



板橋区

体協ニュース

第92号

平成27年1月14日発行

「りんりんちゃん」



Itabashi Amateur Athletic Association News

公益財団法人
板橋区体育協会〒174-0051 板橋区小豆沢 3-1-1 小豆沢体育館3階 TEL:03-5915-5568 FAX:03-5915-1705
URL: <http://www.itabashi-taikyo.or.jp/>

会長あいさつ

明けましておめでとうございます。

皆様にはお健やかに新年をお迎えの事とお慶び申し上げます。



体育協会は加盟団体の皆様と共に、スポーツを通じて青少年の健全育成と競技スポーツ団体として選手の育成・強化に努めております。昨年の都民体育大会では、男子が9位、女子が4位という成績を残す事が出来ました。今後もスポーツの板橋区の名を一層高めたいと思います。

理事会の活動としては、事業部が昨年度からロードレース事業部とハイキング事業部に二分しました。それにより、きめ細かく事業の実施がされています。高日ロードレース大会は今年40回大会を迎えますが、安全で賑やかな大会が実施出来ます様に、日程・コース変更等の検討がされています。

広報部ではホームページの充実がされ、大会・事業の迅速な記録・結果発表が出来る様になりました。今後も加盟団体の皆様との連携をより深めて、サービス向上に努めて参ります。

本年も「城北4区に陸上競技場をつくる会」の活動を通し、城北公園内の陸上競技場の整備とサッカー場の造成などの実現に、北・豊島・練馬区の体育協会・陸上競技協会の皆様と共に努力して参ります。

皆様の一層のご支援とご協力をお願いし、年頭の挨拶と致します。

第39回高島平 日刊スポーツロードレース大会

汗まみれの『熱い』レースに
1,299人が走る



10kmスタート

朝から雲一つない晴天の元、第39回高島平・日刊スポーツロードレース大会が、高島平の日本陸連公認コースで開催され、1,299人が参加しました。

当日は強い日差しの中、朝からグングンと気温も上がり、20kmレーススタート時には20度近くに達しました。昨年の雨中でのレースとは異なり、快晴無風さらに気温も平年を上回るというコンディションの中、選手にとっては過酷なレースとなったこと



20kmスタート後、中央301=ベンジャミン選手

でしょう。

8時35分に5kmの部がスタート、8時47分には、10kmの部がスタートしました。選手のゴールの姿を見ても、かなり辛そうです。そしていよいよ20kmの部が、9時50分にスタートし、本当に『熱い』レースが開始されました。



20km

昨年の覇者のガンドゥ・ベンジャミン選手（モンテローザ）が最初から先頭に立ち、2位以下を引き離して行きます。その後もベンジャミン選手が先頭を走り切り、一般の部では2位を2分以上離す独走でした。帝京大学の箱根駅伝選手でもある、早川選手は100m程届かず、1時間14秒で大学生の部を制しました。

日頃鍛えている大学の選手でもゴール後に倒れこみ立ち上がれない選手が出るほど、厳しい条件だったようです。ベンジャミン選手でさえ昨年の記録より47秒遅い1時間1秒での優勝でした。

また20km一般女子の部では、香港からの招待選手 姚 潔貞選手（香港陸連）が1時間14分で2位の女子選手を2分以上引き離す優勝でした。

10km一般男子の部では1位から7位までを警視庁の選手が占める中、柱 欽也選手が29分44秒で混戦を制しました。5kmの部では男女高校の部で、1位2位が共に同タイムという超激戦でした。

そして今年も招待選手として参加頂いた大久保絵里選手（ミキハウス）が、昨年の雪辱を果たす見事な走りで、女子選手トップのタイムでゴールしました。



トップでゴールする
ベンジャミン選手

今大会も選手はもとより、地元の皆様はじめ協賛企業、高島平警察署、志村消防署、板橋区スポーツ推進委員協議会、板橋区医師会病院、高島平総合病院、国際興業並びに関係役員・団体の皆様に感謝申し上げます。

