

笑しらかわ顔



スポーツを通じて心身の健全な育成と

明るいまちづくりを推進しよう

多くの市民がギネス記録に挑戦するスポーツフェスティバル

NPO法人白河市体育協会

理事長 眞壁 貢

平成29年10月9日（体育の日）、今年もギネスに挑戦・しらかわスポーツフェスティバルが中央体育館において開催され、多くの「老若男女」が30種目のギネス記録（白河市）に挑戦した。

平成元年、市制40周年・白河市体育協会設立30周年の記念事業として、市民総参加のもと、誰もがスポーツを楽しみ、体力の向上につなげるという趣旨により始まったこのフェスティバル。

当初は陸上競技場において、50mバック走をはじめとし、18種



準備体操

目に挑戦し、記録を打ち立てる多くの市民の姿が見受けられた。その中には、シューズ飛ばし、20m逆立歩き、投げ矢など斬新な種目もあり、多くの市民でにぎわっていたが、何年か実施していく中で、種目のマンネリ化、天候に左右される外での開催日の不定期性などの理由で、参加者が減少傾向となり、フェスティバル開催さえ疑問に思われていた。



眞壁理事長も挑戦！

このような時期の平成3年に発生した「8.27豪雨災害」により、その年のフェスティバルは中止となった。しかし、この中止を機にフェスティバルを再び盛返そうと、体協事業部会を中心とする実行委員の提案により、天候に左右されない体育館での開催、又、実施種目の見直しにより、本当の意味での「老若男女」誰もが参加できるレクリエーション的な種目も取り入れ、新しいフェスティバルが開催された。これにより、再び参加者も増加ははじめ、体育館に多くの市民が戻ってくるようになった。

以上のように、紆余曲折を経て、現在の形として今日までにぎやかに開催されている。これから先も何らかの新しい提案をもとに、より楽しく、より手軽に、より多くの市民が参加できるフェスティバルに発展させられるよう、体協一丸となって邁進して行く所存であります。

ギネスに挑戦・しらかわスポーツフェスティバル万歳。



好評だったまちの保健室

◎スポーツフェスティバルで活躍する 女性委員会のメンバー

女性委員会のメンバーは、加盟団体から推薦された女性で組織されており、毎年、軽食コーナーを担当。おいしい焼きそば、フランクフルト、玉こんにゃく、コーヒーを手作りし、販売いたしております。お陰さまで、完売いたしました。ご協力ありがとうございました。



フランクに玉こんおいしいですよ！

総責任者 入谷 みちこ

メニュー	焼そば	フランクフルト	コーヒー	玉こん
◎責任者	十文字よし子	高橋 正子	赤城 紀子	山崎 真澄
○副責任者	辺見 玲子	星 孝子	瀧浪ひろみ	小松トミ子
担当者	蓮沼美千代	須釜ヨシ子	浅野きい子	今井 友子
	栗山 志乃	大沼クニ子	佐藤アキ子	荒井ハツ子
	田中久美子	金内 和江	中澤 良子	五十嵐里子
	山崎 信子	緑川 都	斉藤はる子	大河内光子
	加藤 恵子			
	米津 公子			
	前川 勝子			
	深谷 美子			
	穂積 恒子			
今井 敬子				
配達係	高橋 正子	今井 友子	山崎 真澄	加藤 恵子



