

元気はつらつ通信

vol.76
2017年11月号

特集 掛川ジュニアアスリート紹介 [イベント情報] 輝く! アスリート of 掛川 しずおか市町対抗駅伝 掛川市代表選手が決定!!

元気はつらつ通信

フォトコンテスト

掛川のスポーツにまつわる写真、「元気はつらつ」をテーマとしたフォトコンテストが開催されました。さんりーな会場での人気投票で決定した、最優秀作品をご紹介します!



作品タイトル

掛川城を飛び越えてみた!
撮影者 深澤光一さん

掛川城三の丸広場にて、掛川NPO村プロジェクトのイベントでお城をバックにトランポリンの体験会に参加しました。

ご応募、ご投票いただきありがとうございました!



知って得する 健康塾

4時間目 ランニングシーズン到来!!

LSDトレーニング LSDとは...Long Slow Distanceの略で、長い時間でゆっくりと長い距離を走るトレーニングです。気候も涼しくなり、走りやすい季節になりました。そこで、ランニング初心者におススメのお友達とお話をしながら、大好きな音楽を聴きながらできるトレーニングを紹介します。

- point. 1** 最初から最後まで「ゆっくり」走る
- point. 2** 「リラックス」して走る
- point. 3** 体調に合わせて走る距離を調整する

ゆっくり走ることで、全身の毛細血管が発達し、身体の隅々まで酸素が行き渡るようになります。少しずつ距離を伸ばしていくことで、長距離ランニングへの不安が解消され、脂肪燃焼や疲労回復効果もあります。



ミズノスポーツサービス 相場



掛川市南体育館 しずぽ イベント情報

掛SPO プログラム 無料体験開催!

掛SPOは年間定期開催しているプログラムになります。専門の指導者による指導が受けられ、継続的なスキルアップが可能です!!

スポーツの秋! しずぽで充実した健康習慣を築きませんか? 体験後、ご入会ですぐの特典あり。体験は各教室1回までとさせていただきます。体験のお申込みは掛川市南体育館しずぽまで。

対象	生涯ヨガ(月)	11月13-20日	19:30~20:45
成人男女 <small>※レディース体操は女性のみ対象</small>	レディース体操(水)	11月22-29日	13:30~15:00
	太極拳初級(木)	11月16-30日	10:35~12:05
	らくらくヨーガ(金)	11月17-24日	13:00~14:00

しずぽイベント情報のお問い合わせ・お申し込みは ☎(0537)28-8710

平成三十年 春巡業 大相撲掛川場所

横綱が「さんりーな」に初見参! 力士の迫力を間近で体感!!

平成30年4月9日(月)
場所 総合体育館さんりーなアリーナ
時間 【開場】8:00 【打出し(終了)】15:00

午前	午後
8:00 開場、人気力士の握手会、公開稽古	12:30 十両土俵入り
10:30 ちびっ子わんぱく相撲	13:00 十両取組
11:00 初切、相撲基句、太鼓打分など 幕内以下取組	13:30 幕内・横綱土俵入り 記念セレモニー、幕内取組
	15:00 弓取式、打出し(終了)

「迫力の取組を近くで観たい!」「ごひいき力士と身近に触れたい!」という方は、1F席をお勧めします。

チケット(消費税込)	料金
タマリS席(1F) ※記念席有付	14,000円
タマリA席(1F) ※記念席有付	13,500円
ヘアマス席(1F) ※2名分、記念席有付	23,000円
イスS席(1F)	9,000円
イスA席(2F)	6,000円
イスB席(2F)	4,000円
車椅子席(1F) ※2名分うち1名	18,000円

チケット先行販売
11月3日(金・祝)~11月6日(月) 10:00~17:00
一般販売: 11月11日(土) 10:00~
販売場所 さんりーな総合案内

お問い合わせ ■ イベントについて メーテレ イベント事業部 ☎(052)331-9966
■ 会場について さんりーな総合案内 ☎(0537)22-5553

11月START! in 大須賀運動場テニスコート ミズノ幼児遊び教室

ミズノプレーヤーによる遊び教室。ミズノオリジナル用具を使った遊びを通して、子どもの運動能力、コミュニケーション力、学力の発育を促します。今までの習い事とは違う、新感覚の教室をぜひ体感して下さい。

時間 14:30~15:30
曜日 火曜~全曜(祝日を除く)
料金 200円(税込)/回
対象 年中、年長(4歳~6歳)
定員 先着30名

詳細 <http://www.mizuno.jp/facility/shizuoka/kakegawa-shakai.aspx>

しずぽスポーツ 恋活

フリーテーク、卓球、バドミントンなど。参加者プロフィールの一部を公開。「しずぽ」[さんりーな]で随時更新しております。

時間 15:30~18:00
場所 掛川市南体育館しずぽ
参加費 男性4,000円(税込) 女性2,000円(税込)
定員 男女各20名
※先着順。参加者が男女10名以上に達しない場合は中止になります。

2018年1月14日(日) 募集期間 12/20(水)まで
詳細 <http://www.mizuno.jp/facility/shizuoka/kakegawa-shakai.aspx>

WEBでさらに24時間! 市内のスポーツ施設の予約が出来るようになりました!