20km一般男子の部

1位	ガンドゥ ベンジャミン（モンテローザ）	1時間1秒
2位	藪田 峻也（茅ヶ崎市陸協）	1時間2分18秒
3位	田玄 壮（モンテローザ）	1時間2分37秒

20km大学男子の部

1位	早川 昇平（帝京大学）	1時間14秒
2位	高橋 裕太（帝京大学）	1時間21秒
3位	堤 悠生（帝京大学）	1時間22秒

20km一般女子の部

1位	姚 潔貞（香港陸連）	1時間14分12秒
2位	廣瀬 光子（東京WINGS）	1時間16分4秒
3位	佐々木寿子（東京WINGS）	1時間18分47秒

10km一般男子の部

1位	柱 欽也（警視庁）	29分44秒
2位	佐藤 辰準（警視庁）	29分47秒
3位	瀬崎 裕次（警視庁）	29分48秒

10km男子40歳代の部

1位	赤間 順一（おごせ石川眼科）	31分51秒
2位	和田 孝司（多摩川クラブ）	32分32秒
3位	福田 健（埼玉石川眼科）	32分38秒

10km男子50歳代の部

1位	風祭 正樹	33分56秒
2位	磯間 浩幸（八王子走ろう会）	34分17秒
3位	鈴木 嘉次（日立製作所）	34分18秒

10km男子60歳以上の部

1位	野田 延行（こすげ走友会）	36分15秒
2位	野口 朗（NTTアイレク）	37分40秒
3位	小泉 憲司（チャレンジャー）	38分33秒

10km一般女子の部

1位	山口 遥（AC・KITA）	35分39秒
2位	丹野久美子（モンテローザ）	36分18秒
3位	綾部しのぶ（オバリア）	36分27秒

5km高校男子の部

1位	小野塚久弥（城北A.c.）	15分7秒
2位	真柄 光佑（西武学園文理高等学校）	15分7秒
3位	井上 昂明（大東文化大学第一高等学校）	15分18秒

5km高校女子の部

1位	原 美雪（錦城学園高等学校）	17分6秒
2位	原子真由美（錦城学園高等学校）	17分6秒
3位	持丸美佐子（錦城学園高等学校）	17分25秒

5km一般男子の部

1位	橋本 悠利（大東一校OB）	15分5秒
2位	橋本 健利（大東一校OB）	15分17秒
3位	本田 直之（東洋大学）	15分26秒

5km一般女子の部

1位	小澤なつ美（コモディイイダ）	17分19秒
2位	西山 路佳（コモディイイダ）	17分22秒
3位	伊藤 晴香（コモディイイダ）	18分28秒

第67回板橋区民体育大会 総合開会式



本年度の区民体育大会総合開会式は9月7日(日)に区立小豆沢体育館にて開催されました。

小豆沢体育館内に鳴り響くファンファーレに続き開会通告がアナウンスされ、9時30分に体育協会・安田満雄常務理事の先導で入場行進が始まりました。国旗、区旗、体協旗、被表彰者の個人42名と団体7チーム、そして各連盟・協会合わせて33団体の総勢500名を超える選手の行進は堂々と力強く、壇上の坂本区長に敬礼をし、所定の位置に整列しました。

安井賢光副区長による総合開会式の開会宣言に続き、坂本 健区長、下田賢司体協会長にご挨拶を頂きました。今年度の区長杯返還はフロアーボール協会の高橋 功選手、選手宣誓はバドミントン協会の森川 豪選手でした。

被表彰者42名と団体7チームの一人一人に区長および体協会長から表彰状と記念品が手渡され、記念撮影後閉会しました。

なお、この開会式には「板橋区スポーツ推進委員



区長杯返還



選手宣誓

協議会」及び「日本ボーイスカウト東京連盟城北地区」の協力がありました。

栄えある被表彰者の皆様は、以下の方々です。

板橋区スポーツ功労者 10名

- ・大山 草人 (おおやま くさと)
- ・川上 祥子 (かわかみ さちこ)
- ・加藤 輝男 (かとう てるお)
- ・芳賀 昭夫 (はが あきお)
- ・鈴木 武喜 (すずき たけよし)
- ・齋藤 俊子 (さいとう としこ)
- ・山口 直人 (やまぐち なおと)
- ・田中 友江 (たなか ともえ)
- ・飯島実千代 (いじま みちよ)
- ・櫻井千恵子 (さくらい ちえこ)

体育協会表彰(個人) 32名

(功労賞: 12名)

