平成28年度上期　市民大会結果

●市民ソフトボール大会　平成 28 年 5 月 22 日　リバーランド

優　勝	準優勝	3　位	
土田	西堀江	西田中・弁天	下河原

●春の市民ハイキング（ハイキングクラブ）　平成 28 年 5 月 28 日　海上の森

海上の森市民ハイキングには 43 名が参加しました。7km の物見山コースの二つの班と 4.3km の里山コースの 3 班に分かれて歩き、各コースとも、爽やかな木々の緑と、ウグイスはじめいろいろな小鳥のさえずりを存分に楽しみ、心地よい汗をかきました。。物見山コースでは、眼下に見える瀬戸市の街並みや近代的デザインの瀬戸デジタル放送タワーの眺めも印象に残りました。

●秋の市民ハイキング（山岳部）　平成 28 年 9 月 22 日　中山道（木曽街道）

江戸と京都を結ぶ中山道、藪原宿と奈良井宿の間、約 9km を 3 時間半ほどかけて歩きました。生憎の雨でしたが、江戸時代の旅人の苦労を想像しながら木曽路を歩きたいとの強い要望で、中山道屈指の難所、鳥居峠越えに挑戦しました。現代のような雨具も靴もない時代の旅人の苦労を体感し、終着地の国の重要伝統的建造群に指定されている奈良井宿では、江戸時代の生活様式や文化を学ぶ事ができました。参加者は 50 名でした。

●第 11 回清須市民テニス大会　平成 28 年 9 月 25 日　新川テニスコート、浄化センターテニスコート

種目		優勝	準優勝	3 位	
男子	1 位トーナメント	加藤・岩田	渡辺・小川	堀尾・竹本	渡辺・大竹
	2 位トーナメント	野村・上ノ園	三輪・永田	—	
	3 位トーナメント	上ノ園・高木	小川・今村	—	
女子	1・2 位トーナメント	岡田・高村	荒井・吉田	—	
	3・4 位トーナメント	足立・加藤	今村・村山	—	

水分補給は正しくできていますか？

日頃運動をしていて水やスポーツドリンクを飲んでいると思いますが、1 日の水分補給は適正ですか？

日常摂取量…水 1.2ℓを 8 回に分けて摂取（150㎖ / 回）
軽めの運動…日常摂取量 + スポーツドリンクを 1ℓ程度（飲みすぎには注意）
激しい運動…日常摂取量 + スポーツドリンク 1.5ℓ + 経口補水液 0.5ℓ程度（発汗量により異なる）

スポーツドリンクは、いろいろな飲料メーカーが販売していますが 100㎖中、ナトリウム濃度 40mg 以上の物がお勧めです。ただしカロリーが高いので飲みすぎには注意してください。
経口補水液とは水に塩と砂糖（ブドウ糖）を加えた飲み物で、体内の水に近い成分でできています。そのため発汗が多い時や体温が上昇した時に奪われた水分を補うのに適しています。

上手く飲み分けて正しい水分補給を心がけてください。（個人差がありますのであくまで目安にしてください）

【編集後記】

はじめまして編集委員新人です！

編集会議では初日より、諸先輩方の「体協だより」に対する熱い思いや、意気込みに圧倒されました。特に編集する際には、各クラブの情報を大切にし、また、各委員の意見を尊重し、話し合いにも熱がはいっていました。

編集委員として私も読み手の気持ちになって、「体協だより」を通して各クラブの「交流の場」となるような紙面づくりに、心がけていきたいと思います。（吉田）

【編集委員】
梶浦　重幸（副会長）　齋藤　勇（監事）
福岡　幸子（書記）　日下部寿子（リズムエクスプレス理事）
福田　守高（事務局長）　吉田　春美（テニス協会）
オブザーバー：伊東　隆夫（会長）

【問合せ先】
清須市体育協会事務局（新川ふれあい防災センター内）
TEL052-409-1535　FAX052-409-7765
ホームページ :http://www.kiyosu-taikyo.com

