

地域おこし協力隊が活躍中

Vol.20

January 2019



「第18回ふるさとCM大賞NAGANO」 演技賞受賞

12月2日、ホクト文化ホールで行われた最終審査会で、演技賞を受賞しました。CMに出演していただいた生産者の方々の飾らない演技と、応援してくださった市民の皆さまのお陰です。ありがとうございます！最終審査会の様子は1月3日（木）にテレビ放送されます。昨年同様、ステージパフォーマンスも頑張りました！クスッと笑っていただけると嬉しいです。

タウンミーティングでお会いしましょう！

1月中旬から各地区で「観光地域づくりタウンミーティング」を開催します。地域の方の意見を、次年度のツアー企画に生かしていきます。たくさんの方の参加をお待ちしています。山本恵子さん（観光プロモーション支援）



ピザ窯を作って、ピザを焼こう!!



12月に行われた、「鑄金作家」神崎遥香の、念願の鑄金ワークショップは、キャンセル待ちの大人気!!「金属を流すのって楽しいでしょ〜♪」と、ニコニコ指導。1月20日に、ピザ窯を作ってピザを焼くワークショップを開きます。神崎遥香さん（地域づくり、移住・定住活動支援）

ゾニーの窓 vol.1

「スポーツ」のハードルを 下げてみよう



「スポーツ」って聞くと何が浮かびますか？野球？サッカー？水泳？？競技スポーツが浮かびがちですね。競技スポーツをしていない、苦手と思う人は「スポー

スポーツ振興支援
上蘭美千代さん

ツ」はハードルが高い…と感じているのでは？「スポーツの定義とは」と調べると「学者の数だけある」…なるほど。でも、どの定義にも「あそび（遊戯）」という言葉が大概あり、語源を見ると「気晴らし」「あそび」「楽しみ」「休養」といった要素が含まれています。東御市スポーツ推進審議会 アドバイザーの柳沢 和雄教授（筑波大学体育系教授）は「スポーツ」とは狭い意味での「競技スポーツ」と広い意味での「意図的な身体活動」があるとおっしゃっていました。という事は、「気晴らしにちょっと散歩しよう」もスポーツ、「エレベーターじゃなく階段で上がろう」もスポーツ、「お庭（園庭、校庭）であそぼう」もスポーツってこと。意図的に体を動かそうと動いたら「スポーツ」をしたという事になります。そう考えるとスポーツをしていない、苦手、嫌いという人が減るのではないのでしょうか。価値観は各々です。より楽しもうと勝敗を追及するのもスポーツ、気軽に自分のペースで楽しむこともスポーツであるべきなのです。「スポーツ」のハードルを下げて、もっと身近に感じてみましょう！