- ・山村 孝之 (やまむら たかゆき)
- ・福手 敏夫 (ふくて としお)
- ・河野 敬子 (こうの けいこ)
- ・田辺 恭男 (たなべ やすお)
- ・岩佐 健次 (いわさ けんじ)
- ・鍵屋 一 (かぎや はじめ)
- ・小菅 弘 (こすげ ひろし)
- ・天野 朝子 (あまの あさこ)
- ・増田 勲治 (ますだ いさお)
- ・藤野 一郎 (ふじの いちろう)
- ・大曾根一郎 (おおそね いちろう)
- ・若月 欣次 (わかつき きんじ)



功労賞の皆さん

〈優秀選手：20名〉

- 品川 悠貴 (しながわ ゆうき)
- 近藤 拓人 (こんどう たくと)
- 萩野 和豊 (おぎの かずと)
- 秋吉 優斗 (あきよし ゆうと)
- 中江 颯葵 (なかえ さつき)
- 山田 和花 (やまだ のどか)
- 福元結衣子 (ふくもと ゆいこ)
- 長沼 俊樹 (ながぬま としき)
- 白井 菜月 (うすい なつき)
- 宮原 美穂 (みやはら みほ)
- 高松 栄一 (たかまつ えいいち)
- 高桑 直美 (たかくわ なおみ)
- 中根 良 (なかね りょう)
- 天野 翼 (あまの つばさ)
- 菊池・ジェニファー・愛華 (きくち・ジェニファー・まなか)
- 飯澤 琴夏 (いざわ ことな)
- 内田 文子 (うちだ あやこ)
- 岡本 唯花 (おかもと ゆいか)
- 浅川さくら (あさかわ さくら)
- 中村 香女 (なかむら こうめ)



〈優秀団体：7チーム〉

- 卓球女子チーム
- バスケットボール男子チーム
- サッカー男子チーム
- バトミントン女子チーム
- 水泳連盟男子チーム
- 水泳連盟女子チーム
- ソフトボール連盟女子チーム

北八ヶ岳 区民ハイキング

好天に恵まれた平成26年10月25日(土)、区民の79名の方が参加され長野県北八ヶ岳ハイキングが実施されました。

バス2台に分乗し、定刻の午前6時半にグリーンホールを出発しました。秋の紅葉シーズンのため道中かなりの渋滞も予想されましたが、思ったよりも混雑は少なく予定時間よりも若干遅れて11時15分に



白駒池

白駒池に到着しました。

足慣らしに白駒池の畔まで散策し、再びバスで麦草ヒュッテまで移動して広々とした景色と青空の下で昼食です。

参加者を8班に編成して、12時30分過ぎから昼食の済んだ班ごとにいよいよ大石峠からロープウェイ山頂駅を目指してハイキングに出発です。

出発してすぐに「茶水の池」があり、その先からいきなり急坂の登りになりました。



足元に大きな石があったりして歩きにくいところがあり、ハイキングコースとしてはちょっと厳しいというご意見も伺いました。

森の中が続き、森を抜けると熊笹の広がる景色が現れるという風景が繰り返され、森林浴と空の広がりを感じるコースです。



1時間ほど歩いて「出逢いの辻」で10分ほど休憩を取り、再びロープウェイ山頂駅を目指します。30分ほどで「五辻あずま屋」があり、ここではちょっと腰かけて休憩ができました。

20分ほど歩くと「森林浴展望台」に到着です。こ



ここからはアルプス連峰が見渡せ、足の疲れが一気に吹き飛ばすようでした。

さらに20分ほど足を進め、15時頃にロープウェイ山頂駅に到着しました。

山頂駅からはロープウェイで一気に下りましたが、ロープウェイでの眺めも素晴らしいものでした。



帰路のバスは16時過ぎに出発しましたが、道路の渋滞がひどくグリーンホール到着は20時10分ころになりました。

昨年のハイキングが台風で中止になってしまったのは残念でしたが、今年は打って変わって素晴らしい天候で、秋のハイキングを十分に堪能できたかなと思います。
(関昭 記)

青少年スポーツ指導者講習会 第2講座

平成26年9月5日(金) 文化会館4階大会議室

テーマ：「スポーツ（バレーボール）アナリストとしての体験談」～スポーツの科学的分析と情報戦争～

講師：福田 隆氏

- 愛媛大学教育学部教授 大学バレーボール部監督
- 日本バイオメカトロニクス学会所属
- 日本バレーボール協会 科学研究委員会 調査部部長
- 著書「バレーボール教本 ゲーム分析法と作戦論」等