フランクフルトください



おいしいやきそば出来ました

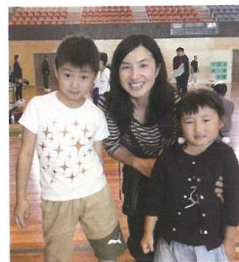
◎参加者にインタビュー

スポーツフェスティバルには毎年参加していて家族の年間行事の一つになっています。

体力測定の結果を日々の生活に生かし、時には酒の肴にして一杯やるのもまた楽しみ。。。笑



穂積ファミリー



金澤ファミリー

身体を動かすのが大好きなのでごく楽しかったです。あと、忍者王になれてとてもうれしかったので来年もチャレンジしたいな！

桑名市・行田市・白河市 友好都市スポーツ交流会本市で開催！

NPO法人白河市体育協会副会長・白河卓球協会副会長 入谷みちこ



三重県桑名市、埼玉県行田市、白河市の三市による友好都市スポーツ交流会が、11月4日・5日の両日にわたり開催されました。

これは、文政6（1823）年に、武蔵忍藩の藩主阿部正権が陸奥白河藩へ、陸奥白河藩の藩主松平定永が伊勢桑名藩へ、伊勢桑名藩の藩主松平忠堯が武蔵忍藩へそれぞれ転封され、「三方領地替え」と呼ばれる国替えが行われたのを契機として、まず、桑名市と行田市と

で友好都市が締結され、平成10年に白河市が加わって三市による交流が始まったものです。このスポーツ交流会は隔年で開催され、前回行田市においてソフトテニス競技で行われ、本市での開催は6年ぶりとなりました。

今回は卓球競技による交流会となり、各市の役員、選手総勢65名の参加がありました。交流試合は、三市の選手が混じった混合ダブルスで行いました。この形式はこれまで例がないも



ので、さすがに1回戦はお互いにぎこちなく緊張も見られましたが、試合が進むうちに和み、笑いやガッツポーズも出るなど大変盛り上がった試合となりました。

終了後は、伊藤徳宇桑名市長、鈴木和夫白河市長も参加しての懇親会が開催され、大いに懇親を深めました。

翌日は、小峰城を見学後、翠楽苑で抹茶と和菓子で一服し、昼食後お土産をたくさん購入



班目会長・鈴木白河市長・伊藤桑名市長

していただき、一行は帰途につきました。

卓球競技を通しての交流会でしたが、三市の交流が大いに深まり、有意義な2日間を過ごすことができ、たいへんうれしく思っています。

お世話になった関係者の皆様に、深く感謝申し上げます。



今、陸王で盛り上がる行田市



NPO法人白河市体育協会ニュース



市民スポーツ教室

日に日に寒さが増すこの季節ですが、カタールスポーツパーク(白河市総合運動公園)ではスポーツマイリクラブの各教室を元気に開催しております。今回は2教室をご紹介します。

◎教室の紹介



陸上教室『はやぶさになろう』

11月より冬季の陸上教室『はやぶさになろう』を開催中です。月2回、専門的な指導を受けられるとあって、定員を超える申込みがありました。教室では種目別練習の他に、楽しみながら体力アップができるよう鬼ごっこや体力づくりゲーム、神経系を刺激し身のこなしを良くするためのコオディネーショントレーニングも行います。

これらを通して、少しでも速く走れるようになったり、種目の技能を高められたりすることができ、陸上がもっともっと好きになれたらいいなあと思います。

前年度から引き続き開催しています『フライダイナイトフィーバー♪DISCO教室』は、昭和時代にブームを巻き起こした懐かしのディスコを今風にアレンジし、ノリノリで踊っちゃおうという楽しい教室です。

照明を落した薄暗い中で、カラフルなミラーボールライトがさらに雰囲気盛り上げます。受講者の皆さんは、ここで一週間の疲れを吹き飛ばし、すっきりした表情で帰られるのがとても印象的です。



フライダイナイトフィーバーDISCO教室

第58回白河市民総合体育大会

○参加者1.5倍増！！

前回案内しましたが、今回から所属町内会に参加ポイントと入賞ポイントが加算され、合計点で総合順位を決める町内会対抗が復活したことや、クラブやサークル、個人での申込みも可能になり気軽に参加できるようになったこともあってか、前回の996人を上まわって今回は約1500人の参加がありました。また、市民総体要項を全戸配布したことにより、大会の存在を初めて知った方も多かったようです。次回も内容に工夫を凝らし、さらに参加者が増えるよう努力していきたいと思えます。



