



体協だより

レツツスポーツひたちなか

ひたちなか市体育協会

発行・編集 ひたちなか市体育協会 広報紙編集委員会 〒311-1292 ひたちなか市和田町2-12-1
ひたちなか市教育委員会事務局 生涯学習課内 電話 029-273-0111 内線 343



市体育協会広報紙「レツツスポーツひたちなか」の創刊にあたり、一言ご挨拶を申し上げます。

市民並びに関係団体の皆様には、日頃より市体育協会の活動に対しまして深いご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。さて、ひたちなか市体育協会は33種目団体、9地域体育部会及びスポーツ少年団本部を合わせまして約33,000人の会員を有し、「市民スポーツの振興」・「生涯スポーツによる健康で明るいまちづくり」を推進しております。

今日、私たちを取り巻く生活環境は急激な社会構造の転換により著しく変化しております。ひたちなか市を将来にわたり明るく住みよいまちとして発展させるため、市民一人ひとりが健康で明るく元気暮すことのできる施策の推進が重要な課題となつております。このようなく元は人々の健康の増進や体力の向上のみならず、人々の交わりや連帯

感の醸成、地域の活性化に大きな役割を果たすものと期待されております。市体育協会では、本市のスポーツ振興の担い手として今後も会員一丸となり、各種スポーツイベント事業の支援・協力や、子供から高齢者まで幅広い年齢層に親しまれる市民スポーツ・生涯スポーツの推進を図り、健康づくりや地域のコミュニティづくりに貢献していく所存でございます。

本紙「レツツスポーツひたちなか」は、体育協会の活動を紹介するとともに本市のスポーツ活動の情報を提供し、一人でも多くの市民にスポーツを実践していただき、元気なまちづくりの推進役として市民に親しまれる体育協会を目指すことを目的に発行することとしました。



