

まほらいな市民大学の様子

令和7年6月12日（木）

『 運動講座 ボッチャ 』

講師 伊那市健康福祉部スポーツ課 伊那市スポーツ推進委員の皆さん



昨年に引き続いて2回目の運動教室「ボッチャ」でした。市のスポーツ推進委員からのルール説明の後、さっそく8つのチームを作り、班対抗のゲームを行いました。最初は思ったところにボールがいかなくて苦労していましたが、だんだんと上手になり、作戦を立てながら技を使ってボールを投げていました。一喜一憂しながら、みんなでボッチャを楽しみました。

学生からは「楽しかった。初めてやっておもしろかった。全員初めての人なのに優勝したチームがあるなんてすごいです。」「チームで作戦会議をしながら団結してできて良かったです。」「推進委員の方の説明がわかりやすく、ゲームの中で戦術も教えていただけてなるほどと感心させられました。難しいから楽しいのかと思いました。」「ボッチャをすることで、体を動かすことの大切さを身をもって感じました。体を動かす努力を明日から実行したい。」といった感想がありました。