ホームページ :http://www.kiyosu-taikyo.com
QR コードからも
アクセスできます。▶

KIYOSU ATHLETIC ASSOCIATION

きよす体協

第8号
平成28年12月1日発行

「オリンピックを観戦して」　清須市体育協会会長　伊東　隆夫

今年、あの暑い 8 月に世界最大のスポーツイベント　オリンピックが南米のリオで開催されました。皆さんも、日本人選手の活躍を手に汗握って応援されたことと思います。私も気になる競技が行われた日は、深夜遅くまでテレビ観戦をしたため、翌日の仕事中辛いおもいをしました。

ところで、そのテレビ中継で日本人選手の活躍する姿を見ながら、私もあの大舞台に選手として立てたらと想像してしまいます。

でも、オリンピックに出場できる選手の多くは、両親がその競技では一流選手であり、また幼少のころから英才教育を受けていたことを考えれば、我々一般人にとっては残念ながら別世界の気がします。

ただ、卓球の福原選手が女子団体三位決定戦後のコメント「この大会期間中はずっと苦しかった」を聞き、メダルを期待される一流選手の苦悩を知りました。オリンピック選手のレベルになると、スポーツを楽しむという次元を超えているのかもしれません。

スポーツを楽しむという観点から考えれば、我々一般人の方が純粋にスポーツを楽しめる気がします。バドミントンで三流選手の私には「引退」の二文字はありません。一生現役が続けられそうです。（二流と書きたかったのですが、妻からのクレームで、あんたが二流だとすれば、世の中一流選手ばかりになるよと言われ、三流としました ･･･ 涙）

第12回全日本インディアカトーナメントに出場　〈インディアカ部会〉

インディアカ部会の「しぇばーす」が、7 月 2 日（土）東京体育館で開催された第 12 回全日本インディアカトーナメントのシニア男女混合の部に 2 年連続出場しました。

シニア部門は 3 コートに分かれ予選 3 試合が行われ、各コート上位 2 チームが決勝トーナメントに進みました。「しぇばーす」は 1 勝 2 分の 2 位で予選を通過しましたが、決勝トーナメントは 1 回戦で福島のチームにフルセットで惜敗しました。昨年は準優勝だったので「今年こそ！」と意気込んで出場したのですが残念でした。

試合の合間には、他チームの選手とインディアカ談議で盛り上がるなど、全国から集まった仲間との交流を図ることができました。

平成28年度上期　体育協会主催大会結果

バドミントン大会

平成28年3月27日　西枇杷島小学校

部	優　勝	準優勝	3　位	
男子１部	竹内 誠一郎 伊藤　健二	宮嶋　宣明 前澤　良	近藤　祐生 近藤　啓太	鹿島　昭裕 岡本　祐介
男子２部	鹿島 健士朗 岡田　康暉	伊東　隆夫 鷲崎　純一	元村　祐介 樋口　凌真	鈴木　和男 水谷　安伸
女子１部	鹿島　早苗 遠藤　理恵	下村　千裕 毛利　恵実	木原　安子 樋口 みつこ	近藤　育子 安井　有希
女子２部	林　佳津江 本多 久美子	早川 佐知子 小椋 志津子	佐藤 登美江 小澤 ひろみ	宇佐美 佳子 鳥越 南依奈
女子３部	伊藤 亜咲実 伊藤 菜央加	渡辺 美恵子 山本　智子	河合　真瑚 加藤　愛望	斉藤　憲子 近藤　美保

第 11 回テニス大会

平成28年4月24日　新川テニスコート

部	優　勝	準優勝	3　位
男子1･2位トーナメント	玉置・加藤	渡邉(瑛)･小川	渡邉(浩)･岡崎
男子3･4位トーナメント	近藤・松尾	三輪・永田	—
女子１位リーグ	岡田・宮本	吉田・荒井	—
女子２位リーグ	野村・中島	—	—
女子３位リーグ	山本・村山	—	—

