



# 体協だより 55号

(公財) 小金井市体育協会 小金井市関野町1-13-1 小金井市総合体育館内 TEL042-384-4001 FAX042-384-4003

http://www.koganei-sports.or.jp/ E-mail: info@koganei-sports.or.jp

(題字:横山暁生)



チャレンジデーは、小金井市として2回目の挑戦。対戦相手は霧島市。小金井市体育協会は、今年も普及啓発、いわば広報担当ということで本格参戦。まずは、ポスターづくり。色々な注文をつけても、一生懸命創作活

公益財団法人  
小金井市体育協会

会長 原嶋 和男

(チャレンジデーとは、日常的なスポーツの習慣化に向けたきっかけづくりやスポーツによる住民の健康づくり、地域の活性化を目的とした住民総参加型イベント)

## 惜しい、でも爽やかさが残ったチャレンジデー



### 金メダルと参加率アップ賞を獲得!

動に注いでくれたデザイナーに感謝。チラシ・ポスターが仕上がりに配布。いよ理事の方々に配布。理事会での反応も「よし、やろう」という雰囲気を感じた。明日から理事達は、参加依頼に街へと向かう。黄金井倶楽部、スポーツ推進委員さんから、チラシ・ポスターが足りない。スポーツ振興係からも何千枚用意出来ないかという要請が。昨年よりも、かなり出足は良いようだ。結局、再度増刷を発注。

5月18日夕刻から駅頭でチラシ、ポケットティッシュの配布を企画する。市長さん、教育長さんの「チャレンジデーにご参加を」の声は、強い風に負けない。のぼり旗もし



つかりと翻る。

5月27日当日を迎えた。

早朝より小金井公園でラジオ体操会さんによる体操。市長さんがそこでも挨拶。最後に参加者数が読み上げられ一同拍手。

この日の東京は記録的な暑さ。そのため真昼の小金井公園は、閑散としている。ただ、きつい陽射しを避けて木陰で遊んだりバーベキューをしてい

る。その来園者達に体協、スポーツ推進の方々がカウンタに走る。夜10時頃表題のような結果が判明する。惜しい。でもノーサイド。昨年より3倍近くの得票に爽やかさが残る。