参加者が増えてうれしいワン！！

順位	町内会名	ポイント
1	第一区	392 P
2	みさか	141 P
3	南湖ニュータウン	88 P
4	新蔵	87 P
5	中田	78 P

町内会ポイント総合順位(12/10現在)

☆第58回大会 団体種目結果

- 野球 ……1位 みさか 2位 泉岡 3位 郷渡・双石
- 綱引 ……1位 第一区
- ソフトボール ……1位 第一区 2位 九番町 3位 みさか・郷渡
- バレーボール ……1位 金屋町 2位 中田 3位 第一区・新蔵
- ゲートボール ……1位 真舟 2位 久田野 3位 旭町・本沼
- 家庭バレーボール ……1位 第一区 2位 北真舟
3位 みさか・南湖ニュータウン

スポーツマイリクラブ各種教室・白河市民総合体育大会のお問い合わせは事務局(白河中央体育館内)まで
(☎0248-29-8655)



フェイスブック、時々更新中！
『白河市体育協会』で検索！！

白河市におけるスポーツの未来像について

—スポーツ医学の立場から—

白河市スポーツ推進審議会会長 白河医師会会長 金子大成

1964年に東京オリンピックが開催されて以来53年。2020年オリンピックを控え、現在の日本のスポーツ文化は、医学や科学による集大成となっています。古典的スポーツ根性論に基づいてガッツだけでスポーツするようなことは、文化が成熟した現代社会では、もはや通用しなくなっています。

また、幼児期に運動習慣をつけることは、学童期の体力向上に良い影響を与え、青壮年期の生活習慣病リスクの低下になると考えられています。そして健康的な身体の育成は、社会適応能力や認知的能力の発達にも有効と言われます。



現代のスポーツは、大きく分け、勝つことが目的とされるチャンピオンスポーツ、青少年の健全育成のための人間教育としてのスポーツ、心身の健康増進のための生涯健康スポーツの三つに分けることができます。

まず、チャンピオンスポーツにおいては、勝つことが優先されるあまり過熱した結果至上主義や重篤なスポーツ障害に陥り、やがて燃え尽きてスポーツを断念せざるを得ない状況となることもあります。勿論、日本特有のスポーツ根性論では結果はついてこないことが、幾多の事例で証明されており、医学と科学による総合的な裏付けのある指導や判断が必須となります。

二番目の人間教育におけるスポーツの意味は、文武芸三道という教育目標や知育・徳育・体育の三育という基本的教育理念で知られています。特に日本武道においては、

- ① 身体を鍛えるのではなく、鍛えるのは心
- ② 技を身につけるのではなく、身につけるのは礼儀
- ③ 戦うのは相手ではなく、自分

と、心構えと礼儀を学ぶことが尊ばれています。

スポーツを通じた青少年の健全育成、文化の集積としてのスポーツを通じての人間教育が、現場において最も重要視されると考えます。

最後に、生涯健康スポーツとしての重要性ですが、日本は世界最高の長寿国ではありますが、我が県南地区では残念ながら平均寿命も健康寿命も全国平均より短く、またメタボ率もワースト地域になっています。しかし、幸いに中田総合運動公園を中心とした南湖、阿武隈川、谷田川などの湖川沿いのウォーキングやサイクリング環境が整備されており、自然環境に恵まれたスポーツ環境を備える素晴らしい地域であります。

最近の地域スポーツ指導における問題としては、小中学高校生の体幹機能の鍛錬の不足と成長期におけるストレッチ不足によるスポーツ障害の多さが指摘されています。

11月に行われた日本臨床スポーツ医学会でも、福島県の小中学高校生の部活動においては、練習時間が長く故障が多いのと成果が伴わないことが報告されています。動作フォーム以前の基本姿勢の不良や体幹機能が不足しており、適切なスポーツ指導者の育成も急務と考えられます。