平成 22 年元旦走り初め大会（六ツ野公園） 市広報広聴課提供

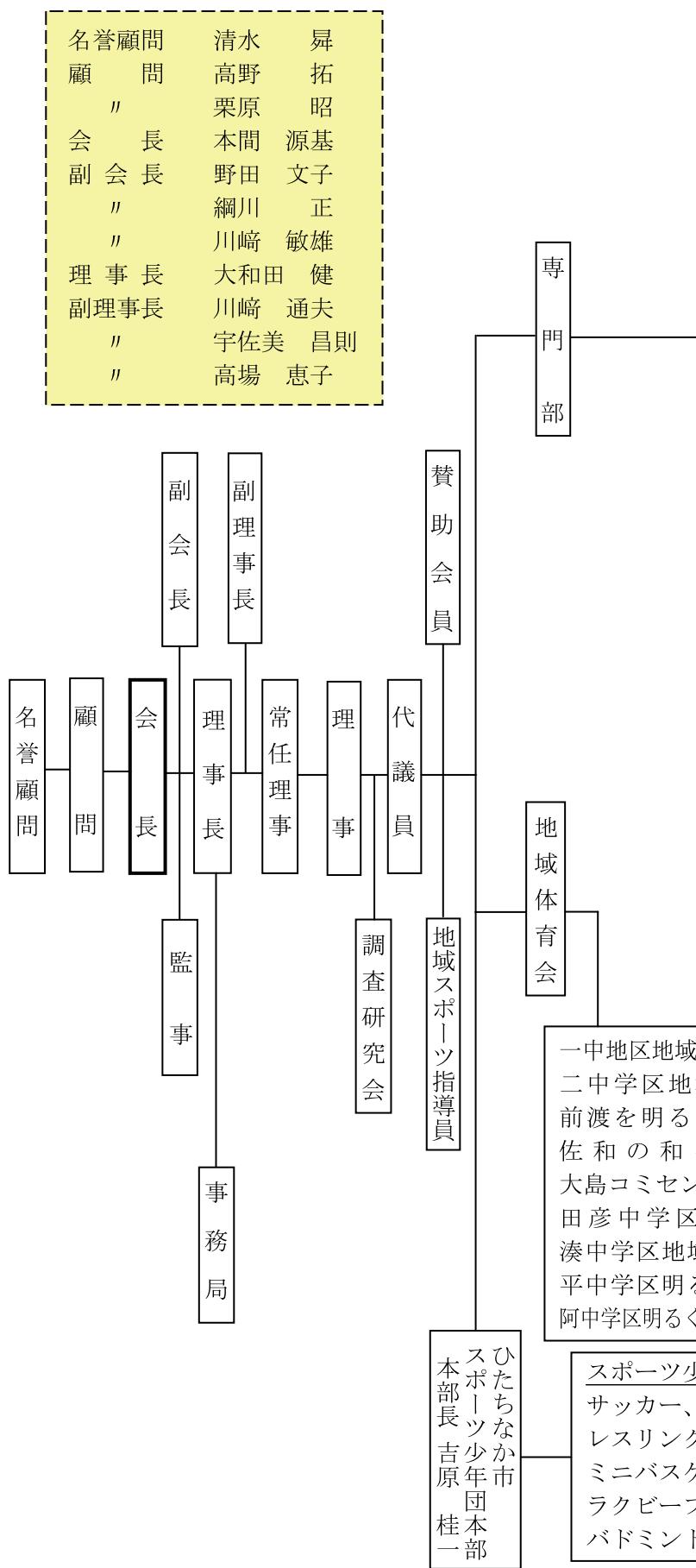
体協だより創刊号の発刊によせて

ひたちなか市体育協会 会長 本間源基

創刊号の発刊によせて	1 頁
体育協会組織図	2 頁
構成各団体紹介	3~7 頁
スポーツドクターアドバイス	7 頁
H21 振興大会報告	8 頁
H21 体育協会総会報告	8 頁

目 次

ひたちなか市体育協会組織



一中地区地域のふれあいを広める会	体育部会	(萩谷 寛)
二中学区地域の輪をつくる会	体育部会	(鳴井 實)
前渡を明るく住みよくする会	体育部会	(深谷 義正)
佐和の和を推進する会	体育部会	(清水 広幸)
大島コミセン地区地域づくりの会	体育部会	(吉田 実)
田彦中学区地域づくりの会	体育部会	(橋本 五郎)
湊中学区地域を住みよくする会	体育部会	(柏崎美知雄)
平中学区明るい地域づくりの会	体育部会	(寺門 茂)
阿中学区明るく住みよい地域をつくる会	体育部会	(川崎 昇三)

スポーツ少年団種目別部会

サッカー、バレーボール、ソフトボール、水泳、卓球、レスリング、体操、なぎなた、剣道、柔道、硬式野球、ミニバスケットボール、少林寺拳法、合気道、空手道、ラクビーフットボール、軟式野球、ダンススポーツ、バドミントン、スポーツチャンバラ



平成 21 年度納会

野球連盟活動の紹介

会長 高松 義徳

皆さん、野球やっていますか！
そしていい汗かいていますか！

野球連盟は全日本軟式野球連盟に加盟し、学童・中学校・一般・成年・熟年の各部門に分かれています。現在の登録数は、110チーム、そして年間 18 の各大会を役員、審判部、総務部の約 60 名のスタッフで運営しております。

審判員は資格が必要です。一生懸命プレーする選手の皆さんに応えるため、審判講習会を開催し、審判員の技術向上に取組んでおります。また、総務部は、放送・記録、カウンタ機の操作、接待等、大会を裏で支えております。

二・親善交流大会は、本市と隣接する 4 市・村の代表チームが参加して優勝旗を争奪する大会であり、各チームが練習の成果を發揮する機会と技量向上及び相互の親善を深める充実した大会です。

三・市内中学校の大会は、女子チームが参加して、クラブ活動の実践機会を与え、スポーツ精神の養成と技術・戦術の向上を体験する大会です。

ソフトボール協会の活動状況

会長 飛田 政義

ソフトボール競技を楽しみ、親しんでいる市民の方が地域の仲間や職域等の同行者によりチームを結成して、各種大会に参加しています。21 年度登録は 88 チームです。

ソフトボール協会が主催・主管している主要な大会は次のとおりです。

一・体育協会長杯（春季・秋季）

大会を競技部・体力づくり部（A・B ブロック制）・シニア部及び女子部に種目区分して試合を行っています。試合は各種目の特性を出して、グランドで熱戦を開催し、優勝を目指して健闘し、爽やかな汗を流している盛況な大会です。そ

して、優秀なチームを市の代表として推薦し、県ソフトボール協会が主催するお父さん大会及び加盟団体対抗親善大会に出場、活躍して

います。

スタッフとしての活動に興味のある方を広く募集しております。一緒にいい汗を流してみませんか。
連絡先 029-354-6363



平成 21 年度審判講習会

バレーボール審判講習会の開催

会長 加藤 英智

当バレーボール協会では、各種大会のほかに、3 年前から審判講習会を開催しています。

当協会には家庭婦人の登録チームが多いため、審判講習会は、講師に当協会に所属する茨県家庭婦人バレーボール連盟公認審判員の方たちにお願いをし、女子（家庭婦人）を中心実施しています。最近