課題はある。初めて引き受けた体協の広報活動はどうだったのか。どれだけ本趣旨が市民に浸透していったのか。もう戦いは来年に向けて始まっている。

※金メダルとは、15分間以上継続して何らかの運動やスポーツをした住民の「参加率20%」を競い合い、そこで50%以上獲得すると金メダ

ルとなる。参加率アップ賞とは、昨年チャレンジデー2014と比較して、参加率が最も上がった自治体。



#### 公益財団法人 小金井市体育協会 役員名簿

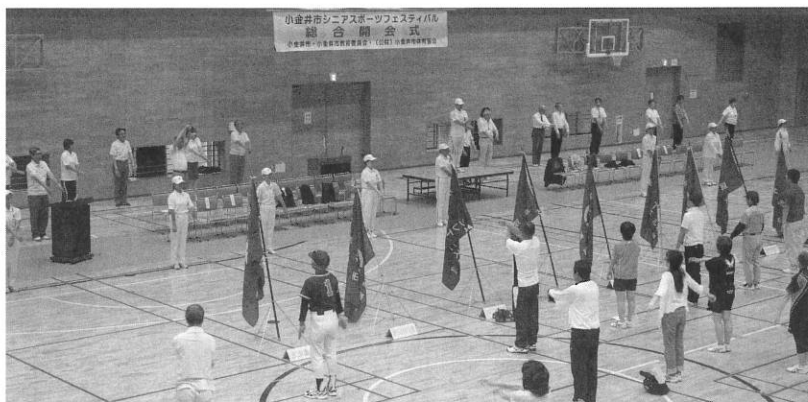
平成27年6月26日現在

| 役職    | 担当 | 氏名      | 所属団体            | 他 |
|-------|----|---------|-----------------|---|
| 名誉会長  |    | 藤川 隆昭   | 陸上競技協会          |   |
| 会長    |    | 原嶋 和男   | 元中学校            |   |
| 副会長   | 総務 | 藤森寿美子   | バレーボール連盟        |   |
|       | 事業 | 藤田 薫    | サッカー協会          |   |
|       | 財務 | 奥村 元    | 軟式野球連盟          |   |
| 専務理事  |    | 安東 和義   | 卓球連盟            |   |
|       | 総務 | 小松有紀子   | ダンススポーツ連盟       |   |
|       | 事業 | 中川 稔    | ソフトボール連盟        |   |
| 部長    | 財務 | 中川 豊    | 会社役員            |   |
|       | 総務 | 鉄谷 晃三   | 少林寺拳法連盟         |   |
|       |    | 田澤 英徳   | サッカー協会          |   |
| 針尾日出義 |    | 総合法務事務所 |                 |   |
| 理事    | 事業 | 今野 秀樹   | バドミントン連盟        |   |
|       | 財務 | 阿部 夏子   | NPO法人レッツ        |   |
|       |    | 萩原 茂    | 太極拳協会           |   |
| 監事    |    | 大澤 則雄   | 少年軟式野球連盟        |   |
|       |    | 中森 佳子   | 元小金井市役所会計課長     |   |
|       |    | 阿部 雅規   | 元小金井市役所監査委員事務局長 |   |

任期:名誉会長を除く役員の任期は平成28年の定時評議員会まで

# 第25回 シニアスポーツ フェスティバル開会式

体協副会長 藤森寿美子



ました。

ラジオ体操会連盟の選手宣誓は、気合と声も力強く、元気が溢れていました。

また、毎年恒例となります参加者全員での小金井体操とラジオ体操で体をほぐし、最後は新舞踊連盟のアトラクションで目を楽しませて頂きました。

今後、各会場で熱戦が繰り広げられることと思います。楽しみにしております。

節目となる第25回目の「シニアスポーツフェスティバル開会式」が6月6日土曜日午前10時から市総合体育館大体育室で行われました。

参加の15競技団体をはじめ、来賓8名、関係各位を含め、総勢123名の方達が参加し



# 東京都民体育大会 開会式

体協理事 針尾日出義

5月10日曜日、東京体育館にて、都民体育大会・東京都障害者スポーツ大会「合同開会式」が行われました。スポーツキャスターの荻原次晴さん、スイミングアドバイザー/バルセロナオリンピック金メダリストの岩崎恭子さんの総合同会による約2時間の式典でした。今回の式典には、東京都体育協会会長でもあり、アテネオリンピック銀メダリストの山本博氏さんを始め、司会の荻原次晴さん、岩崎恭子さん、アテネオリンピックに出場した室伏由佳さん、北京ロンドンパラリンピック2回連続出場の大塚佳久さんと、オリンピック出場経験者、メダリストが多数出席されており、スポーツのイベントとしてとても豪華な式典でした。

また、手話ダンスボーカルパフォーマンスグループの「HAND SIGN (ハンドサイン)」によるパフォーマンスや出席者参加型のイベントは、本式典を大いに盛り上げました。選手の皆様には、事故・怪我無く、

日ごろの練習の成果を十分に発揮することが出来ますよう心より祈念しております。



## 今年度の体協の主な事業(抜粋)

|          |                             |
|----------|-----------------------------|
| 4月7日     | いきいき健康スポーツ教室                |
| 5月10日    | 都民体育大会開会式・選手派遣              |
| 5月14日～   | 親子体操教室(後期は10/1～)            |
| 5月～      | 水泳教室                        |
| 5月27日    | チャレンジデー                     |
| 6月6日     | 第25回シニアスポーツフェスティバル開会式       |
| 6月       | 第40回法人化記念婦人子供大会             |
| 7月18日    | 第48回市町村総合体育大会開会式・選手派遣       |
| 7月24日    | なんでもやってみようスポーツ教室(HIP HOP)   |
| 8月～9月    | 都民生涯スポーツ大会・都民スポレクふれあい大会選手派遣 |
| 9月1日     | ヘルシーフィットネス教室                |
| 9月13日    | 市民体育祭開会式                    |
| 9月開催予定   | 加盟団体連絡調整会議                  |
| 10月12日   | 市民スポレクの集い                   |
| 10月18日   | 少年少女野球教室                    |
| 11月23日   | スポーツ少年団交流大運動会               |
| 12月初旬    | メンタルトレーニング講座                |
| 12月12日   | 市民スケート教室                    |
| 1月8日～11日 | 市民スキー教室                     |
| 1月16日    | 多摩・島しょ振興事業 キッズテニス(パワーUP)    |
| 1月30日    | 新春のつどい                      |
| 2月7日     | スポーツ少年団運動適性テスト              |
| 2月21日    | ジュニアサッカーフェスティバル             |
| 3月中旬予定   | 市民健康開発事業                    |