平成26年度青少年スポーツ指導者の第2講座は、講師に、福田隆先生を迎え開催された。初代アナリストとしての体験談を中心に講演、スポーツを科学的に分析するための基本的考え方や各種手法について解説していただく。

回 講師は地元板橋出身

先生は、板橋区清水町生まれ、志村第一中学、北園高校を経て日本体育大学大学院修了後、愛媛大学教授として現在に至りました。スポーツは中学のバレーボール部入部からスタートし、大学では陸上競技部、現在は愛媛大学のバレーボール部監督と長年スポーツを愛し、大いに楽しんで生涯スポーツとし



ているとの事です。現在、総合型スポーツクラブを設立、小学生も含めて大勢のスポーツをご指導されていて、将来板橋に戻る事があれば板橋のスポーツの指導も可能との事でした。

◎ 日本スポーツ界で最初のアナリスト

先生は1990年大古監督率いる全日本男子バレーボールチームで、日本スポーツ界で初めての「アナリスト」に就任、情報の収集、分析、伝達を数値化して監督・チームに伝達する役割を果たしました。現在では全日本女子の眞鍋監督がiPadを片手に指揮されているのが印象的であり、対戦中に時々刻々変わる様々なデータを閲覧しながら具体的な指示を出し、時には選手に画面を見せ指示を出している。現在のこのようなスポーツ各分野で活用・展開されている手法は先生が始められた手法です。現在の日本のアナリストは、すべてのプレイを詳細にデータにし、傾向を出し、選手に弱点を伝えるなど勝利に必要な手法となっている。現在は通信機器がパニック状態になるほど使われている。先生が始めた頃は、パソコンがなくカメラもVHSの大型機器で持ち運びも大変だった。最初は世界50カ国程度のデータを取った。アルゼンチンからオランダ、そして日本へと次から次へと移動するなど時差との戦いも経験した等の苦労談も聴かせていただきました。

◎ バロセロナ五輪で6位、広島アジア大会では優勝

チームのデータ集めに苦労し円形脱毛が出来たアナリストとして迎えた最初の五輪では、五輪史上初の3連覇を目指す米国と対戦する。この試合は、いったん米国の勝利と決まったが、一夜明けて日本の逆転勝利となった歴史的な試合でありました。国際バレーボール連盟は、翌日に開いた裁定委員会で「第4セットは審判の不手際で負けた」と主張する日本側の抗議を認める異例の裁定を下しました。結果、試合は3-1で日本の勝ちとなり、米国チーム

は次の試合以降、チーム全員がスキンヘッドで抗議した記憶に残る大会であり、結局米国は3連覇を逸し、日本は躍進し6位に入賞した。アナリストの成果は、この後も続き、広島アジア大会では、アジアの強豪を抑えて優勝の快挙へと繋がりました。先生は、現在では責任者としてスタッフの状況を総括しているとの事です。

◎ 講師の経験したアナリストとしての具体的手法

分析する要素は、技術的要素、戦術的要素、競技の特性、ルールの特性などがあり、バレーボールでは、6人制で回るローテーションの特性、セット別の特性等があります。データの特性は、長い期間のデータとして半年前のチームの状態、直前のデータとしては、地区予選のデータなどがあり、次の対戦相手が決まった時の早急な分析と選手へのデータの前渡しが必要となります。また試合中のデータの渡しは試合の流れの中で、質・量を的確に判断して渡すことがポイントとなります。使用するデータのフィードバックは、視覚的(図表的)聴覚的に行い、情報量が多くても、目を離さなくても良いように、混乱を招かないようにする。バレーのデータとしてはスパイクのコース・強さなどの統計的データが基本である。チームの目標をどこに設定するかを決め、重要な平均値データ等から統計的手法を用いる。以上が概略で、これらを総合的に用いたとの経験を講演していただきました。

◎ スポーツの科学(バイオメカニクス)

先生の専門分野であるバイオメカトロニクス(身体動作学)は、スポーツを教える際の上手く出来ない原因の分析の基本になります。原点はアリストテレスの「動物運動論」であり、地面が静止していなければ歩行不可能、空気水が抵抗として働かなければ飛ぶ事や泳ぐ事も不可能と言った原理が近代科学の流れの中で進歩した物であります。パフォーマンス向上のための、インテグラルを含む難しい数式も教えていただき、分析の方法論、競技のバイオメカニクスの要素、筋収縮の力学的特性、基礎的な運動力学など大学の授業さながらの講演が続きました。バイオメカトロニクスの話は、筋収縮の例とし