さて、10年後の白河における望むべきスポーツ環境ですが、白河は県南唯一の中核都市であります。残念ながら冬期における体感温度や日照時間の低さにより、冬期間の屋外活動時間は少なくなってしまう自然環境でもあります。冬期でも利用できるスポーツ施設として、オールシーズン利用できる屋内プール。また、テニス・バドミントンや卓球などのラケットスポーツが障害も少なく健康寿命を伸ばすことが前述のスポーツ医学会で報告されています。冬期も利用できて、これらラケットスポーツの大きな大会も開催できるような巨大体育館の建設。そして、日本伝統的武道の学び舎となる武道館。これらの施設が整備されることを願いつつ筆を置きたいと思います。



《えひめ国体弓道少年男子 近的の部 優勝》

「一射同心」

白河高等学校 三年 中宿 元太

2017年福島県少年弓道チームは、「一射同心」というテーマを掲げ、日々努力してきました。一射同心とは、一人の一射に同じ心を持って戦うという意味です。国体本選へ進んだのは、男子チームのみとなってしまいましたが、ミニ国体後からの一ヶ月間、女子チームやチーム福島の皆様が、常に支えてくれ応援し続けてくれました。

試合で弓を引いていたのは3人でしたが、想いはチーム全員で戦っていました。そのおかげで緊張することなく、のびのびと楽しんで弓を引くことができました。



チーム全員が一丸となって全国制覇することを疑わず、目指し続けた結果が、今回のえひめ国体弓道少年男子近的の部での優勝だと思います。

私は、国体チームが結成されてからの3ヶ月間で、多くの人と繋がり、弓道の技術、精神力など様々な面で成長することができたと感じています。今回の経験を生かし、これから先の人生において、困難なことがあっても、成功することを信じ、努力し続けていきます。

「えひめ国体を終え、感じていること」

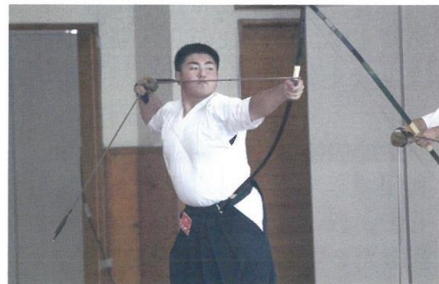
白河高等学校 三年 鈴木 陽太郎



国体は、高校弓道最後の試合でした。福島選抜として選ばれて約3ヶ月という短い期間でしたが、全員が仲良く、「一射同心」のテーマのもと、信頼しあっていたチームでした。時には明るく楽しく弓を引き、時には思うような結果が出なく、辛い時もありました。しかし、全員が全国制覇という目標に向かって、ひたすらに努力することができました。このことが、優勝することができた最大の要因だったと思います。

会場では、尋常でない緊張感の中でも、自分がやってきたことを信じ、いつも以上に楽しくのびのびと弓を引くことができました。準決勝、決勝ともに射詰競射の末に勝つことができましたが、そのような重要な場面でも楽しく弓道ができました。常に勝つことを考え、行動することができました。

私は、優勝した瞬間は、あまり実感が湧かなかったのですが、時間を追うごとに少しずつ湧いてきました。後輩がまた全国に名を轟かすことを願っています。



『私のソフトテニス人生』

チームダンロップ 小谷 菜津美

私の人生にとってソフトテニスはとても大きな存在です。兄がソフトテニスをしていたのをきっかけに6歳から始め、今年で16年目になりました。初めてラケットを握った時の感触は今でも忘れられません。ラケットの大きさは、自分の身長と同じくらいで、「重くてラケットを振れるわけない」と思ったのが第一印象でした。



