



213

<http://shibuya-komireku.net/>

令和4年10月号

新型コロナウイルスの第7波もピークを過ぎ、陽性者数は減少傾向にあり落ち着いていますが、昨年秋のような状態は望めそうになく、これだけ感染防止に努めている日本が世界でも感染状況が最悪と報道等で伝えられることに「なぜ？」と首をかしげています。

マスクもできるだけ外したいものですが、これから冬に向け風邪も流行るでしょうから、まだまだマスクは手放せそうにありません。

“スポーツの秋” …10月は渋谷区6地区で運動会が開催されます。11月は渋谷区のスポーツイベントが続きます。寒暖差が激しいこの頃ですが、体調に気を付け体を動かしましょう！久しぶりの運動会を！イベントを楽しみましょう！！

【コミレクこれからの予定】

- ・ 10月22日（土） 第16回渋谷ハチ公杯ペタンク大会
- ・ 11月5日（土）、6日（日） 第45回渋谷区くみんの広場
- ・ 11月13日（日） 北渋谷 Run Run フェスタ
- ・ 11月23日（祝水） 第37回障がい者団体連合運動会
- ・ 1月15日（日） 第73回しぶやニュー駅伝2023
- ・ 2月19日（日） コミレクまつり
- ・ 3月19日（日） 第13回渋谷表参道Women's Run

好き好き
スポーツディ



好き好きスポーツディ

スポーツセンター・小体育室

<バレーンテニス>

10月22日(土) 13:30~15:30

11月12日(土) //

11月26日(土) //

12月10日(土) //

12月24日(土) //

ひがし健康プラザ・アリーナ

<リングバトル・エクササイズ等>

10月15日(土) 14:00~16:00

10月22日(土) //

10月29日(土) //

11月5日(土) //

11月12日(土) //

11月19日(土) //

11月26日(土) //

地域巡回教室



地域巡回普及教室~3B体操

| | | | |
|-------|-----------|------------|----------|
| 中高年対象 | 10月13日(木) | 9:30~11:00 | ひがし健康プラザ |
| | 10月20日(木) | // | // |
| | 10月27日(木) | // | // |
| | 11月3日(木) | // | // |
| | 11月10日(木) | // | // |
| | 11月17日(木) | // | // |
| | 11月24日(木) | // | // |

地域巡回教室

3 地域巡回普及教室～ペタンク

| | | |
|-----------|-------------------------------|---------------|
| 10月15日(土) | 13:30～16:30 | スポーツセンター 相撲場横 |
| 10月22日(土) | <u>*第16回ハチ公杯ペタンク大会開催のため休止</u> | |
| 10月29日(土) | 13:30～16:30 | スポーツセンター 相撲場横 |
| 11月5日(土) | 〃 | 〃 |
| 11月12日(土) | 〃 | 〃 |
| 11月19日(土) | 〃 | 〃 |

くみんの広場

4 くみんの広場、スタッフ募集します！

3年ぶりに“渋谷区くみんの広場”でスポーツイベントが開催です！
 工事の関係で、サッカー場ではなく隣のバスケットコートで実施！
 体協さんが「ストラックアウト」、スポーツ推進さんが「ボッチャ」
 コミレクは「モルック」をします。

テントで、食べ物は販売せず、飲み物のみを販売します。
 スタッフを募集します！お手伝いをお願いいたします！！

| | | |
|-----|----------------|---------------------------------|
| 日時 | 11月5日(土)・6日(日) | 9:00～16:00 |
| コース | 代々木公園球技場 | *午前9時集合 |
| 募集数 | 20名 | *申込み締め切り 10/20(木) |
| 申込み | 事務局 吉備 | <u>Tel&Fax 03-3356-1957</u> |

障害者運動会

5

障がい者団体連合運動会 スタッフ募集します！

11月23日(祝)、「第37回障害者団体連合運動会」が3年ぶりに開催されます。感染防止対策に留意しながらの運動会となります。

コロナ禍での運動会開催ということで、午前(9:30~11:30)と午後(13:00~15:00)に分けて行われます。

種目は①パンク食い競争、②車椅子競技、③大玉転がし、④玉入れ、⑤対抗リレーの5種目で、午前・午後と同じ競技を行います。

コミレクは例年通り“用具準備”と“放送”担当します。

用具の準備だけではなく、用具等の“消毒”が重要視されています。スタッフを募集します！お手伝いをよろしくお願ひいたします！！

| | | |
|--|--|-------------------|
| 日時 | 11月23日(祝水) | 8:30~15:30 |
| コース | 渋谷区スポーツセンター大体育室 | |
| 募集数 | 25名 | *申込み締め切り 10/20(木) |
| 申込み | 事務局 吉備 <u>Tel&Fax 03-3356-1957</u> | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・一日通してが無理な場合は午前、午後のみでも受付けます。 ・詳細は、コミレクニュース11月号でお知らせいたします。 | | |