

なかスポーツナビ

中区体育協会機関紙 第2号 発 行 : 中 区 体 育 協 会 中区不老町2-7平沼記念レストハウス内 Tel 045-640-0051 発行日:平成24年12月12日

| 裏の「シンボルマーク」です

中区 笑顔スポーツフェスタ2012が開催されました!





ダンススポーツ教室

10月28日(日) 中スポーツセンター2階第2体育室にて中区体育協会主催笑顔スポーツフェスタ2012が開催されました。卓球、インディアカ、ダンススポーツ、剣道、小太刀道と沢山のスポーツを初心者でも分かり易く指導。楽しみながら体験していただきました。



小太刀道教室



インディアカ教室



卓球教室



剣道教室



平成23年度 横浜スポーツ普及功労者の紹介





受賞者の皆さんと牧野中区長(右端)、中区 体育協会山口会長(左端)

5月30日(水)に平成24年度中区体育協会総会にて表彰式が行われました。 〈受賞者〉

- ★平成23年度横浜スポーツ普及功労賞 林 紘男さん【中区剣道連盟】
- ★平成24年度中区体育推進功労者表彰
 - 鈴木 克尚さん【中区剣道連盟】
 - 永田 昭仁さん【中区バレーボール協会】
 - 田中 みどりさん【中区インディアカ連盟】

中区ウオーク&健康フェスティバルに参画しました!







11月3日(祝)中区ウオーク&健康フェスティバルが開催されました。中区内8つのコースをウオーキングし、ゴールの横浜文化体育館では5mダッシュ、体力測定会、ボールを使ったエクササイズなどのイベントが行われました。セレモニーでは仲尾台中学校吹奏楽部の素晴らしい演奏やランチ券・中華まんの詰め合わせセット等豪華賞品の当たる抽選会で大盛り上がりでした。中区体育協会は体育館ロビーにPRブースを設け加盟18団体をPRしました。また専門部から20名の方が「文明開化を感じる」コースに参加しウオーキングを楽しみました。



写真提供:NPO法人Y.S.C.C.



写真提供:中区さわやかスポーツ普及委員会

元街小はまっ子ふれあいスクールでショートテニス教室!





写真提供:横浜市体育協会

11月19日(月)「元街小学校はまっ子ふれあいスクール」の子どもたちとショートテニスで触れ合ってきました。

中区ソフトテニス協会から会長をはじめメンバー 4人が参加し、ボール・ラケットの扱いや身体の使い方をマンツーマンで指導しました。

9時半からスタートし2時間の予定でしたが、最後に行ったミニゲームで子どもたちが大いに盛り上がり、もう1試合やりたいというリクエストに応え12時まで延長しました。

体育館のバドミントンコート3面に2・3年生8人とふれあいスクールスタッフの明るい声が響きました。この体験教室は、横浜市体育協会がはまっ子ふれあいスクールから要請を受け行われたもので、今後も中区体育協会の地域貢献事業として加盟団体のご協力をいただき積極的に実施していきたいと存じます。

地域で頑張っている人の紹介コーナーです!!

男は挑戦した! これまでの人生で一度も経験したことがないレースに! そこで男は自分と向き合い己の弱さを知り、迷い苦しみ己と戦った! そして、境地に達した!!

「無の境地になれば、超人になれる・・・かも?」

奥山 実(50歳)中区小太刀道協会

去る5月20日、長野県の野辺山高原一帯がレースコースとなる「第18回星の郷八ヶ岳野辺山高原100kmウルトラマラソン」へ参加した。

残雪残るここ八ヶ岳、季節はまだ春先といった感じだ。このマラソン大会の売りは、100キロという長丁場のうえ標高差1,000m以上のウルトラの中でも過酷なコース設定、「野辺山を制する者はウルトラ(マラソン)を制す」といわれる大会で、これまで経験のない私はそんなことすら知らずに申し込み、大会内容を知るにつれ不安と後悔の日々が始まった。マラソン経験はフルを含めて毎年数回の大会へ参加するも、タイムを競ったり、長距離に魅力を感じるものではなく、主に健康のために走るといったもので月間走行距離も100キロ前後だ。大会が近づくにつれ不安な気持ちに苛まれ、「完走できるか?」

