



体力・運動能力調査の結果公表

スポーツ庁は、10月8日「令和4年度体力・運動能力調査の結果」を公表しました。この調査結果から体力合計点、入学前の外遊びの頻度、達成意欲、健康状態、生活充実度について、現在の運動・スポーツの実施頻度と1日の実施時間に着目し、それらを組み合わせて比較・分析が行われています。内容を抽出してご紹介します。

9歳（小学4年生）における体力合計点、入学前の外遊びの頻度（頻度・時間別）

運動・スポーツの頻度が高く、時間が長い者ほど体力が高い。また、「入学前の外遊びの頻度」が高い者ほど、現在の運動・スポーツの頻度と時間が長くて長い。

16歳（高校2年生）における体力合計点、達成意欲（頻度・時間別）

運動・スポーツの頻度が高く、時間が長い者ほど体力が高く、「なんでも最後までやりとげたい」という達成意欲も高い。

40歳代（40～49歳）における体力合計点、健康状態、生活充実度（頻度・時間別）

運動・スポーツの頻度が高く時間が長い者ほど体力が高く、「大いに健康」と感じている割合と「毎日の生活が充実」している割合も高い。

70歳代（70～79歳）における体力合計点、健康状態、生活充実度（頻度・時間別）

運動・スポーツの頻度が高く時間が長い者ほど体力が高く、「大いに健康」と感じている割合と「毎日の生活が充実」している割合も高い。

運動・スポーツの頻度は年代を問わず、生活に良い影響を与えていることがわかる調査だと思えます。また、運動・スポーツの頻度が低いと感じられている方は、何らかの機会を見つけて挑戦してみられてはいかがでしょうか。長与スポーツクラブでも、いくつかの教室で参加者を募集しています。

長与スポーツクラブスポーツフェスタ

長与スポーツクラブでは、12月17日（日）にスポーツフェスタを開催する予定です。長与町在住の小学校3年生～中学校3年生の児童生徒とその保護者の方々が対象です。卓球・バドミントン・テニス・サッカー・ダンスなどのスポーツが体験できます。参加料は無料です。詳細は、本クラブのホームページをご覧ください。120人程度を定員としています。ご参加をお待ちしています。

教室募集状況 （10月時点）

募集中：サッカー／フィットネス／親子テニス／ダンス（若干名）
中学生地域スポーツ活動も募集中です。
募集停止：親子バドミントン

特定非営利活動法人総合型SC長与スポーツクラブ

長与小学校体育館内 <http://www.nagayosc.sakura.ne.jp/NSC>

TEL/FAX 095-865-9511 メールアドレス nsc@jewel.ocn.ne.jp

事務所開設時間

月・水・金 14:30～16:30

サイト紹介

【簡易体力測定】 [スポーツ庁 室伏長官 セルフチェック](#) で検索
【指導者資格への取組】 [大阪体育大学 長与町 資格](#) で検索
【会員管理への取組】 [Sgrum 長与町](#) で検索



長与スポーツクラブ 令和5年11月行事予定

日	曜	時間	教室	対象	場所
1	水	19:00~21:00	フィットネス教室	全	働く婦人の家
2	木	19:00~21:00	親子バドミントン教室	小3~	長与中学校
3	金			文化の日	
4	土	9:00~10:30	サッカー教室	幼児~小学生	天満宮公園
5	日	15:00~17:00	親子テニス教室	小3~	町営テニスコート
6	月	9:00~12:00	バドミントン教室	全	町民体育館
		19:00~21:00	親子バドミントン教室	小3~	長与中学校
7	火				
8	水	19:00~21:00	フィットネス教室	全	働く婦人の家
9	木	19:00~21:00	親子バドミントン教室	小3~	長与中学校
10	金				
11	土	9:00~10:30	サッカー教室	幼児~小学生	天満宮公園
		17:00~20:00	ダンス教室	全	海洋スポーツ交流館
12	日	15:00~17:00	親子テニス教室	小3~	町営テニスコート
13	月	19:00~21:00	親子バドミントン教室	小3~	長与中学校
14	火				
15	水	19:00~21:00	フィットネス教室	全	働く婦人の家
16	木	19:00~21:00	親子バドミントン教室	小3~	長与中学校
17	金				
18	土	9:00~10:30	サッカー教室	幼児~小学生	天満宮公園
		17:00~20:00	ダンス教室	全	長与小学校 体育館
19	日				
20	月	19:00~21:00	親子バドミントン教室	小3~	長与中学校
21	火				
22	水	19:00~21:00	フィットネス教室	全	働く婦人の家
23	木			勤労感謝の日	
24	金				
25	土	9:00~10:30	サッカー教室	幼児~小学生	天満宮公園
		17:00~20:00	ダンス教室	全	海洋スポーツ交流館
26	日	15:00~17:00	親子テニス教室	小3~	町営テニスコート
27	月	9:00~12:00	バドミントン教室	全	町民体育館
		19:00~21:00	親子バドミントン教室	小3~	長与中学校
28	火				
29	水	19:00~21:00	フィットネス教室	全	働く婦人の家
30	木	19:00~21:00	親子バドミントン教室	小3~	長与中学校