# 加盟団体の活動紹介コーナー

## 小金井市柔道連盟



練習風景

スポーツとして、武道として、柔道を学ぶ！小金井市柔道連盟（1966年創立）は、参加無料（未成年者）で稽古をしています。美しい礼法をはじめ、体力づくり、友達づくり、

親子の絆づくり、ケガの防止や体育の授業の補習など、参加者の目的はいろいろ。メンバーは園児、大人（男女）で、初心者も有段者と幅広い。場所：小金井市立第一中学校クラブハウス内柔剣道場  
練習日：毎週水曜日・金曜日 19時～21時、日曜日 10時～12時

小金井市柔道連盟

理事 鴨下 忠司郎

問合せ先 電話 381-8311 (鴨下)

練習の成果は、年2回の大会で発揮します。年1回の昇級認定有り。随時見学者歓迎。

## 小金井市グラウンドゴルフ連盟



グラウンドゴルフ連盟の皆様

グラウンドゴルフ連盟は「健康寿命を伸ばすこと」を目標にして上水公園運動施設グラウンドで日頃活動をしています。競技は男女を問わず、中高年向きで、高度な技術を必要

としません。然も全力を出す場面と集中力を発揮する場合とが微妙に上手く組み合わせられていて誰でも気軽に参加出来るのが大きな特長です。日常の練習での成績は飽くまでも自身への励みに留めて、互いにプレーをしなから「仲間との絆」の醸成

小金井市グラウンドゴルフ連盟

会長 村杉 清和

を大切にして、これからも健康な中高年の仲間作りを目指して活動していきたいと考えています。

## やった！準優勝だ

体協副会長 藤田 薫

昨年、創立40周年を迎えたサッカー協会の代表が、5月9日から開催された第68回都民体育大会において強豪を相手に「準優勝」の栄冠を獲得しました。

都民体育大会サッカー競技は都内33地区の参加で争われました。

小金井市代表は二回戦からの参戦ですが、対荒川区戦は

1-1の同点でPK戦の末3-2で勝利。翌週16日の三回戦は足立区との対戦です。この試合も2-2の同点です。PK戦を6-5で制しました。四回戦、相手は毎年近隣市同士で交流戦を実施する調布市です。調布市代表は過去に優勝経験もある強豪です。この試合1-0の辛勝でした。これまでベスト4進出。実は、ここまでの順位は何度か経験している小金井代表です。31日、準決勝は日野市代表との対戦

です。スコアは2-0ですが、決して楽な戦いではありませんでした。6月7日、いよいよ決勝戦です。相手大田区代表は準々決勝を8-1、準決勝は6-0とかなり得点力のあるチームです。11時30分、キックオフの笛が鳴りました。一進一退の好ゲームです。先制は大田区。25分過ぎ、我チームのミスを見逃さず、ボールを奪うとそのままゴールネットを揺らしました。数分後にまた失点で

す。前半を0-2で折り返します。後半に入り、逆転すべく選手たちも奮闘します。しかしながら次の1点は大田区。点差がついてしまいがちな状況です。終了5分前、待望の得点ですが、2点目、3点目は奪えずそのまま試合終了。小金井市サッカーリーグ40年の歴史の中で初の決勝進出、そして準優勝。選手の皆様、スタッフの皆様、出場機会がなかった選手の皆様、お疲れ様でした。次回こそ頂点を期



準優勝のメンバー

待しております。

| 賛助会員(芳名) | 特別会員            |    | 普通会員         |    |
|----------|-----------------|----|--------------|----|
|          |                 | 口数 |              | 口数 |
|          | 安東 和義           | 1  | 大澤 悦久        | 3  |
|          | 小金井市スポーツ推進委員協議会 | 2  | 株式会社 ジェイコム東京 | 5  |
|          | 小金井市ソフトボール連盟    | 1  | 小金井市ゲートボール協会 | 44 |
|          | 小金井市バドミントン連盟    | 2  | 佐野 郁藏        | 2  |
|          | 小林 泰次郎          | 1  | 白鳥 正直        | 3  |
|          | 小松 有紀子          | 1  | 田澤 英徳        | 3  |
|          | 東京ヤクルト販売株式会社    | 1  | 欽谷 晃三        | 5  |
|          | 中川 稔            | 1  | 針尾 日出義       | 3  |
|          | 中森 佳子           | 1  | 餘助 博         | 1  |
|          | 藤田 薫            | 1  |              |    |
|          | 合計              | 12 | 合計           | 69 |