て、手を合わせて力を入れるトレーニングの例、腕相撲の例、重心を考えてのエネルギー伝達の方法などで締めていただきました。

回 最後に質問コーナー

質問コーナーでは、「バレーボールのアナリストのiPadの画面は?」、「アイソメトリックトレーニングをやる方法は?」等の質問が出され先生に回答をいただく。参加者は118名を数え、講演で得た知識は、皆様のスポーツ指導に必ず結び付けられると確信出来た講演でした。(八木二三雄 記)



になってきていると感じています。来年度からは指定管理社と協力して区民のみなさまが喜んでいただける体育協会にしていきたいので宜しくお願いしますと閉会の挨拶がありました。

このあと懇親会となり、坂間監事の挨拶・乾杯、日ごろ顔を合わせる機会がない事もあり、お互い自己紹介をしながら話が盛り上がっていました。

豊泉副会長の閉会の挨拶、ホームページのリニューアル・各団体の利用・活用の提案、三本締めで終了しました。(小堀幸子 記)

平成26年度 加盟団体会長・理事長会 開催

10月29日(水)午後6時30分からグリーンホール1Fホールにおいて平成26年度加盟団体会長・理事長会が開催されました。体育協会役員・理事23名、加盟27団体会長18名、理事長17名の合計58名で行われました。

若月総務部長の司会により始まり、下田会長より「本年度は事業部が2つに分かれ、高・日ロードレースやハイキングなどの事業がスムーズに無事遂行されはしましたが、来年度はロードレースの日程やコース変更、ホームページの活用方法、2020年オリンピックに向けてまだたくさんの課題を抱えています。今後も区民の為に役立つ活動をしていきたい。」と挨拶がありました。

次いで出席者の紹介、主要事業の報告が高澤専務理事よりありました。内容は

- (1) 平成26年度事業について
 - ① 平成26年度実施事業報告
 - ② 平成26年度予算概要
- (2) 平成27年度事業について
- (3) その他
 - ① 「城北四区に陸上競技場を造る会」活動について
 - ② 三浦協会理事・陸上競技会理事長より「ジュニア選手育成など」事例の紹介

最後に、加藤副会長より、「公益財団法人になって3年目を迎えやっと各連盟・体協が活動できるよう

43名の参加で 救急救命講習会を開催

平成26年8月23日(土)13時30分から文化会館4F大会議室にて(公財)板橋区体育協会主催による救急救命講習会が43名の参加で開催されました。

志村消防署と板橋消防団、東京防災救急協会の方に講師として来ていただき、心肺蘇生とAEDによる除細動、気道異物除去、止血法について講習を受けました。

冒頭、応急手当によって生存率は3倍に上がるということを知り、実技にも非常に力が入りました。

まず心肺蘇生では、胸骨圧迫と人工呼吸の方法を学びました。胸骨圧迫では1分間100回のペースで続けるということでしたが、初めての方は押す強さやリズムがなかなか掴めないで大変でした。人工呼吸もまず気道確保し、胸の上りを見ながら吹き込まなければならないなど多くの注意が必要で難しいなと思いました。

それぞれの方法を練習してから、胸骨圧迫30回、人工呼吸2回を1セットとし3セット行う練習をしましたが、かなりの体力も必要と感じました。



AEDによる除細動では2人1組で実際にAEDを使用し、心肺蘇生とAEDの使い方の手順を相互に体験しました。小児にAEDを使用する際は、胸と腹部または心臓を挟んで両脇にセットしても良いなど、実際の現場での応用なども伺いました。心肺蘇生はどれくらい続けるかという、救急隊に引き継ぐか自発呼吸が始まるまで継続する必要があるため、できるだけ周りの人にも協力してもらおうといったことも教えていただきました。

引き続き気道異物除去と止血法について解りやすい解説があり、予定時間をオーバーするほど熱心な講義で、大変有意義な講習会でした。(関昭 記)

スポーツで交流

昨年に引き続き、東京都・(公財)東京都体育協会主催の「スポーツで交流」事業を福島県いわき市の泉バレーボールスポーツ少年団(女子)を板橋区向原に招き、8月23日(土)～8月24日(日)の二日間実施した。



上板橋体育館プール

今年も、板橋区に後援していただき、上板橋体育館プールで思いっきり水泳を楽しんだり、体育館で用意していただいたヨーヨー釣りでお祭り気分になり参加者全員が大満足であった。