第 10 回ソフトボール大会

平成28年4月3日～5月8日　新川緑地グラウンド、リバーランド

優　勝	準優勝	3　位	
地領クラブ	西田中4H倶楽部	豊町同好会	N･1クラブ

グラウンド･ゴルフ春季大会

平成28年5月12日　リバーランド

部	優　勝	準優勝	3　位
男子Ａブロック	竹山　　優(新川)	堀田 光明(新川)	桑嶋　　保(新川)
男子Ｂブロック	近藤 勝年(清州)	松村 時男(新川)	山田 友一(新川)
女子Ａブロック	長坂 明子(新川)	上田 明子(西枇)	岩田 初子(新川)
女子Ｂブロック	伊藤 信子(新川)	池村 幸子(新川)	山田 圭子(新川)

ソフトバレーボール大会

平成28年5月15日　西枇杷島小学校

部	優　勝	準優勝
トリムの部	西枇A	春日Ｂ
レディースの部	春日	西枇

棒術・杖術演武会

平成28年5月22日　ARCO清洲

シャツなどの衣類を鞭のように使って攻撃したり相手の武器や体に巻き付けて無力化する棒の衣どりの演武、約 180cm の棒を使う棒術、約 120cm の杖を使う杖術、水戸に伝わる薙刀のような伝統武術である長巻組太刀術など、年に一度の披露演武で、各自が普段の練習で研鑽した成果を発表しました。

バウンドテニス大会

平成28年5月24日　ARCO清洲

優　勝	準優勝	3　位
福岡　幸子 水谷　晴美	石黒 ゆき子 鍛冶 まさ子	後藤 登志恵 中本 みち子

9人制バレーボール大会

平成28年6月19日　桃栄小学校

優　勝	準優勝	3　位
フレンズＡ	team piyo	フレンズB

清須市弓道大会

平成28年6月26日　ARCO清洲

優　勝	準優勝	3　位	
男子の部	加藤　忠人	北崎　良治	高江洲 昌幸
女子の部	中神 佐知子	渡邉 由美子	白井 千鶴子
総合優勝	加藤　忠人		

サマーゴルフ大会

平成28年7月10日　岐阜県ひるかわゴルフ場

優　勝	準優勝	3　位
三輪　龍昭	吉田　英樹	内山　勝美

春日柔道大会

平成28年8月6日　B&G海洋センター

部	春日優秀賞
小学生 1、2 年の部	屋敷　陽菜
小学生 3、4 年の部	渡部　智世
小学生 5、6 年の部	渡部　昊世
中学生女子の部	水野　亜美
中学生男子の部	石本　　勝

吉法師会剣道大会

平成28年9月13日　ARCO清洲

部	優　勝	準優勝	3　位
中学・高校の部	葛谷　　魁	横山　拓実	久原　京子
小学生の部	中原　悠斗	大澤　晴司	加藤　湊斗
基本の部	立松　明莉	熊澤　豪杜	古川　実暖

あなたもスポーツを始めませんか？　部員および登録チーム募集！

お気軽に各会場までお出掛け下さい。　**問合せは清須市体育協会事務局（052-409-1535）まで。**

①部会名
②クラブ名
③代表者
④連絡先
⑤活動場所
⑥活動曜日・時間
⑦対象者
⑧クラブPR

①テニス協会
②新西枇テニスクラブ
③岡本務
④080- 2557-1293
⑤明電舎テニスコート又は
浄化センターテニスコート
⑥土・日・祝日　13：00 ～
⑦制限なし
⑧10代から60代までのテニスを愛する方々が良い汗を流し、練習と練習試合を中心に活動中！ダブルス中心の練習ですが、月１回シングルスの大会もありますので、シングルス希望の方も歓迎します。

