

# みたか体協だより



〒181-0004 東京都三鷹市新川 6-37-1 SUBARU 総合スポーツセンター内  
TEL.FAX0422(43)2500  
http://www.mitaka-taikyo.com/  
e-mail:qqrt38y9@fancy.ocn.ne.jp

**23号**

発効日(年2回発行)  
2019年8月23日

発行 三鷹市体育協会  
会長 吉田 武  
編集 広報部



## 第72回都民体育大会及び 第20回東京都障害者スポーツ大会合同開会式

第72回都民体育大会総合成績 (54地区、14,494名参加)

	1位	2位	3位	三鷹市
高松宮殿下記念杯 (男子総合成績)	江東区	大田区	足立区	第21位
高松宮妃殿下記念杯 (女子総合成績)	江東区	大田区	練馬区	第21位

三鷹市上位団体成績

男子	テニス 2位、バレーボール 3位、 駅伝競走 4位、少林寺拳法 7位
女子	バレーボール 3位、弓道 6位、 アーチェリー 8位

令和元年5月3日第72回都民体育大会及び第20回東京都障害者スポーツ大会の合同開会式が昨年続き、新緑の武蔵野の森総合スポーツプラザで開催されました。  
写真は開会式に出席した、三鷹市体育協会のみなさの集合写真です。



都民大会開会式入場行進

# 第52回市町村総合体育大会

今年度の大会は、国分寺市を幹事市とする三鷹市を含む第4ブロックが主催し、実施しました。

第4ブロック【三鷹市、国分寺市、武蔵野市、府中市、調布市、小金井市、狛江市】

## 第52回市町村総合体育大会の概要

- ・開会式 7月13日(土)
- ・開催種目数 14競技、22種目(三鷹市12競技、20種目参加)
- ・参加選手四、九八七人(三鷹市298人参加)
- ・三鷹市を会場とする競技種目及び日程  
7月13、14、20日

ソフトボール(男子・女子) 大沢総合グラウンドほか他市3会場

7月28日 空手道(男子)

SUBARU総合スポーツセンター

8月4日 卓球(男子・女子)

SUBARU総合スポーツセンター

## 第52回市町村総合体育大会の結果

### (1) 全体

総合1位 八王子市 2位 府中市

3位 立川市

### (2) 三鷹市成績

三鷹市総合6位(男子7位、女子5位)

陸上競技(男子2位)

水泳競技(男子1位、女子1位)

バレーボール競技(男子3位、女子2位)

ソフトボール(男子3位)

卓球競技(女子5位)



入場行進



開会式



## バスケットボール 明星学園高校女子

関東大会、東京都インターハイ予選とも準優勝し、45回目の出場となった鹿児島インターハイ。

7月26日に鹿児島空港に降り立つと、東京とは比べものにならない暑さを感じた。激闘の予感。

一回戦は、富山代表の高岡第一。110点の得点中70点は、スタートのメンバーがもぎ取った。中でも3年間地道に努力を重ねた三年生が16点を稼ぎ出した。

二回戦は、今大会超えたい壁の一つ。前半は4点リード。お互い自チームの流れに持って行きたいが、そうならないもどかしさ。後半残り1分半、一点差を追う。風は相手チームへ。3pが吸い込まれた。

内容では相手を圧倒したが試合では負けた…悔しさよりも、次への課題と頑張り続けた選手たちへ褒める言葉しかなかった。

高橋三絵



## 第95回

# 市民歩行力測定会

第95回市民歩行力測定会を5月26日(日)に実施しました。

気温32.6度、5月とは思えない猛暑日の中での歩行力測定会でした。

2回目となります三鷹市

中央公園内通路及び周辺歩道での実施でした。暑さの影響もあり、前回に比べ参加者数も周回数も減少しました。しかし、参加者の

皆さんは水分補給を行いな

がら、楽しんでいただいた

方が多かったです。周回数

も平均2週程度は歩いてお

り、歩くことの楽しさを感じ

ていただくと、きっかけと

なったと思われます。

参加者の皆さん、お手伝

いをいただいた10名の役員さ

ん、暑い中、盛況に終わる

ことができ、ありがとうございます。



## ジュニア育成地域推進事業

## シニアスポーツ振興事業

とは

東京都体育協会が地域におけるジュニアスポーツの裾野を広げるため、また高齢者のスポーツ実施率の向上や健康の増進・維持に寄与するために地区体育協会及びその加盟競技団体と連携し、大会、教室、強化練習等を実施しています。

### 平成31年度東京都ジュニア育成地域推進事業

### 平成31年度東京都シニアスポーツ振興事業

主管団体	事業名
水泳連盟	指導者養成研修会(水泳)
	夏休み子供水泳講習会
ソフトボール連盟	ジュニアソフトボール教室
	三鷹市ジュニアソフトボール大会
剣道連盟	三鷹市ジュニア剣道教室
	剣道指導者講習会
	三鷹市少年剣道錬成大会
卓球連盟	三鷹市ジュニア卓球教室
相撲連盟	三鷹市ジュニア相撲強化稽古
バスケットボール連盟	三鷹市中学生バスケットボール強化練習
アーチェリー協会	アーチェリー・ジュニア講習会
テニス協会	ジュニア育成硬式テニス教室
ソフトテニス連盟	中学生ソフトテニス強化大会(夏季)
	ジュニア育成ソフトテニス強化講習会
	中学生ソフトテニス強化大会(冬季)