その後バレーボールの合同練習会で心地よい汗をかき、父兄を含めた全員で夕食を食べ交流会に移った。交流会は全員参加のゲームや子供達の出し物、特に泉チームの本場フラダンスは会場を大いに沸かせた。また、恒例のビンゴゲームで盛り上がり初日の日程を終了し、それぞれのホームステイ先で一晩を過ごした。



泉チームのフラダンス

二日目は、親善試合の開会式に東京都から、天野課長、板橋区から坂本区長、(公財)板橋区体育協会下田会長をはじめ、東京都議会議員・板橋区議会議員・向原小学校長等多数の参列をいただき盛大に行なわれた。また、スペシャルゲストとして元全日本男子ビーチバレーではオリンピックに2回出場の朝日健太郎さんが参加し、バレーボールがうまくなる秘訣を聞いたり、実技指導をしていただいたり、参加者一同大いに盛り上がった。

試合は各チーム持ち味を発揮し白熱した試合が展



全員で はい!ポーズ



開され、1試合目は泉チームと親和チームの対戦で親和チームが勝利、2試合目は向原チームと泉チームの対戦で泉チームが勝利、3試合目は、親和・向原合同チーム対泉チームと対戦、チームワークの差で泉チームが勝利し、夏の暑さに負けず怪我人もな



く無事終了した。

この二日間を通じて、各チームの子供達や父兄全員がお互いに溶け込み本当に実のある交流とたくさんの思い出を作り、交流会は成功裏に終了した。

(理事 大久保 記)

連盟協会だより

バレーボール連盟

城北バレーボール9人制オープン大会

男女優勝の快挙

平成26年7月13日(日)板橋区立上板橋体育館で城北4区(板橋・練馬・豊島・北)当番区:練馬区第50回城北バレーボール9人制オープン大会が男子11チーム、女子6チームの参加で開催されました。

近年バレーボールは6人制が主流になり9人制チームが減少しています。この大会も北区の参加は男女共0でした。



城北9人制オープン大会 ジャッカス 優勝

男子優勝(板橋) IBナインズ

女子優勝(板橋) ジャッカス

トーナメント戦試合結果

男子2試合目

(板) IBナインズ 2 $\left\{ \begin{array}{l} 21-7 \\ 21-23 \\ 15-8 \end{array} \right\}$ 1 石東クラブ(練)

決勝

(板) IBナインズ 2 $\left\{ \begin{array}{l} 21-11 \\ 21-19 \end{array} \right\}$ 0 ちく竹(練)

女子2試合目

(板) ジャッカス 2 $\left\{ \begin{array}{l} 21-9 \\ 21-8 \end{array} \right\}$ 0 Ripple(板)

決勝

(板) ジャッカス 2 $\left\{ \begin{array}{l} 29-27 \\ 21-11 \end{array} \right\}$ 0 仲クラブ(板)

平成26年度関東ママさんバレーボール大会に出場

平成26年8月30日(土)関東(1都7県)ママさんバレーボール大会が神奈川県川崎市とどろきアリーナで開催されました。参加チーム各県3チーム、4



関東大会優勝
Club. Jiro

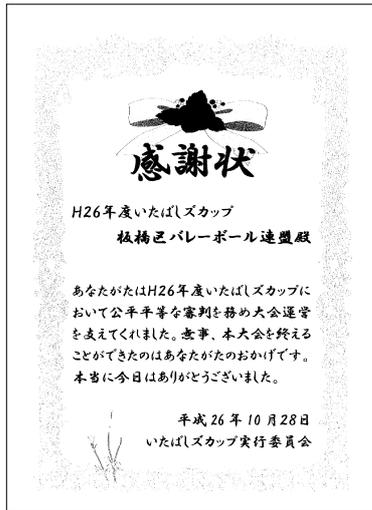
グループに分けて
トーナメント戦で
行われました。当
連盟加盟Club.
Jiroは東京代表で
出場しDグループ
で優勝いたしました。

平成26年10月28
日(火)正午～4時
迄東板橋体育館に

て「いたばし'sカップソフトバレーボール大会」が
開催されました。この大会は、板橋健康福祉セン
ターが取り纏め役となり参加団体の皆さんが役割を
分担して準備をします。

