

## 第3回関東ブロックセミナー開催

9月1日(土)～2日(日)にかけて富士箱根ランドで第3回関東ブロックセミナーが開催されました(神奈川県連盟主管)。初日の第1講義は古武術の身体の使い方を卓球の動きに取り入れた「布袋卓球スポーツアカデ



ミー」から布袋裕彦氏を講師に迎え、実践を交えながらの講座となりました。古武術の身体操法を卓球に落とし込んでいくと中国の卓球になっていくということ。紐を使って肩の可動域を広くしたり、体幹を意識することで安定性を増加させたり、一方の手の振り方を意識した動き等々、実践を交えて中身の濃い3時間でした。ちょっとした身体の使い方を変えただけで、スマッシュの決まり方や打球音が全く違い、本人もビックリするなど、参加者からは驚きの声があがりました。その後のスポーツ交流では引き続き卓球で、講座の内容をさらに深める参加者、ソフトバレーで交流を楽しむ参加者、ウォーキングで周辺を散策する参加者など3つの種目が用意されそれぞれ楽しみました。

夕食後は、交流会を開催し、東京、神奈川、千葉、埼玉の各県連盟の活動報告や、第1講義の布袋先生も参加したので、講義の質問や補習のような実演もあって盛り上がりました。最後は東京都連盟の萩原理事長がアコーデオ、千葉県連盟の園川理事長がリード役で「うたごえライブ」に突入し、「青い空は」や「涙そうそう」「365日の紙飛行機」等、参加者全員で楽しく歌い、閉会となりました。

二日目は、スポーツのひろばで連載中の「やまけん先生のブログ」でおなじみのスポーツ科学研究所所長、山崎健先生(新潟大学名誉教授)を迎えて「身体運動を科学する～やまけん先生のスポーツ科学入門」と題した、講義が行われました。パフォーマンスの向上についてや、筋肉の種類やその役割、また遺伝子検査をすることによってどの競技が向いているのかが分かってしまうことなど、科学的な見地から見ていく興味深い内容の講義でした。また後半は食事と運動についての話になり、栄養学から持久力に向いている食べ物、ウェイトコントロールについて、スポーツ時の給水のタイミングやアスリートの食事についてなど、スポーツと食事の関係についての話で、非常に身近な話題で理解が深まりました。

講義終了後に、閉会式が行われ受講者全員に修了証が渡され第3回関東ブロックセミナーは無事終了しました。次回は2020年のオリンピックの年に埼玉県連盟主管(予定)で開催されます。



紐を使っただけで肩の可動域が広がる!!



交流会での大合唱♪

# 58人でエントリー!! ミネラルウォーターズが優勝!!

## ～第34回東京年齢別水泳大会～

9月17日(月祝)に東京辰巳国際水泳場で第34回東京年齢別水泳大会(全国年齢別水泳大会と兼ねる)が開催されました。例年11月3日に開かれる大会ですが、会場の改修工事の影響で来年3月まで同会場が利用できないため、前倒しの日程での開始となりました。そのため若干参加者が減ったものの600名を超える選手が、記録更新や日々の練習の成果を試すなど、それぞれの目標に向かってレースに臨みました。本大会は団体で点数を競うという、他大会とは違った楽しみ方もあり、「ミネラルウォーターズ」チームが総勢58人、リレーに50チームエントリーし大会を盛り上げました。団体戦は、大人数でのエントリー作戦が功を奏し「ミネラルウォーターズ」チームが見事優勝を勝ち取りました。

水泳は競技志向が高まり、日々チームでの練習会、民間のスポーツクラブや公共のプールでの記録向上の練習会が盛んに行われています。この大会にエントリーした個人、団体は109ありますが、そのうち加盟しているのは20%未満。

このような大会参加者にいかに加盟してもらうかが今後の課題です。

東京五輪開催の影響で辰巳国際水泳場がしばらく利用できなくなります。また辰巳国際水泳場のすぐ横にオリンピックアクアティクスセンターが新設されます。五輪後この2つ水泳場が、水泳愛好者の皆さんにとって利用しやすい環境となるよう東京水泳協議会、東京都連盟は東京都に対して要望、要請を行っていく予定です。読者の皆さんからも五輪後の利用方法や、併設となる東京辰巳国際水泳場とアクアティクスセンターについて御意見等を東京都連盟まで是非お寄せください。(宮内泰明)



