

高齢者スポーツ大会に応援参加して

秋祭りも終わり晴天に恵まれた10月23日(木)福生市中央体育館において「2025第48回高齢者スポーツ大会」が開催されました。

この大会は福生市社会福祉協議会主催によるもので、福生市内32の町会・自治会からの代表者約300名の方々が集い「あか」「きいろ」「みどり」「しろ」の四組に分かれ競技に臨む高齢者の運動会です。

私たち福生市民生委員・児童委員協議会(福生市民児協)は毎年協力依頼を受け、受付や競技資器材のセット、採点等を受け持ち、競技中は担当地域の応援もして楽しみながら参加させていただいています。

競技中怪我の無いよう、ふくふく体操で十分に身体をほぐし「ボール送り」から競技が開始されました。

対抗戦ですから皆さん真剣にしかも元気に競技に臨み、応援にも熱が入ります。競技が始まると普段は出さないような大きな声で「○○さんがんばれー」と昔にかえり、年齢を感じさせない程の熱気でした。

「もぐらたたき」では箱の中にいる私たちに「ごめんなさい」と言って優しく叩く方や鬼の形相でカー杯叩く方など参加者の性格が表れました。「アラブの王女様」では強面の男性が布の付いたザルを頭に載せておしとやかに歩く姿が笑いを誘いました。

「パン取り競争」の後、パンを片手に昼食タイム。各町会・自治会ごとにお弁当を食べながら「昔は小学校の校庭にゴザを敷いて、親が来れなかった家の子もご近所さんと一緒に昼ごはん食べたよね」などと昔話に花を咲かせていました。いい時代でしたね。

午後の部は軽いストレッチの後「ゲートボールリレー」から「天秤・障害物リレー・玉入れ」まで球技が続き、ボールを追いかけて右へ左へと悪戦苦闘の連続で更に競技に熱が入りました。

締めは全員参加の「福生音頭」です。参加した皆さんは曲が流れると同時に競技の疲れも忘れひとつになっていました。

私たちも経験を重ね、いろいろなイベントに参加するごとに様々な方々とお話できることが楽しみになってきました。

今後とも福生市民児協を宜しくお願い致します。