区内の医療機関ディケア、就労支援事業所、生活
訓練事業所、地域活動支援センター健康福祉セン
ターのこころのリハビリテーショングループから10
チームの参加で行いました。こころの健康サポー
ターの皆さんが連絡係・電光掲示板等を受けもち、
私達は審判をと役割も決まっています。一年毎にコ
ンピバレーも出て来て皆さんの一生懸命のプレーが
とても頼もしく、ほほえましく審判をさせていただ
いて居ます。

(川上祥子 記)



感謝状をいただきました。

柔道連盟 板橋区柔道会

7月21日荒川総合スポーツセンターにおいて第63
回城北五区親善柔道大会が開催された。

少年部は鈴木康裕先生、青年の部は橋本一郎先生

が監督として参加された。

少年部は常に決勝まで進み好成績を残してきた
が、今回は豊島区に2：3と惜敗した。青年部も強
豪練馬区に2：6と一回戦敗退となった。

9月に韓国で行われたアジア大会柔道競技90kg
級において、鈴木道場出身の吉田優也選手が見事金
メダルを獲得した。

吉田選手は、小さいころから鈴木道場で練習に励
み東海大相模高校時代には高校日本一に輝き、東海
大学でも主将として活躍した。90kg級としては、上背
がない分ハンデはあるが、持ったらすぐ技を仕掛け
るという柔道本来の動きで今回見事栄冠に輝いた。

10月14日谷藤先生（前板橋区柔道会会長、現名誉
会長）が亡くなりました。谷藤先生は、力強い指
導力、統率力で長年板橋区柔道会を引っ張ってこら
れました。

改めて、ご冥福をお祈り申し上げます。

(中山俊昭 記)

水泳連盟 都民体育大会夏季水泳競技会優勝！

平成26年8月3日(日)東京辰巳国際水泳競技場で
開催されました第68回都民体育大会夏季水泳大会に
おいて板橋区は男女優勝の快挙を成し遂げました。
近年、レベルが上がる中、板橋区は元オリンピック選
手加藤ゆかさんをはじめ21名の選手が集まりました。



個人種目では20種目入賞のうち大会新を含む5種
目の優勝、リレー種目は3種目の優勝を勝ち取り、
日頃の努力、更に当日のベストコンディションが選手
の皆さんの輝かしい成績、初の男女総合優勝に導い

たのではないのでしょうか。また来年に向け強豪メンバーを揃え、今年以上の記録を目指しチーム作りを盛り上げていきたいと思います。（古川真理子 記）

アーチェリー連盟 初心者指導日から始めて上達する実感



私がアーチェリーを始めたきっかけは、2年ほど前に友達と一緒にに行った体験教室でした。

フィールドアーチェリーの体験でしたが、とても面白くて、「続けてみたい!」と思

い、都内の練習場を検索…初心者指導日のある板橋区の洋弓場を見つけました。とはいっても、今まで運動には縁のなかった自分。体が小さいことと体力のなさを考えると「本当に長距離飛ばせるのか!」とかなり不安になりました。

その時、いろいろな人に言われたのが「アーチェリーは男だろうが女だろうが、若者だろうがお年寄りだろうが、大きかろうが小さかろうが、同じようにできるスポーツ」ということ。体が小さければ小さいなりの射ち方をして、体に合った用具を使う。そうやって上手くなっていけると。初めは半信半疑でしたが、練習を重ね、5m、10m、20m…と距離を飛ばせるようになり、さらに自分の弓を購入してから少しずつでも上達していく実感が出てきました。

30m36射の得点が、昨年10月の区民大会では198点、今年4月の北ブロック交流戦では↑298点、9月の月例射会では↑319点と確実に点数は上がっています。点数が出てくるようになるともっと面白くなり、またもっと上手くなりたいと欲も出てきます。

最長距離の70mを射るにはもう少し筋力が必要ですが、それでも2年前には遠かった距離が努力を続ければ射てるようになる。少しずつでもいい、必ず射てるようにすると思えばこれからも練習を続けていきたいと思っています。

（アーチェリー協会 笠原理恵 記）

サッカー連盟

“なでしこひろば in いたばし” 開催

去る9月14日、板橋区サッカー連盟では、区内女子サッカー（フットサル）の普及振興を目指し、晴れわたった秋空の下、小豆沢野球場に於いて、第1回「なでしこひろば」を開催致しました。