主管団体	事業名
釣魚連盟	三鷹市シニアキス釣り大会
ターゲットパードゴルフ協会	ターゲット・パード・ゴルフ講習会
ソフトテニス連盟	三鷹市シニアソフトテニス大会
	三鷹市シニアソフトテニス講習会
剣道連盟	三鷹市シニア剣道指導者講習会
卓球連盟	シニアのための卓球教室
弓道連盟	みたかシニア弓道大会
テニス協会	シニア健康硬式テニス・ダブルス大会
水泳連盟	シニアのための泳法別講習会
ダンススポーツ連盟	ダンススポーツシニア講習会
武術太極拳連盟	シニア太極拳講習会

## 三鷹市スポーツ少年団

昭和37年(1962年)6月23日、日本スポーツ少年団が創設され、単位スポーツ少年団、市区町村スポーツ少年団、都道府県スポーツ少年団、日本スポーツ少年団の4つの段階で構成・運営されています。三鷹市スポーツ少年団は、昭和39年(1964年)11月より活動が始まりました。昭和40年剣道、相撲、野球の3スポーツ少年団の指導者と団員が参列し結団式が行われました。昭和41年三鷹市体育協会評議委員会で三鷹市スポーツ少年団の設置を承認され育成団体として、体育協会内に事務局が置かれました。現在三鷹市スポーツ少年団は、剣道、卓球、薙刀、スポーツチャンバラ、野球、バレーボールの6団が活動しています。地域における子供達の活動には、さまざまな団体が「青少年の健全育成」と言う同じ目的を持って活動しています。そうした中において、スポーツ少年団は、スポーツを通じた活動が主体となっている点に、その特色があります。スポーツ少年団とはどんな団体なのかを整理してみると、次の5つの要素があります。

- ① だれが→ こどもたちが
  - ② いつ→ 自由時間に
  - ③ どこで→ 地域社会で
  - ④ 何を→ 幅広いスポーツ活動を
  - ⑤ どのようにして→ グループ活動で行っている集団です。
- これからお子様に何かスポーツをとお考えの方、是非スポーツ少年団の方へお問い合わせください。

## 東京2020オリンピック テストイベント 「自転車ロードレース」開催



一年後の東京オリンピック・パラリンピック2020の、自転車ロードレースのテストイベントが7月21日(日)に開催され、武蔵野の森公園をスタート、各国のトップアスリートが自転車でのしぎを削っていました。

富士の裾野を周回する部分は省略されていますが、本番のコースを忠実にたどるレースで総距離179km、獲得標高3700mの超難関コースです。三鷹のスタート地点からは想像も着きませんが。



# 表彰者・表彰団体の皆様

- (1) 日本スポーツ協会公認スポーツ指導者等表彰 【水泳コーチ】  
平成 30 年 12 月 8 日  
丸岡 近賀子
- (2) 東京都体育協会生涯スポーツ功労者表彰  
令和元年 5 月 3 日  
堀江 順子
- (3) 東京都体育協会生涯スポーツ優良団体表彰  
令和元年 5 月 3 日  
三鷹市少林寺拳法連盟
- (4) 東京都市町村体育協会連合会功労者表彰  
楠 修次
- (5) 平成 30 年度三鷹市体育協会体育功労者表彰  
平成 31 年 4 月 18 日

- |        |             |
|--------|-------------|
| 藤原 佑子  | 三鷹市合気道連盟    |
| 馬庭 昭弘  | 三鷹市剣道連盟     |
| 有滝 郁子  | 三鷹市弓道連盟     |
| 西脇 勝   | 三鷹市野球連盟     |
| 荒木 代子  | 三鷹市陸上競技協会   |
| 田辺 俊彦  | 三鷹市サッカー協会   |
| 両角 美奈子 | 三鷹市ソフトテニス連盟 |
| 住瀬 秀夫  | 三鷹市山岳連合会    |
| 酒井 利長  | 三鷹市ゴルフ連盟    |
| 有馬 義則  | 三鷹市ボウリング連盟  |



丸岡 近賀子さん



堀江 順子さん



楠 修次さん



平成 30 年度三鷹市体育協会体育功労者表彰の皆様



空手道は、かつて琉球王国であった沖縄県で古くから伝わっていた格闘技「手」(ティー)が、中国から伝わった拳法の影響を受けて独自の発展を遂げました。

礼儀を重んじ心身を鍛え、智・徳・体の調和のとれた人間形成に適した日本を代表する

## 「空手道とは」



第⑩回  
空手道連盟会長  
石井 良司

## ぶらり健康法

る武道です。

東京オリンピック・パラリンピック2020大会では、空手道組手と型のカテゴリーすべての金メダル獲得を目指しています。

さて、空手道は、基礎体力の向上、柔軟性、ストレスの発散など、心身の健康管理や理想の体型に近づけるダイエットに適しています。ダイエットの基本は、食事と運動と睡眠時間です。また、自由組手の練習は年齢や身体的状況を考慮して行いますので、老若男女問わず安心して練習できます。

行動目標をしっかりと立て、継続性をもって練習に励みましょう。

(次回は、アーチェリー協会会長)

## 編集後記

皆さま酷暑の日々お疲れ様です、先日自転車のロードレースサポーターとして大会に参加いたしました。レースの迫力を感じ取りました。来年の本番はすごいことだと思います。体協だよりもより、一層充実させたいと思いますので、皆様のご協力をお願い致します。

広報部 部長 中野