①テニス協会
②清洲テニスクラブ
③野村孝史
④052-409-1535（体協事務局）
⑤清洲中学校コート・明電舎コート
⑥月３回（清洲中学校テニスコート）
月１回（明電舎テニスコート）
⑦制限なし
⑧毎週日曜日、気持ちの良い汗を流し、潤いある生活を目指しています。現在部員は13名(18～78歳の男子８名・女子５名）です。毎年体協主催の「春と秋の大会」に参加しています。少しでもテニスの心得のある方、体験に来て下さい。

①テニス協会
②春日テニスクラブ
③加藤八奈美
④052-409-1535（体協事務局）
⑤春日テニスコート
⑥土・日・祝日　10:00 ～ 12:00
⑦制限なし
⑧人数は９人と少ないですが、家族での登録も多く、アットホームな雰囲気の活動になっています。

①バウンドテニス部会
②新川バウンドテニスクラブ
③浅井建爾
④090-7304-4181
⑤ＡＲＣＯ清洲１階サブホール
⑥火・金曜　10:00 ～ 12:00
⑦18 ～ 65歳迄のスポーツ好きな人
⑧バウンドテニスは、卓球とテニスの面白さをミックスしたような、誰にでも手軽にできる室内競技です。
準備体操と基礎練習の後、みんなでゲームを楽しみ、全身を動かすので、健康づくりに効果的な、大変おもしろいスポーツです。

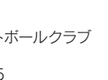
①社交ダンス
②清須社交ダンスクラブ
③加藤稔
④090-6092-7537
⑤清須市水の交流ステーション
⑥水・金曜 19:00 ～ 21:00
⑦制限なし
⑧現在27名の老若男女が月8回のダンスを楽しんでいます。少しでも興味のある方は、是非入部をして仲間と一緒に楽しい人生を送りましょう！！

①ダンス
②リズムエクスプレス
③日下部寿子
④090-4465-7693
⑤ＡＲＣＯ清洲１階サブホール
チームスタジオ
⑥月～金曜　時間は異なる(チームスタジオ)
土曜 13:00～19:00(ARCO清洲)
⑦3歳～一般成人まで
⑧「夢を実現させよう！」をモットーに、バレエ・ヒップホップ・ジャズダンス・タップを練習しています。基礎から発表会・大会まで、熱心に指導しています。見学・無料体験OK。いっしょに踊りましょう！！

①野球審判部
②野球審判部
③後藤由弘
④052-401-5549
⑤清須市内グラウンド
⑥土・日・祝日
⑦制限なし
⑧少年野球、中学野球、成人野球の審判をやりませんか？

①少年野球部会
②新川若鷹少年野球クラブ
③高橋照雄
④052-400-9597(トヨシスポーツ)
⑤新川緑地
⑥土・日・祝日　9:00 ～ 15:00
⑦年長～小学校６年生男女
⑧子供たちが大好きな野球を通じて、「元気よく挨拶ができる」「感謝の気持ちを忘れない」「道具を大切にする」「最後まであきらめない」そんな子どもに育つよう活動をしています。部員は、同じ目標に向かって練習をし、経験を積み重ね、成長しています。監督やコーチも元気で一生懸命です。

①少年サッカー部会
②清洲ジュニアフットボールクラブ
③福田守高
④090-1238-3655
⑤清洲東小学校
⑥土・日・祝日　時間は異なる
⑦年少～小学校６年生
⑧サッカーを通じて、たくさんの友達を作り、基礎技術を身に付けて中学生へつなげます。
低学年から多くの試合を行いますので、とても楽しく、上手くなります。



①少年サッカー部会
②新川JFC
③石附和巳
④052-409-1535(体協事務局)
⑤新川小学校
⑥土曜　13:30 ～ 16:30(高学年のみ)
日曜　9:00 ～ 12:00
⑦制限なし
⑧スタッフ全員ボランティアです。みんなでサッカーの楽しさを共有できるチームを目指しています。体験練習、見学、大歓迎！特に低学年が少ないので、是非気軽にお問い合わせください。

①ジュニアソフトボール
②清洲ジュニアソフトボールクラブ
③高松雄一
④090-9948-7038
⑤清洲東小学校
⑥第１・３日曜　8:30 ～ 16:00
第２・４日曜　8:30 ～ 12:00
⑦小学校1年生～6年生男女
⑧小学生の男女混合チームなので、他学年とのつながりができています。挨拶や礼儀作法を重視して教えています。
保護者への負担は少なく、当番はできる人ができる時に行う体制です。
興味がある子、一緒にやりませんか!