「身体は持つか?」そんなことばかりが頭を過りながらも、レース当日を迎えた。スタートは早朝5時、気温は7℃、天候は曇り、風もなくマラソンには最適なコンディション、コース序盤に林道もあり、途中に残雪を見ることが出来、コースから見える山々の素晴らしい景色もこの大会の魅力の一つになっている。スタートは1,355m地点、そこから20キロかけて1,908mまで登りつめ、そこ越えると約30キロをかけながら880m地点まで下り、

再度、28キロをかけて1,620mの馬越峠を越えてゴールへ戻るワンウェイ、制限時間は14時間、ゴールリミットタイムは午後7時でコース途中に6か所の関門が設けられているコースだ。前日の歓迎レセプションで、「この野辺山を制するには、心折れずに最後まで諦めないこと」とアドバイスを受けことを思い出しながら少しずつ距離を重ねていったものの、やはり100キロ、ゴールは遥か彼方だったが、不安な気持ちとは裏腹に順調に距離を重ね次々と関門を走破、50キロを過ぎてもまだ余裕すら感じることができた。

しかし、尋常ではないこの大会、徐々に身体の疲労が見え始めると歩きも増えだし、気持にも「諦め」を考え始めた。なんとか気持ちを奮い立たせ80キロ

まで辿りついたもののかなり折れかけ、諦めようかと自問自答を繰り返すなか、「無の境地」に徹しただひたすらゴールに向かおうと気持ちを切り替えたとき、折れかけた気持ちが払拭された。この「無の境地」、マラソンとは別に小太刀道を続けているが、「気持に焦りや迷いを持つことなく無の境地に徹すれば、自ずと相手が見えてくる。」との教えを思いだしたものだった。参加者の誰しもが不安を抱えながら走っている、不安なことばかり気にしても何も始まらない、今、何をすべきかを考え、叙念を持たずただひたすらにすべきことを成し遂げる、と気持ちを変えたことで、完走が全てではない、自分の力を最大限に出し切ったか、限界までチャレンジできたかが重要なことと気づき、ベストを尽くすことのみ集中した結果、13時間37分、制限時間内で完走することができた。

最後に、人は弱いもの、苦しいことや辛いことを自ら望んでする人はそういない、けれど、人には苦しいことや辛いことを乗り越える力を持っていることも確かだ。その力を信じ、無の境地に徹すれば、鉄人になれるかもしれないと思った。 ・・・・・・・でも、辛かった~~。

ついに男は迷う己に打ち勝ち、「無の境地」を会得してゴールした!

翌日、パンパンに張れた痛い両足を引きずりながら、心は晴れやかに職場 に向かった!

人は苦境に立たされた時に真価が問われる!

苦しいからと自分に都合のいい理由や判断は、逃げでしかない。

目標を見失うことなく、苦しさに立ち向かう姿勢こそが大切ではないだ ろうか!

> このコーナーは地域で永年にわたりスポーツに関わり、人知れず 頑張ってチャレンジ・活動等されている方を掘り起こし紹介し、 地域のスポーツ振興に寄与したいと考え、新設しました。 是非 加盟団体から情報をお寄せください。

