



問合せ：企画課スポーツまちづくり推進係（内線 311）みはまスポーツまちづくり推進室 TEL:77-0108

「みはまスポーツフェスティバル 2024」を開催しました！

1月21日（日曜日）に、日本福祉大学美浜キャンパス Sports Lab SALTO にて、みはまスポーツフェスティバル 2024「速くなる！走り方教室」を開催しました！

本町が現在取り組んでいる「スポーツを核としたまちづくり」の一環として、昨年に引き続きリオ五輪陸上競技銀メダリストの飯塚翔太選手（ミズノ所属）と多くのプロ選手・オリンピック選手をサポートしている友岡和彦トレーナー（クリードパフォーマンス パフォーマンスディレクター）をお招きし、走り方教室とフリートーク&交流タイムを行いました。

第一部の走り方教室は町内外の年長児～中学生の皆さんが参加し、まずは友岡トレーナーによるプロアスリート向けに行っているトレーニングをベースにしたウォーミングアップ（準備運動）を行ったあと、飯塚選手から走り方や体の動かし方を優しく丁寧に指導をしていただき、参加した子どもたちはトップアスリートの動きを目の前に興奮しながら、指導に応えるように一生懸命走っていました。

当日の運営には日本福祉大学陸上競技部の皆さんにもご協力をいただき、楽しく安全に行うことができました。



飯塚選手（写真上左）と 友岡トレーナー（写真上右）



全世代を対象とした**第二部のフリートーク&交流タイム**では、今年7月にオープンする運動公園陸上競技場への感想とあわせて、プロの視点から見た本町の「スポーツまちづくり」の可能性や本町の持つポテンシャルについて語ってくれました。

参加者からの質問タイムでは、子どもたちから寄せられる様々な質問に対して、飯塚選手は自身の幼少期や世界を舞台に戦ってきた経験を振り返りながら、一つ一つ丁寧に答えてくださいました。

友岡トレーナーからは、長年プロ選手を支えてきた立場から食事、睡眠、メンタルケアなどについてのアドバイスをいただき、スポーツをする子どもを持つ保護者の皆さんなどは真剣に耳を傾けながら、盛況のうちに終了しました。



本町の「スポーツまちづくり」について
詳しくはこちらから



運動公園HP



推進室 Instagram



スポーツでつなぐ、美浜の未来
BE A CHALLENGER!