では、積極的に審判台に上つて、来ホイッスルを吹ける人が増えて来ています。今後も継続して講習会を開催し、多くの人が審判技術を身に付け、バレーボールをもっと理解しながら、楽しむ事ができるようになればと考えています。

みなさんもプレーだけでなく、是非、バレーボールの審判員にチャレンジしてみませんか。



平成 21 年度 4 種大会

サッカー文化形成のために…

会長 海野 透

当協会は、1種から 4 種のカテゴリーで組織されています。

まず、1種（社会人）については、平成 21 年度は 15 チームが登録しており、サッカー好きの仲間と共に年間通してリーグ戦を行っています。次に、2種（高校生）は

6 チーム、3種（中学生）は 8 チーム、4種（小学生）が 10 チーム登録し、協会グラウンドを中心に市内大会を開催したり、茨城県内の大会に出場したりしています。初めてサッカーに接して、サッカーの楽しさや仲間の大切さを会得し、さらに技術的にも精神的にも伸びていく年代であります。

これらの活動が日本サッカーの裾野を広げ、多くのサッカーファミリーを育て、日本のサッカー文化を形成していくものと考えております。

平成 21 年度バスケットボール
協会長杯大会

卓立するバスケットボール協会
会長 鈴木 勝久
バスケットボール協会では、卓立（一人一人が協力・自立）するスポーツ経営を目標にしています。大会実施は春 4 月に市長杯・12 月に協会長杯が行われます。大会で県内でも屈指の規模の大会です。夏には県ユース大会があります。本市選抜チームの練習は、2 月～11 月行い、男女とも県大会で優勝して全国でも準優勝・三位等の実績があります。1 月には中学生のウインターカップが開かれます。2 月には、小学生の 3 on 3 の大会が行われます。オールスターがコートに入つて mini ケイジャーが協力してプレーします。

3 月 20 日（土）午後 6 時よりひたちなか市総合体育館にてチーム登録を行います。是非チームを作つて参加してください。



平成 21 年度小学生ハンドボール教室

ハンドボール協会の活動紹介
会長 古川 由治
我が協会は一般・高校生を合わせて 9 団体が加盟し、年間 3 回の大会を開催しています。各大会には一般男女・高校生男女・小学生が参加し和氣あいあいと楽しんでいます。また他の地域との交流を図り、昨年度は山形県の一般・高校生に参加して頂き、お互いの技術の向上及び親睦を深めました。競技人口が少ないのが悩みの種なのですが、競技人口の拡大を狙い、毎年 3 月の大会は小学生のハンドボール教室を行っています。

この 3 月には 6 年ぶりの日本リーグが開催されます。日本最高峰のスピードと技術を是非ご観戦ください。

また、経験者・未経験者を問わず各大会への参加をお待ちしております。

ラージボール卓球講習会
模範試合

生涯スポーツを目指して
会長 綱川 正
ひたちなか市卓球連盟は、昭和 46 年に勝田市卓球連盟として発足し 36 年を迎えます。現在、各種大会に参加する競技指向の競技部、家庭婦人が中心のレディース部、7 地区の卓球少年団、併せて約千人の団体です。市民大会、連盟杯、レディース、少年団、技術講習会等、年間 18 回の大会を開催しています。

最近、初心者から年配者まで幅広く楽しめる「生涯スポーツ」を目指した「ラージボール」卓球が注目され、当連盟としても普及に積極的に取り組んでいます。是非、チャレンジしてみてください。「初心者大歓迎」です。

半世紀を越えた市民駅伝大会
会長 吉原 桂一
今年度の第 51 回市民駅伝競走大会が、市民総合運動公園周辺の周回コースで開催されました。昨年度の第 50 回大会は記念大会として実施され、全チームに記念の参加賞が渡されました。今回はレディース、少年団、技術講習会等、年間 18 回の大会を開催しています。

天候が予想されていましたが開会式まで雨も降らず何とかスタートできそうでした。しかし、30 分後のスタート時に強い雨が降り出し雷も発生し急遽延期となり、その後無事終了しました。参加チームは、一般 9、中学校 39 チームの合計 48 チームを数え、中学生主体で数多くのクラブチームが参加しています。

今回の特徴はインフルエンザの蔓延で大会直前までメンバー変更や直前に不参加となるチームが相次ぎ運営に支障が出ましたが、2 週間延期したことが功を奏したのか欠場チームも少なく、無事終了することができました。また、大会コースも回を重ねる毎に変更となり、現在の運動公園周辺となりました。テニスコートの周辺のアツブダウンコースは、ランナーにとって、とても面白いコースかと思います。

