

スポーツの力を地域の力に!!

# Loveビーチin寺泊

## ～環境を考える～

SDGs 海の豊かさを守ろう

生活ごみや流木などの漂着ごみ問題を考え、  
ふるさと寺泊の海を守り、資源の有効活用を考えます。

### ゴミ拾いはスポーツだ スポGOMI寺泊大会

## ルールブック

#てらスポ! #Loveビーチin寺泊  
#スポGOMI #寺泊スポーツ  
をつけてSNSに投稿!!



- 主催： 寺泊総合型スポーツクラブてらスポ!  
共催： 寺泊スポーツ協会  
主管： 一般社団法人 ソーシャルスポーツイニシアチブ  
後援： 新潟県長岡地域振興局、長岡市、公益財団法人長岡市スポーツ協会  
公益社団法人新潟県観光協会、寺泊観光協会、寺泊町商工会  
協力： 新潟県ビーチバレーボール連盟、JFBT新潟県支部  
寺泊漁業協同組合、寺泊中央海水浴場組合  
長岡市寺泊地域スポーツ推進委員、寺泊たき火の会  
てらどまり若者会議～波音（はね）～、ダイドードリンコ(株)  
新潟中央ヤクルト販売(株)

# スケジュール



09:30～ **受付**

配布・・・ビブス1着、トング2本、ゴミ袋一式

10:00 **全体開会式** 本部テント前

開会あいさつ、御来賓あいさつ、御来賓紹介、講師紹介

10:10 **てらどまり体操** てらスポ!オリジナル体操をご一緒に!!

てらスポ!事務局 石黒恵美子

10:15 **スポGOMI競技説明**・・・ルール、注意点、回収方法など  
**チーム紹介 / 選手宣誓**

10:25 **スタート発声** 競技開始

**「ゴミ拾いは、スポーツだ!」** ご唱和ください

11:10 **競技終了・たき火体験・ビーチスポーツコートで遊ぼう!**

※集計タイム 参加賞配布

○ たき火体験 拾った流木でたき火をしてみましょう

○ ビーチスポーツをお楽しみください

ビーチバレーボール、ビーチテニス

12:00 **結果発表・表彰・写真撮影**

アンケートにご協力ください。アンケートフォームはコチラ⇒



# 注意事項



## ▽参加にあたい▽

- ルールブックをよくお読みいただき、楽しんでクリーン活動にご参加ください。
- 当日、体調が悪い場合は、参加を見合わせてください。
- キャンプファイヤー（たき火）は、集めた流木を利用して行うもので、実施に際しては関係機関への適切な手続きを行っています。

## ▽緊急時の連絡▽

- 体調が悪くなった場合など、近くのスタッフに申し出ください。  
※スタッフが近くにいない時は、6ページに記載の緊急連絡先にお電話ください。  
万が一の時は、先に救急車を呼んでからスタッフにご連絡ください。

◇持ち物：軍手などの手袋、帽子、タオル、雨具、ルールブック

◇小雨決行

荒天中止の場合は、8時までに  
ホームページ・公式Lineにてお知らせします。



てらスポ！ホームページ  
アカウントはこちら



てらスポ！公式line  
アカウントはこちら

## 海側

たき火

ビーチスポーツコート

※一杯になった袋は交換所にて新しい袋と交換してください

※終了時、番号表示の列内にひとかたまりにして置いてください

※分別の再確認にご協力をお願いします

用具小屋



集合場所

本部

ごみ回収場

21 ~30	11 ~20	1 ~10
-----------	-----------	----------

袋交換所

用品回収所

受付・集計

※受付でスポGOMIセットを配布します。  
ビブス1着、トング2本、ゴミ袋一式

駐車場側

☆競技エリアは**赤太線**で囲ってある地域一帯となります。



競技時間 **45** 分 10:25~11:10

- ・時間内に必ずごみ回収場へ戻って来てください。
  - ・一般の人に十分に注意する
  - ・海や川に入らない
  - ・キケンなものは拾わない
- 困りごとがあったらスタッフにお知らせください👍



## ★指定のごみ袋に **分別** をお願いします

※ごみ袋にチームの番号を記載しています

【大きいごみ袋】

### 可燃、枯葉、枯れ枝など

紙、布、皮、生ごみ、枯れ葉、枯れ枝など

100g → 1 pt

黄色

※指定ゴミ袋に入らない流木等はポイントになりません。

### 不燃、ビン、缶など

缶、金属、ガラス、セトモノ、電球、乾電池、ゴム製品、ビニール、発砲スチロール、ライター、おもちゃ等の金属、ビン(中身が空のもの)

100g → 10pt

青色

※陶器や石、ブロック、レンガは含まれません。

### ペットボトル、プラスチックなど

ペットボトル(中身が空のもの)  
キャップ、その他のプラごみ

100g → 15pt

赤色

【小さい袋】

### たばこの吸い殻

100g → 50pt

緑色

★粗大ゴミを、絶対に持ち帰らないでください。

★砂はよく落としてから拾ってください。

★注射器があったら、拾わずスタッフにお知らせください、

(過去大会であった例)

バッテリー、PC、DVDプレイヤー、扇風機、布団、座布団、ダンボールの束  
消火器、コンクリートブロック、金庫、金属棒、タイヤ、自転車の車輪  
マンホール、三角コーン、プラケース、コンロ、パソコン、ベビーカー、炊飯器  
※指定ごみ袋に入らない長さの燃やすごみ、燃えないごみなど

# スポGOMI競技上の注意事項



- 競技時間・競技エリアを守る。
- **走らない。**
- **チームはまとまって行動する。 ※先頭と最後尾が10メートル以内**
- 注射針、海外漂着ごみの液体など危険なものには触らない。  
※スタッフにお知らせください。
- 私物と思われる漁具（ブイ、サンダル、浮きなど）は拾わないよう注意する。
- ごみの分別を守る。
- 粗大ごみは拾わない。
- 海、川に入らない。
- 競技中、ケガや事故など発生した場合は、速やかに事務局へ連絡してください。

種類	内容	減点ポイント
規則に反する行為	ユニフォームやごみ袋などの用具を守らない	100
	走る行為	
	プレーヤー同士が離れすぎ(先頭と最後尾が10m以内)	
	粗大ごみを拾う行為	
	分別方法の無視	
	故意に重量を増す行為	
	故意にごみを作る	
ゴールに関すること	集合時間に集まらない	100
	集合しても、本部に報告がない	
	集合したが、メンバーが足りない	
スポーツマンシップに反する行為	目に余る危険な行為	失格

## 【緊急時連絡先】

〇てらスポ！



# 会場案内



## てらスポ！ご案内

### — 活動のテーマ —

- 1 住んでいる人が元気に暮らし  
続けていくための 地域活動
- 2 交流人口、関係人口の拡大で  
活力ある地域の維持

多くのボランティアスタッフをはじめ、  
地元企業・団体、関係者の皆様のご支援で活動を続けています。  
活動の様子は  
ホームページでご覧いただけます。 <http://teraspo-sc.com/>



☆運動不足の解消に自宅で YouTube「てらどまり体操」を  
ご活用ください

## 皆さまのお陰です

多年にわたる海岸を守る美化活動に  
国土交通省北陸地方整備局長  
から功労者表彰を受けました

