

まほらいな市民大学の様子

令和6年6月13日（木）

運動講座『ボッチャ』

会場 伊那市民体育館（ロジテックアリーナ）

講師 伊那市役所スポーツ課1名

伊那市スポーツ推進委員7名の皆さん



市民大学健康講座で『ボッチャ』を行いました。『ボッチャ』は、年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、全ての人が一緒に競い合える競技です。『ボッチャ』はヨーロッパ生まれの「パラリンピック正式種目」で、日本の選手も活躍しています。

学生で10チームを編成し、試合形式で行いました。市スポーツ推進委員7名の方がていねいにルールや得点の数え方を教えてください、和やかな雰囲気の中でボッチャを楽しみました。各チーム3試合を行い、3試合目になると投げる技能も高まり、仲間と作戦を立てながら大接戦のゲームになりました。

学生からは、「初めてボッチャをやりました。適度に身体を動かせ、また頭を使わなければならない、たいへん面白かった。」「パラリンピックの種目だからとてもむずかしいかなと思いましたが、指導者の方に投げ方も教えていただき、投げるたびに上達して、汗もかきとても楽しい競技でした。」「テレビ等で観ていると簡単そうに思えましたが、ボッチャは目標を狙って投げるだけでなく、思考をともなうスポーツであることがわかりました。」といった感想がありました。