明治薬科大学チームの選手宣誓



優勝：ミネラルウォーターズ

準優勝：ウィッチモンズ 三位：くじらぐみ

# 男子 MAX(立川市・府中市) 女子 SHELTER(調布市) 優勝!!

## ～第5回東京都6人制バレーボール大会～

第5回東京都6人制バレーボール大会が、9月15日、24日の両日、埼玉県北本市体育センターを会場に開催されました。この大会は、全国スポーツ祭典/バレーボール大会の予選大会として行われたもので、女子大会、男子大会ともに優勝チームが全国大会出場権を獲得できるという狭き門で、大変な緊張の中で、試合が行われました。



女子大会は、参加チーム数が5チームと予選大会にしては、精鋭チームのみの大会となりましたが、最後に、優勝に輝いたのは、初出場の SHELTER(調布市)でした。

男子大会は、24日の開催。10チームが、一つの全国大会切符をめざして、これも白熱した試合ばかり。決勝リーグを制したのは、これまでも全国大会出場を経験しているMAX(立川市・府中市)が、Polaris(世田谷)に逆転して優勝しました。

男子大会、女子大会とも東京にバレーボールの種目組織の復活を展望した大会として、参加チームに東京都連盟の加盟を訴えました。参加チームからもリーグ戦の復活を期待する声が多く寄せられており、来年以降の活動に弾みがつきそうです。(萩原純一)



男子優勝の MAX

# 私たちの声で変えていこう!! あるべきオリンピックに向かって

## 第12回東京地方自治問題研究集会プレ企画 第8回提言討論会のお知らせ

2020年東京オリンピック・パラリンピックまであと2年。大会全体の予算、夏の暑さ対策、選手村の都有地投げ売り、スポーツ団体の相次ぐ不祥事等々問題課題が山積しています。私たち市民にとっても開催して良かったと思える東京五輪となるよう、あるべき五輪の姿を一緒に考えてみませんか?

**日時:2018年10月13日(土)13時~16時30分**

**会場:けんせつプラザ東京 5階**

**参加費:無料**

「ユネスコとIOCの憲章から見る2020五輪の意義と課題」

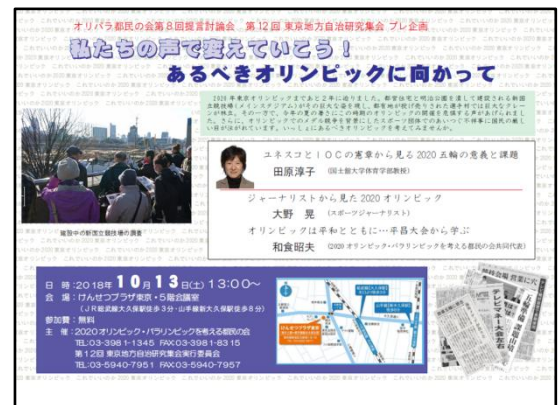
田原淳子氏(国士舘大学体育学部教授)

「オリンピックは平和とともに・・・平昌大会から学ぶ」

和食昭夫氏(2020オリパラ都民の会共同代表)

「ジャーナリストから見た2020オリンピック」

大野晃氏(スポーツジャーナリスト)



**お問い合わせ・申込先 新日本スポーツ連盟東京都連盟(平日10時~18時)**

**TEL:03-3981-1345 FAX:03-3981-8315 MAIL:njsf@tokyo.email.ne.jp**

## 荒川区連盟で初めての剣道大会開催!! ~90名以上の剣道愛好家が集まる~

荒川区連盟では、初めての試みとして9月16日(日)に荒川総合スポーツセンター武道場で剣道大会を開催しました。荒川区内の高校や道場に案内を郵送、全国連盟のホームページでも告知したところ、剣道愛好家の口コミも手伝って予想を大幅に上回る90名を越す参加者となりました。初めての大会で、エントリー漏れや、備品の忘れ、会場の状況が当初の想定と違ったなどアクシデントもありましたが、多くの参加者が率先して会場づくりや試合の組直し、さらには進行まで協力していただいたこともあり、怪我等もなく無事終了しました。審判や会場の記録係も、参加団体の多大な協力で大会を盛り上げていただいたことに重ねて感謝致します。大会開始早々に起こった先述のトラブルで、参加者からはお叱りの声も頂きましたが、今後も是非参加したいとの声や、このようないろんな剣士と試合できる機会を作っていただき有難うとの声もありました。今後の大会運営に本大会の教訓を生かしてさらに良い大会となるようそして、沢山試合をしたいという剣道愛好家の皆さんの要求に応えられるよう今後も活動していきたいと考えています。



# 東京都連盟スポーツカレンダー 2018年10月～2019年2月

## ランニング

- ・月例多摩川ロードレース  
11/9(日) 国立市菅河川敷グラウンド横
- ・月例赤羽マラソン  
11/23(日) 荒川河川敷
- ・第17回 検見川クロスカントリー大会  
12/16(日) 千葉・検見川総合運動場