普段、サッカーを見ているととても楽しそう！だけど難しそう！やってみたいのになかなか輪に入れない、そんな思いを持つ女性の方々（大人も子供も）が大勢います。サッカーの楽しさに触れていただく機会を作り女子サッカー（フットサル）の普及と推進を目的に実施致しました。

日本サッカー協会では、「なでしこジャパン」を頂点になでしこリーグ・チャレンジリーグ・高校生・中学生・小学生と底辺の拡大を目指しています。この度、板橋区サッカー連盟は、日本サッカー協会が全国的に展開している「なでしこひろば」の活動と運営を許可されました。当日は、小学生から高校生・女性の19名の参加がありました。手つなぎ鬼のウォーミングアップからボールを3個使用してのミニゲームなどが行われ、晴れわたった秋空に歓喜が響き渡り、さわやかな汗をかいていました。



なでしこひろば

サッカー連盟では、今後もサッカー（フットサル）を女性が気軽に楽しめるスポーツとして、第2回第3回と開催を目指しています。併せて、将来の指導者や審判員を育成したいと考えています。

（時任則子 記）



都民体育大会

都民体育大会 準優勝

第67回都民体育大会サッカー競技が駒沢競技場、江東区新砂運動場、調布市西町サッカー場、赤羽スポーツの森とすべての会場は人工芝のフィールドで開催されました。

板橋区の1試合目は江東区に2-1で勝利。2試合目は日野市に5-2で勝ち、順々決勝へ。順々決勝も大田区に2-1で勝利。準決勝は小平市と1-1の同点後PK4-2で勝ち進み、決勝に駒を進めました。決勝では青梅市と対戦し、0-2で敗退。残念ながら、優勝は逃しましたが、立派に準優勝を勝ち取りました。競技者は板橋区リーグの1部と2部のチームに所属している選手の中から選抜して構成されました。近年は都民大会では良い成績が上げられませんでした。中村監督のもと数年の地道な活動が結果を得られました。連盟としては今後も常に頂点をめざせるチーム作りに努めていきたいと思っています。少しでも、都民体育大会での板橋区の成績を上げることに貢献できる連盟になりたいと思っています。

(福手敏夫 記)

少林寺拳法連盟

中級者スポーツ講習会(少林寺拳法)

9月21日、板橋区立上板橋体育館第一武道場と第二武道場において45名が参加して中級者スポーツ講習会を開催いたしました。

講習会は、午後1時30分に第一武道場に整列して開会式を行い、板橋区少林寺拳法連盟の森田浩幹理事長から「今日は、日ごろ疑問に思っていることを各講師の方々に遠慮なく質問し、明日からの稽古の糧として下さい」という挨拶がありました。その後、参加者は半数ずつ第一武道場と第二武道場とに分かれて準備運動を行って各講師の指導で実技講習が開始されました。

第一武道場では、黒瀧講師が中心となり、突き蹴りに対する防技からの反撃など攻守に分かれての運用法審判のポイントなどの講習を受けました。第二武道場では、鈴木講師が中心となり、金剛伝のうち積杖(棒術)の基本技で汗をかきました。午後3時で第一武道場と第二武道場の参加者が入れ替わり、それぞれ受講しました。



午後5時前、参加者全員で記念写真を撮り、無事に終了しました。

(鈴木秀孝 記)

編集後記

昨年の夏も暑い日が続き、熱中症予防・対策が恒例となってきました。そして、秋になるとこれまで経験した事のない規模の台風の襲来、長野県の御嶽山が噴火し多くの方が犠牲になるという大きな自然災害が発生し、自然の力の脅威を痛感させられました。確か、日本という国には「四季」があり、その時々豊かな自然に恵まれた美しい国のはず…。今年は、嬉しいニュースが多く、穏やかな年になるといいですね！

さて、一昨年は台風の影響で大雨の中開催された「高島平・日刊スポーツロードレース」でしたが、昨

年は穏やかな天候の中、開催する事が出来ました。また、同じく一昨年は中止となった「区民ハイキング」も、大勢の方に参加して頂き、無事に終了しました。天の神様に願いが通じたのかもしれないね！

体育協会加盟の各連盟・協会の皆様方、去年は、広報活動にご理解とご協力を頂きありがとうございました。今年も、体育年鑑や体協ニュースの発行、体協ホームページの充実化等、引き続きご協力を頂きますようよろしくお願い致します。

(浅賀公子 記)