URL ▶ <https://kakegawa-shisetsu.com/>
スマホからは右のQRコードからアクセスできます ▶▶▶▶▶

お問い合わせ 北地区: ☎(0537)22-5553 南地区: ☎(0537)28-8710

掛川市スポーツ推進委員募集中!

掛川市スポーツ推進委員とは、国の法律に基づき、市が委嘱する「非常勤職員」です。現在22人の委員がそれぞれに仕事をもちながら、市民の健康増進やスポーツ振興のために幅広く活動しています。スポーツ推進委員として、一緒にスポーツを広めてくれる方を募集します。

- 対象** 市内在住の18歳以上男女。心身ともに健康でスポーツが好きな方。資格は問いません。
- 報酬** 市の規程により、活動実績に応じ手当を支給します。
- 応募方法** 直接、市スポーツ振興課へお電話ください。(面接を行います)
- 活動内容**
- 各地域からの要請による講師派遣活動
 - ニュースポーツ、健康体操、ウォーキング等体験講座の開催
 - 掛川・新茶マラソン等市関連事業への協力
 - 実技、指導力向上のための研修会への参加...等

お問い合わせ・応募先 掛川市スポーツ振興課 ☎(0537)21-1159

スポーツに関するお問い合わせはこちらにお寄せください!

発行	掛川市スポーツ振興課	企画・編集	NPO法人掛川市体育協会	お問い合わせ	TEL.(0537)24-9781 FAX.(0537)24-9688(火/休館)
	掛川市体育協会		http://kakegawa-taikyo.com/	掛川総合スポーツクラブ	http://kakespo.com/
			https://www.facebook.com/kakespo	総合体育館「さんりーな」	http://sunrena.com/
Facebook	Facebookで情報発信中! 【ブルトレ Facebook】【掛SPO Facebook】【掛川B&G Facebook】【しずぽ Facebook】				

6月より毎週練習してきました!!



掛川市の代表選手が決定!! 応援よろしくお祈いします!!

部門	氏名	所属
小学生男子	平尾 拓煌	城北小学校5年
	中村 匠政	桜木小学校6年
小学生女子	羽田 蝶羽	大坂小学校6年
	松本 ゆず	第二小学校5年
中学生男子	島田 旺	桜が丘中学校3年
	松本 悠真	西中学校1年
中学生女子	眞田 木葉	桜が丘中学校3年
	鈴木 匠美	浜松西高等部2年
高校生男子	米澤 優斗	磐田農業高校2年
	福田 太飛	掛川東高校3年
高校生女子	岡島 尚矢	藤枝明誠高校1年
	相良 珠希	鳥田高校2年
一般男子	堀内 優衣	掛川西高校2年
	田中 奈央	常葉学園菊川高校2年
一般女子	山内 英昭	浜松ホトクス(株)
	松本 康正	掛川市消防本部
40歳以上	相良 鮎美	掛川市陸上競技協会
	大石 ますみ	堀之内小学校
	神谷 彰吾	株式会社ROKI
	金田 嘉介	掛川市消防本部



桑原 清 監督

今年の目標は、昨年樹立したチーム記録2時間20分08秒を更新することです。選手は12月の大会に向け、6月から厳しい練習を重ねています。チームモットーである「チャレンジ精神」のもと、走る楽しさを感じながら12区間42.195kmの駿河路に輝きます。皆様の熱いご声援をお願いいたします。



松本 康正 コーチ

第1回大会から、スタッフとしてお手伝いしていますので、コースの特徴等、わかりやすく伝えて、選手がベストで走れるようにバックアップしていきたいです。市民の皆様、当日は盛大なる応援よろしくお願いします。



松本 康正 主将

今年のチームに大砲はいません。組織の力で勝負するしかないと考えます。選手一人ひとりが持っている力を100%出し切り、最後まで諦めない、気持ちのこもった走りを全員でしていきます。応援をお願いします。



練習前に円陣を組んで気合をいれます。

掛川市選手団のユニフォームは青地に白の文字です! ゼッケンナンバーは「21」右のナンバーは走者の順番です



市民応援団を大募集!

当日会場までの無料応援バスを運行。詳しくはお問い合わせください。

第18回 しずおか市町対抗駅伝(雨天決行)

12/2(土) 10:00 START!

県庁から草薙陸上競技場までの全12区間、42.195kmを駆け抜けます。監督1名、コーチ1名、選手20名の計22名で臨みます!

SBSテレビ・ラジオ・WEBで当日生中継



コース内容等詳細については「しずおか市町対抗駅伝」公式ホームページをご覧ください。

しずおか駅伝 検索 <http://www.at-s.com/ekiden/>

第13回 2018年も開催決定!

掛川・新茶マラソン

開催日 平成30年4月15日(日)
会場 つま恋リゾート彩の郷
コース つま恋園内及び掛川市内



第5回 掛川市城下町駅伝競走大会

開催日 平成30年1月28日(日)
会場 掛川城三の丸広場
スタート・ゴール
コース 掛川城下町周回コース

※詳しくは掛川市体育協会HPをご覧ください。



仲間とたすきをつなごう!