そして、上手な選手を見る度に「私も上手くなりたい。強くなる。」と憧れを抱いていました。私は、足が特別速いわけでも体力があるわけでもありません。そのため、毎日練習を行いトレーニングも欠かさずこなしてきました。その成果もあり小学3年生から全国大会出場、高校でインターハイ個人・団体優勝、社会人4年目に全日本社会人選手権で優勝することができました。

これからの目標は、皇后賜杯、実業団の団体戦で優勝することです。しかしながらそれは、通過点に過ぎません。私の夢は、国際大会に出場し金メダルを獲ることです。来年の国際大会は、インドネシアにて開催され日本代表として5名選出されます。技術だけではなく、体力・メンタルも当然必要になっていきます。強くなるためには、自分で限界をつくらない。そして、何よりも明るく元気に笑顔でプレーすることをモットーに練習に励んでいます。



これまでソフトテニスをさせてくれた両親にとっても感謝をしています。全国どこの大会でも応援にかけつけてくれます。進学、就職する時も背中を押してくれたのは両親でした。高校卒業後白河市に住み、市長を始め多くの方にご支援・ご声援を頂き本当にありがとうございます。また、実業団に入りたくさんのことに感謝しています。苦しいとき嬉しいときどんなときも、共に分かち合えるこんなチームが大好きです。そしてソフトテニスが誰よりも大好きです。どんなときも感謝の心を忘れず、実業団としてのプライドをもちソフトテニスを続けていきます。

平成29年度NPO法人白河市体育協会賛助会員

財政基盤の確立と強化の一助とするために募集させていただいた賛助会員にご賛同をいただき誠にありがとうございます。心より御礼申し上げます。ご協力いただきました賛助会費は、本協会の事業推進の経費の一部として有効に活用させていただいております。各種の事業を継続し、さらに充実させるためには、安定的な財源の確保が必要になりますので、今後ともよろしくご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

《団体会員》

(有) アルファ	(有) 大高重機	NPO法人カルチャーネットワーク
協業組合白河地方リサイクルセンター	(株) 共和建商	クライミングジム ロック&フィドル
こちや自動車工業 (株)	さくらい	医療法人社団 慈泉会
(株) 鈴木建設	大東土建 (株)	(株) 高橋工材
高橋自動車工業 (株)	(有) 田ノ上製作所・白河工場	(株) 中商
日工技研 (株)	日本工機 (株) 白河製造所	日本録機工業 (株) 白河工場
(有) 梅寿	福島小松フォークリフト (株)	藤田建設工業 (株)
(有) 水啓木材	(株) 緑川産業	夢みなみ農業協同組合
(有) ワタベ印刷所	※他に匿名希望 2団体	

《個人会員》

青村 修明 (青村歯科医院)	荒谷 俊彦 (白河高原フィールドアーチェリーレンジ)	有賀 初子
大高 貞男	大竹 真二	斎藤 慎一
安田 豊	※他に匿名希望 1名	

(平成29年4月1日から12月1日までにご賛同いただいた方を掲載しています。五十音順・敬称略)

編集後記

今年度の市民総合体育大会も終盤となり、参加人数は昨年度(996人)に比べ、今年度は、サッカー競技を残し約1500人の参加となり、増加いたしました。各種目団体の努力に感謝申し上げます。

さて、平成29年も残すところ1ヶ月となりました。今年も各種目において、活躍された選手の皆さんや指導者及び功労者の推薦をお願い致しましたところ、多数の推薦が上がってきており、理事会で承認され次第、1月27日(土)に表彰式を行う予定となっております。

また、2020年の東京オリンピックに出場するような選手が育つよう願っております。

事務局としても、今後さらに白河市民のスポーツを通じた「健康増進」と「明るいまちづくり」に頑張っていきたいとスタッフ一同、思っております。

(広報担当：三森一男、緑川一男、深谷光男、松崎真由美、有馬比呂美)

○中央体育館内ビデオ企業紹介・ホームページ広告募集中!!

※詳しくは、中央体育館事務所(担当：高橋)までご連絡ください。