### 平成26年度スポーツ少年団「運動適正テスト」について

体協理事 大澤 則雄

2月8日曜日に小金井市総合体育館大体育室で市体協加盟のスポーツ少年団11団



278名が参加して「運動適正テスト」が実施されました。このテストは基礎となる共

通テストとして運動能力を中心に、比較的総合的なからの動きをみる5種目へ立ち幅跳び、上体起こし、腕立伏臥腕屈伸、時間往復走、5分間走のテストを実施して、その総合判定を行い、運動のモチベーションとして活用できる簡易な共通テストです。

参加者は、30名以上のスポーツ及び父母役員の指示のもと、団毎にテスト種目を精力的にこなし、昼過ぎには全員の測定が無事終了しました。

測定結果は点数に換算され、年齢別に6段階に判定し、後日各団体から個人に配布されました。

この結果を有効に活用し、27年度の団体・個人の飛躍を期待したいと思います。

### スポーツを楽しむ

#### 水泳と私

小金井市水泳協会副会長 宮崎 英子

九州の田舎の、子どもにとって大きな川の近くで育った私は、晴れた夏の日には川で水遊びの毎日でした。これがベイスとなり、私はその後水泳指導員と、水泳教師の資格を取得しました。小金井市では、平成元年に総合体育館が完成

し、私は室内プールで年間を通して教室の指導を行い、夏には小中学校の授業プールで指導をしています。

水泳はリハビリに最適の運動といえます。私自身、水に親しんで半世紀以上経ちますが、水泳のお陰で健康維持ができています。水遊びから水泳そして生涯水泳、これから子どもから高齢者まで、一緒に水泳を楽しんでいきたいと思っています。



### いきいき健康スポーツ教室と親子体操教室

体協理事 中川 稔



「いきいき健康スポーツ教室」はシニア世代の皆さんを対象に、健康で明るい生活の一端を担って頂く為に、4月から6月上旬までの毎週火曜日、合計9回に渡り、上水公園や総合体育館でゲートボール、グラウンドゴルフ、バトミントンやミニテニスを実践いただく内容で、参加者は延べ人数

### 編集後記

数で150人を超えております。「親子体操教室」は5月から7月の8回に渡り実施。さらに10月11月で8回を予定しております。講師笠松文子先生のお子さんが運動する喜び楽しさを体験し、お母さん達と一緒に体操することで、心身のリフレッシュを少しでも手助け出来るようプログラムを構成しています。ちなみに前年度の参加者は、親子総勢で延べ820人に楽しんでいただきました。

先日、デンマークの自転車通勤・通学の様子をテレビで見ました。私の知人にも自転車通勤の方が数人います。朝のコペンハーゲンの自転車専用道路にはスキリ顔の人々が長々と帯のように続いています。インタビューに答える女性は、爽やかな外気に触れることで体も健康になり、医療費抑制、環境問題にも貢献できる等、健康で毎日を過ごせることは沢山の利益を生むものですね。さて、55号では第1面でチャレンジャーを取り上げました。多くの方が日常的にスポーツに接しておられ、健康に対する関心の高さは並々ならぬものをお持ちでした。市民のために、体協として出来ることは何か？今後もアイデアを出し合って進んでまいります。55号発行に当たり、ご寄稿頂きました皆様には心よりお礼を申し上げます。

特定社会保険労務士・行政書士  
**はりお総合法律事務所** (電話：042-388-3500)

1. 個人から  
 ・遺言書作成って健康のうちが良い？・残業代って請求できる？

2. 法人・個人事業主から  
 ・マイナンバー、会社は何かしないといけない？  
 ・労働保険って何？いつ入るの？・給与計算やってもらえる？  
 -最近このようなご相談がございました-

ご相談は電話・メール承ります(最初の相談は無料です)  
 電話(携帯):080-4388-3500 officehario@gmail.com

駅近のリゾート

## 東洋食堂

本場のタイ料理をお楽しみください。

18:00 ~ 24:00  
 Lunch Time 11:30 ~ 14:00 (不定期)

Tel 042-381-1264  
<http://www.touyou-shokudou.com>