。この大会は、次年度開催される「第24回全国健康福祉祭くまもと大



▲昨年度の総合開会式の様子

第2回 沖縄ねんりんピック スポーツ交流大会・文化交流大会

高齢者に適したスポーツ、文化活動等を通じて健康の保持・増進と参加者相互の交流を図り、生きがいと健康づくりを進めることにより、明るく活力あふれる長寿社会づくりの促進に寄与することを目的に平成22年9月24日(金)から26日(日)までの3日間、奥武山総合運動公園を主会場に、県内各会場において18競技が開催されます。この大会は、次年度開催される「第24回全国健康福祉祭くまもと大