お問い合わせ NPO法人 掛川市体育協会 事務局

0537-24-9781
mail@kakegawa-taikyo.com

詳細はホームページをご覧ください
掛川市体育協会 検索
kakegawa-taikyo.com/



アスリート of 掛川

今回は活躍中の掛川市ジュニアアスリートを3名ご紹介いたします。今後の活躍が楽しみです! 市民一丸となって応援しましょう!!



木村美結

女性/掛川市立第二小学校 6年生

所属団体 掛川陸上クラブ

競技種目 陸上競技 100m

競技歴 3年

競技の説明 オリンピックの華と言われる種目

競技実績 第33回全国小学生陸上競技交流大会 女子6年100m 優勝
記録12秒78(静岡県小学生新記録)

目標の大会 全日本中学校陸上競技選手権大会

将来の夢 2024年パリオリンピック出場



栄光を讃える
Miki Kimura
2023年10月

目標は常に自己記録を更新していくことです。その為に、私の好きな言葉「負けて悔しかったら努力するしかない」「己を超えて光となれ」「人に勝つより自分に勝つ」を心に刻み、精進していきたいと思っています!



榛村柚芭

女性/掛川市立第二小学校 4年生

所属団体 日本空手協会掛川支部

競技種目 空手

競技歴 幼稚園年中(5歳)から

競技の説明 空手の形と組手の個人戦

競技実績 文部科学大臣杯第60回小学生・中学生全国空手道選手権大会
小学4年女子組手の部 準優勝

目標の大会 来年の全国大会に出場したいです!

将来の夢 世界大会に出場することです!



強くなる為にいろんなことにチャレンジしたいです。どんなに辛くても空手の仲間と共に練習を頑張っていきたいです。そして来年の全国大会では優勝したいです!



中村若葉

女性/掛川市立西中学校 1年生

所属団体 NPO法人アスレ.T.C.

競技種目 トランポリン 競技歴 6年

競技の説明 トランポリンで10回の空中技を行い、美しさ、難易度、高さを競います

競技実績 第3回全日本トランポリン競技ジュニア選手権大会

11才~12才女子団体 準優勝

目標の大会 第4回全日本トランポリン競技ジュニア選手権大会

将来の夢 全日本代表に入って、オリンピックを目指したい!



トレーニングが辛いことも大会での悔しい思いもありますが、大会で思い通りの演技が出来た時はとても気持ちがいいです。大好きなトランポリンをこれからも楽しく続けていきたいです。

infomation

掛川市出身のアスリート、掛川市のチームの活躍をご紹介します。情報をお寄せ下さい。*必ず掲載できるとは限りません。【連絡先】元気はつらつ通信編集委員会 TEL:0537-61-1910

平成29年度 イベントスケジュール

※屋外の大会イベントについては天候等により中止・延期となる場合がございます。

- 11月 November
 - 23(木) 平成29年度スポーツ少年団交流大会【会場】さんりーな
 - 26(日) 東海6・9人制クラブバレーボール大会【会場】さんりーな
- 12月 December
 - 9(土) 第41回東雲杯剣道大会【会場】さんりーな
 - 10(日) 第42回 静岡県選抜インドア選手権大会(ソフトテニス)【会場】さんりーな
 - 17(日) NPO法人 掛川市体育協会長杯争奪大会 兼 第9回掛川市小学生バレーボール新人大会【会場】さんりーな、B&G
 - 23(土) 全国高等学校選抜卓球大会東海選考会
 - 24(日) 兼 東海高等学校新人卓球大会【会場】さんりーな、武道場

平成29年度 スポーツ功労賞 優秀指導者賞 優秀選手賞表彰!!

平成29年9月17日(日)第13回市民スポーツ交流フェスティバル開会式において表彰式を行いました。各競技の普及振興や地域のスポーツ振興に尽力され、多大な功績を収められた皆様と、全国大会において輝かしい成績を収められた皆様の計17名をご紹介します。(順不同・敬称略)



■自治区生涯スポーツ功労賞(自治区推薦)

氏名	所属団体
伊藤 羊作	東山口区

■優秀選手賞(競技団体推薦)

氏名	所属団体
榛村 柚芭	日本空手協会掛川支部
木村 美結	掛川市陸上競技協会

■スポーツ少年団優秀指導者賞(団体推薦)

氏名	所属団体
佐藤 久雄	倉真VSC
松井 進次	原谷野球少年団
中川 久美子	城北VSC
稲村 昌子	城北VSC

■生涯スポーツ功労賞(競技団体推薦)

氏名	所属団体
杉本 育	掛川ソフトボール協会
松浦 幹彦	掛川ソフトボール協会
増田 徹	掛川ソフトボール協会
西川 恵子	掛川市バドミントン連盟
嶋 清一	掛川市ゲートボール協会
山崎 一夫	掛川市ゲートボール協会
川本 常子	掛川市インディアカ協会
鈴木 皎代	掛川市インディアカ協会
増山 恵理子	掛川市インディアカ協会
花村 容子	掛川市インディアカ協会