> > 事務局

専門部 H24今後の活動予定





【バドミントン協会】

■2月3日(日) 第22回中区協会バドミントン大会 中スポーツセンター



【インディアカ連盟】

■1月20日(日) 中区インディアカ交流大会 中スポーツセンター



■3月11日(月) 区対抗親善試合

【硬式テニス協会】

三ツ沢公園テニスコート

【ソフトテニス協会】

■毎月2回(日) 日ノ出川ソフトテニス教室 日ノ出川公園テニスコート



【卓球協会】

■1月20日(日) 第12回卓球教室 中スポーツセンター



【バスケットボール連盟】

■1月20日(日) ウインターカップ(区民大会) 中スポーツセンター

■3月24日(日) 第11回中区卒業生大会 中スポーツセンター



【ボウリング協会】

■3月 中区民ボウリング無料体験教室 ハイランドレーン

【中学校体育連盟】

■3月 バスケットボール1年生大会

※ 詳細は各専門部へお問い合わせください。



専門部のお問い合わせ先

中区野球協会 立川 中区体育協会にお問い合わせください。

2 中区バレーボール協会 大田 045(751)4194

中区バドミントン協会 吉川 E-mail qqzfza9@arion.ocn.jp

4 中区少年野球連盟 鈴木 090(1055)9471

中区卓球協会 5 佐藤 中区体育協会にお問い合わせください。 中区剣道連盟 小野田 045(622)6902 6

中区サッカー協会 吉野 045(621)8760 7 8 中区ソフトテニス協会 関野 045(761)6994

9 中区インディアカ連盟 山岡 中区体育協会にお問い合わせください。

10 中区ソフトボール協会 菊地 045(621)3597 11 中区ボウリング協会 坂牧 045(261)9344

12 中区ゲートボール連合 井上 045(625)1163 13 中区ダンススポーツ連盟 鈴木 045(681)3472

14 中区小太刀道協会 飯田 090(5575)3388

15 中区硬式テニス協会 板倉 045(621)0091 16 中区グラウンド・ゴルフ協会 岩崎 045(622)7367

17 中区バスケットボール連盟 奥野山 090(4756)2715 18 中学校体育連盟 中区体育協会にお問い合わせください。

地元と共におかげさまで90年



株式会社ラモ

URL: http://www.kyoei-sha.co.jp/

TEL: 045-681-0641

【営業種目】電気工事、空調·衛生工事 建築一式工事、ビルメンテナンス

中区体育協会では、年2回広報紙の発 行を予定しています。スポーツ団体及 び関係企業等の広告を募集しています。 掲載ご希望の方は事務局までご連絡下 さい。 TELO45-640-0051

私達は中区のスポーツ振興を応援しています。

中区体育協会替助会員の紹介(50音順・敬称略)

☆企 業☆

(株)新井清太郎商店

(有)旭屋

(株)安藤スポーツ (株)アルテック (株)石川組

協同組合伊勢佐木町商店街

(株)伊勢ビル かをり商事(株) 関東港運(株) 木下商事(株) (株)共栄社

九球会協同電気(株)京浜船貨整備(株)協和海運(株)後藤製函(株)

桜木町1·2丁目町内会

(株)佐藤商店 (株)山九海陸 (株)産業貿易センター

三丸興業(株) 白鳥運輸(株)

全日本海員生協協同組合第一船舶企業(株) 太洋歯科クリニック中華街鍼灸院(株)テレビ神奈川(株)トーソー

徳永リアルエステート㈱

トランスマリン(株)

(株)ハシモトヤ運動具店

馬車道商店街協同組合

弁護士法人仁平総合法律事務所

(株)根岸の旗や 早川運輸(株)

(有)日比野スポーツ

東日本電信電話株式会社 神奈川支店

藤木企業(株) 藤木陸運(株) 富士倉庫(株) (株)藤嘉 平和工業(株)

(株)ホテルニューグランド

(株)ポンパドウル 誠貿易運輸(株) 松村(株)

(株)ロイヤルホール

(株)横浜アーチスト 横浜エレベータ(株)

横浜信用金庫総務部 (株)横浜酒販会館

(株)横浜スタジアム

横浜港埠頭ビル(株) 横浜スバル自動車(株)

横浜船舶作業(株) レスト治療院

和英堂興産(株) 和光幼稚園

(株)渡辺組

本牧通り動物病院

☆加盟団体☆

カージナルスOB会(中区少年野球連盟) 大和町バンビーズ(中区少年野球連盟)

根岸海城クラブ(中区少年野球連盟)

本牧元町北部少年野球部(中区少年野球連盟)

大里少年野球部(中区少年野球連盟)

鷺竹クラブ少年野球部(中区少年野球連盟)

本牧サンダース(中区少年野球連盟)

山手メイツ(中区少年野球連盟)

間門イーグルス(中区少年野球連盟)

山手剣武会(中区剣道連盟)

山元ミニバスケットボールクラブ

(中区バスケットボール連盟) 北方ミニバスケットボールクラブ

(中区バスケットボール連盟)

中区ダンススポーツ連盟

中区小太刀道協会

中区野球協会

中区ソフトテニス協会

他個人会員10名

※平成24年11月末日現在

D編集後記 D

ほぼ1年ぶりの発刊となりました、なかスポーツナビ。今回は中区体育協会が初めて主催した地域貢献事業や中区のウオーク&健康フェスティバルを中心にまとめてみました。また主催側だけでなく、中区さわやかスポーツ普及委員会主催の秋のペタンク大会にチームを結成して参加しました。図らずもブロック優勝! 盛り沢山のスポーツの秋となりました。(S.Y)