### 第8回 ゆりかもめリレーマラソン

11/11(日) 東京臨海広域防災公園  
4～10人のチームを作り、一周  
約1.3kmの周回コースをタスキリ  
ーで42.195kmを走ります♪

## 卓球

- ・2018年度技術講習会  
1/27(日) 浦和美園コミュニティーセンター

### ■練馬区

- ・新春3ダブルス卓球大会  
1/6(日) 練馬区光が丘体育館

### ■大田区

- ・混合女子ダブルス卓球大会  
10/17(水) 大森スポーツセンター

### ■北区

- ・北区スポーツ祭典シングルス卓球大会  
10/6(土) 北区赤羽体育館
- ・第20回 レディースペアマッチ卓球大会  
第1回男子シングルス卓球大会  
11/12(月) 北区滝野川体育館

### ■新宿区

- ・レディーストリオマッチ卓球大会  
11/27(火) 新宿スポーツセンター

### ■世田谷区

- ・第74回 世田谷オープン卓球大会  
11/13(火) 世田谷総合運動場体育館

### ■多摩

- ・多摩 MIX・女子ダブルスPリーグ  
10/9(火) 泉市民体育館
- ・多摩アクティブ団体戦  
12/5(水) 柴崎市民体育館

## テニス

- ・第55回 東京スポーツ祭典全国大会予選  
10/8(月祝) 城北中央公園テニスコート
- ・城北中央オータムテニス大会  
10/14(日) 城北中央公園テニスコート

### ■北区

- ・第56回 秋季大会 男子団体戦  
11/4(日) 桐ヶ丘体育館コート
- ・第56回 秋季大会 ミックスダブルス  
11/23(祝) 桐ヶ丘体育館コート
- ・第56回 秋季大会 シングルス  
12/9(日) 桐ヶ丘体育館コート

### ■練馬区

- ・秋のテニス教室  
10/28,11/4,11,18(日) 夏の雲庭球場

## バドミントン

- ・第55回 東京スポーツ祭典全国大会予選  
10/28(日) 荒川スポーツセンター
- ・第7回 城北オープン混合ミックス大会  
11/4(日) 北区 赤羽体育館

### ■荒川区

- ・第7回 在日外国人交流バドミントン大会  
12/1(土) 荒川スポーツセンター小体育室

### ■練馬区

- ・第13回 練馬秋季バドミントン大会  
10/14(日) 光が丘体育館
- ・第12回 冬季バドミントン大会  
1/13(日) 光が丘体育館
- ・第14回 バドミントン初心者教室  
2/11(月) 練馬区総合体育館

### ■北区

- ・第56回 北区スポーツ祭典バドミントン大会  
12/22(土) 北区赤羽体育館

## バレーボール

### ■北区

- ・北区スポーツ祭典ミックス大会  
1部予選 10/7(日) 西浮間小・堀船小  
3部予選 11/4(日) 西浮間小・十条台小  
2部予選 12/2(日) 赤羽体育館  
決勝 12/24(月・休) 赤羽体育館

## ウォーキング

- ・多摩川の散歩道～大師道よりリバーサイド  
コースを歩こう!  
11/4(日) 京急線・川崎駅 9:45 集合
- ・植木の町「安行」を歩く  
11/24(土) 埼玉高速鉄道新井宿駅 9:45 集合
- ・旧東海道つまみ食い 幕末の重大事件  
生麦事件の現場を確認しよう  
12/8(土) 京急線・新子安駅 9:45 集合
- ・滄浪泉園緑地から野川公園  
12/16(日) JR 武蔵小金井駅 9:45 集合

## スキー

- ・第5回 指導員ミーティング  
10/20(土) 13:15 国分寺市立本多公民館
- ・クラブ交流平和駅伝&交流 BBQ  
10/28(日) 都立小金井公園
- ・山スキーの集い  
11/9(金) 19時 としま産業振興プラザ
- ・2018 テクニカルフェスタ  
12/14(金)～16(日) 志賀高原

## 剣道

- ・第55回 東京スポーツ祭典剣道大会  
10/21(日) 東京武道館第二武道場

### ～ 編集後記 ～

私は学生時代から卓球をしています。2カ月前にペンホールダーからシェイクハンドに変えました。新しいことに挑戦するワクワク感があります。スポーツの楽しさには新しい技術の習得もあります。関東ブロックセミナーでの卓球講習会でも、身体の使い方が参考になりました。スポーツに関わるとき、いつも新鮮な気分です。(小林 章子)