①柔道部会
②春日柔道部会
③北川嘉憲
④052-409-1535
⑤Ｂ＆Ｇ体育館武道場
⑥第2・4火曜 19:00～21:00
毎週金曜 19:00～21:00
⑦年長～一般成人
⑧柔道の根本義である「精力善用・自他共栄」をもとに、自分や他人に対しての思いやりや礼儀を皆で一緒に身に付けていこうと思っています。
明るく楽しく元気よく、きたえよう心と体！！

①空手道部会
②ワールドカラテアカデミー清洲支部
③斉藤達也
④090-6465-8857
052-409-1535（体協事務局）
⑤新川中学校　柔剣道場
⑥土　曜（基礎クラス）19:00～21:00
火･木曜（中級クラス）19:30～21:00
⑦4歳～一般成人
⑧2020年の東京オリンピック正式種目の空手を始めてみませんか。小さなお子様でも大丈夫！空手道の礼儀からわかり易く教えます。親子、兄弟での入会もでき、見学・無料体験にご興味のある方ご連絡ください。

①空手道部会
②教育空手道
③田中健策
④090-3838-9133
⑤ＡＲＣＯ清洲１階サブホール
⑥水・土曜　19:00 ～ 21:00
⑦5歳から上限なし
⑧空手を通じ、子供には体を動かす喜び、高齢者には健康維持のためのエクササイズ、若い人には伝統の継承と創作、女性には身近な道具を使った護身術の活動をしています。「教育」という名にある様に、個性や自主性を重んじた稽古で「人間の根本を鍛え人間の尊厳を守る空手」を目指しています。

①剣道部会
②清洲吉法師会
③中田浩史
④052-409-1535(体協事務局)
⑤ARCO 清洲・各小学校体育館
⑥火・金曜　19:00 ～ 21:00
⑦小学生～一般成人
⑧剣道を通じて、礼儀正しく何事にもくじけない強い精神、素直な心、健康な体づくりを目指しています。
小学生から大人まで、元気いっぱい声を出して活動しています。
ホームページは「清須吉法師会」です。
見学・体験、随時受付中。

①ソフトバレーボール部会
②すみれクラブ
③野呂千賀子
④052-409-1535(体協事務局)
⑤ARCO 清洲メインホール
⑥火曜 10:00 ～ 12:00
⑦制限なし
⑧やわらかいボールを使用した手軽に始められる競技です。
年2回「すみれ大会」も企画しています。初心者の方も大歓迎です。
いい汗をかいてストレスを発散しましょう！子育て中のママ達もお子さんと一緒にどうぞ！！

①山岳部
②山岳部
③水谷紀代
④090-1864-1226
⑤新川ふれあい防災センター2階会議室
⑥第1・3水曜　19:30 ～
⑦制限なし
⑧私達は別名「山楽会」と呼び、山や自然を楽しむ会です。アウトドアが好きな方、私達と一緒に四季の大自然を楽しみませんか。ハイキングから愛知、岐阜、三重周辺の低山登山を主体とし、夏は山小屋泊りのアルプス縦走もします。陽光の下、新鮮な空気を吸う一日は、心身ともに最高のリフレッシュ！

①ハイキングクラブ
②ハイキング部
③山田辰年
④052-400-4047
⑤新川ふれあい防災センター・現地
⑥第2火曜(ミーティング)
月1回(実施目標)
⑦制限なし
⑧年齢に関係なく自然を楽しむクラブです。現在の会員は、62～88歳の33名です。自分の体力に合ったコースに参加し楽しめます。部内活動の他に、年１回市民大会も実施しています。今年度は海上の森に行きました。