ダンス教室
時間帯について

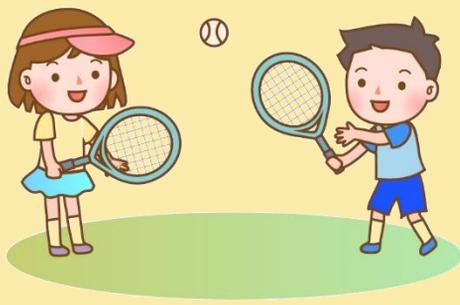
17:00~17:50 初級1
18:00~18:50 初級2
19:00~19:50 中級

長与スポーツクラブ 地域部活動(Class C)予定表【11月】

10/15時点

		3	4	5	11	12	18	19	23	25	26	備考		
		金・祝	土	日	土	日	土	日	木・祝	土	日			
卓球	長与中 男		9:00~12:00 長与中	8:00~11:00 長与中			9:00~12:00 長与中			9:00~12:00 長与中	8:00~11:00 長与中		長与中 男	卓球
	長与中 女		8:00~11:00 長与中	9:00~12:00 長与中			8:00~11:00 長与中			8:00~11:00 長与中	9:00~12:00 長与中		長与中 女	
	第二中 男		11:00~14:00 長与二中 半面	11:00~14:00 高田中			8:00~11:00 長与二中 半面			11:00~14:00 長与二中 半面	8:00~11:00 高田中		第二中 男	
	第二中 女			8:00~11:00 高田中				11:00~14:00 高田中			第二中 女			
サッカー		8:30~11:30 長与中	8:30~11:30 高田中	8:00~16:00 長与中 地域リーグ戦						8:30~11:30 高田中	8:30~11:30 長与中		サッカー	
野球			8:30~11:30 長与二中	8:30~11:30 長与二中			8:30~11:30 長与二中			8:30~11:30 長与二中	8:30~11:30 長与二中		野球	
陸上			13:00~16:00 長与町総合 陸上競技場				13:00~16:00 長与町総合 陸上競技場			13:00~16:00 長与中			陸上	
バスケット	男		14:00~17:00 高田中	14:00~17:00 長与中			11:00~14:00 高田中			8:00~11:00 長与中	11:00~14:00 長与二中		男	バスケット
	女		11:00~14:00 長与中	8:00~11:00 長与中			14:00~17:00 長与中			11:00~14:00 長与中	8:00~11:00 高田中		女	
バレーボール	男		8:00~11:00 長与中	11:00~14:00 長与中			14:00~17:00 高田中			8:00~11:00 長与二中	14:00~17:00 高田中		男	バレーボール
	女		14:00~17:00 長与二中	練習試合			11:00~14:00 長与二中			14:00~17:00 高田中	11:00~14:00 長与中		女	
バドミントン	長与中 男		郡新人戦	11:00~14:00 高田中			8:00~11:00 長与中			8:00~11:00 高田中	14:00~17:00 長与中		長与中 男	バドミントン
	長与中 女	8:00~11:00 長与中		8:00~11:00 高田中			11:00~14:00 長与中			14:00~17:00 長与中	8:00~11:00 長与中	11/3活動→ 振替の休日は未定	長与中 女	
	第二中			11:00~14:00 長与二中			14:00~17:00 長与二中		試合?	14:00~17:00 長与二中	8:00~11:00 長与中	11/23活動→ 振替の休日は未定	第二中	
	高田中	8:00~11:00 高田中		14:00~17:00 高田中			8:00~11:00 高田中			11:00~14:00 高田中	11:00~14:00 高田中	10/1休み→ 11/3に振替で活動	高田中	
弓道			8:30~11:30 長与中	8:30~11:30 長与中			8:30~11:30 長与中			8:30~11:30 長与中	8:30~11:30 長与中		弓道	
柔道			9:00~12:00 高田中武道場				9:00~12:00 長与町武道館			9:00~12:00 長与町武道館			柔道	
剣道			11:00~14:00 長与二中 半面				8:00~11:00 長与二中 半面			11:00~14:00 長与二中 半面			剣道	
ソフトテニス	男子		9:00~12:00 長与中	9:00~12:00 高田中			9:00~12:00 長与二中		8:00~12:00 長与二中 練習試合	9:00~12:00 北陽台高校			男子	ソフトテニス
	女子		9:00~12:00 長与二中	9:00~12:00 長与中			9:00~12:00 長与中		9:00~12:00 高田中	13:00~16:00 北陽台高校		雨天中止日があれば 26日は活動	女子	
硬式テニス		9:00~12:00 高田中	郡新人戦				9:00~12:00 高田中			9:00~12:00 高田中	9:00~12:00 北陽台高校		硬式テニス	
備考					期末テスト期間中				家庭の日				備考	
		3	4	5	11	12	18	19	23	25	26	備考		
		金・祝	土	日	土	日	土	日	木・祝	土	日			

11/25一年生県大会



[長与スポーツクラブ] フェスタ

からだ・こころ・あったまろうで！



卓球、バドミントン、テニス、サッカー、ダンスなどの
スポーツを体験できます！
複数のスポーツを体験して、参加賞をゲットしよう★

[12月17日 日曜日 12:30～受付、13:00～17:00]

- ・場 所：長与町民体育館、長与町テニス広場、長与町フットサルコート
- ・対 象：長与町に在住する小学3年生から中学3年生までの児童・生徒とその保護者
- ・参加費：無料

お問い合わせ先：長与スポーツクラブ

長与町嬉里郷659-2 長与小学校体育館内

☎095 (865) 9511 事務所開設時間 月・水・金 14:30～16:30

申し込みはこちらから→

♪みなさまの参加をお待ちしております♪