是非とも、市民駅伝に参加して楽しんでいただきたいものです。



中学校大会の熱戦風景

ソフトテニスへの誘い

会長 蝦名 不二夫

ソフトテニスは、シニア世代の方には軟式庭球と言つた方が馴染みのあるスポーツですが、気軽にスポーツとして皆さんに親しまれてきました。現在、登録会員数は約千名で、用具の改良や全天候型テニスコートの普及、ルールの改正などと相まって、着実に今日まで進展してきました。

ひたちなか市ソフトテニス連盟では、各年齢に応じて楽しめるこのソフトテニスの普及と拡大を図るために、年2回の中学校大会、一般対象の春季・秋季大会並びにクラブ対抗大会(団体戦)、そして、1年の締め括りの選抜大会を開催しております。どうか、気軽に申し込み、一緒に心地よい汗を流しませんか。大会案内は市報に掲載されています。

ひたちなか市空手道連盟活動

事務局長 益子 勝徳

15世紀ごろ中国の拳法が沖縄に伝わり、琉球古伝の武術「手」(ティ)と合し、その後「唐手」(トゥーディー)として外敵から己を守り生き抜いていく為、発展した武術で、近代になり「空手道」と名を変えました。

空手道は礼節を重んじ、謙虚な態度で、なにものにも臆さない不屈の精神で老若男女がその体力に応じ生涯続けられる武道・スポーツです。

ひたちなか市の空手道連盟は勝田・中央・勝倉・那珂湊・佐野・津田の少年団と勝武館、那珂湊支部、櫻和塾、勝田自衛隊、正剛会茨城の団体で構成されており、今年で第48回目の選手権大会兼国体・県民総体代表選手選考会、第36回目となる少年団大会を迎えます。

年々参加人数も増え、今年のエントリー数は500名を超すと思われます。県・市出身の選手で過去には世界大会、国体、全日本大会等で優勝している選手もおりますので、是非とも興味のある方は、各道場、大会等、見学に来てください。

ひたちなか市柔道連盟のあゆみ

会長 黒澤 雄市

ひたちなか市柔道連盟の前身は、昭道館池内道場の初代館長池内広忠先生に始まります。昭和の初めごろ東京での柔道修行を終え、街の易者に見てもらつたところ「東の方角に行きなさい」と言われ自転車でたどり着いたのが那珂湊、そこで昭道館池内道場を開いたのが始まりです。その後、門人たちが勝田の住人になり、又、子息の池内博彦さんが講友館池内道場を開き、平成7年の合併により、ひたちなか市柔道連盟が誕生する。

年間の予定として、4月総会、5月池内道場杯争奪少年柔道大会、8月全国青年大会県予選会、10月ひたちなか市近郊少年柔道大会、11月全国青年大会出場、第三位のチームに、代表戦で敗れる。

◇ 個人戦(二段以下) 31名参加
優勝 池田光聖(若葉会)
準優勝 豊田拓馬(勝田工高)
第三位 関晃秀(勝田工高)
第三位 三浦広行(水戸刑務所)
優勝 鈴木洋平(水戸刑務所)
準優勝 小萩一輝(日立佐和)
第三位 田口正美(日立佐和)
第三位 龍福巧(水戸刑務所)

◇ 団体戦 13チーム参加
優勝 水戸刑務所Aチーム
準優勝 勝田若葉会チーム
第三位 水戸刑務所Bチーム

第 56 回ひたちなか市民剣道大会

事務局長 鳴志田 強

標記大会が、平成21年12月6日、勝田若葉会を会場に、13チームの参加のもと開催された。開会式の後、白雲鍊道場有志による日本居合合同形の公開演技が行われました。



第 56 回市民剣道大会



第 56 回市民剣道大会



第 34 回ひたちなか市合気道演武大会



市民スキー教室風景

伊達公子とテニスであそぼ
カモン！キッズテニス平成 21 年度全国青年大会優勝
『チームひたちなか』

調和のとれた「合気道」

会長 五十嵐 雅高
昭和 50 年創設、現在、傘下 5 団体の他に少年団を含め、総勢 350 名の人達が心地良い汗を流しています。会員の 4 割は女性です。日本伝統武術の奥義と精神修業から発展させた現代武道です。

合気道は試合を行いません。お互いの習熟度に合わせて技を繰り返し稽古することで心身の鍛成を図ることを目的としています。誰でも稽古できます。合気道の自然の理法にかない無理のない調和のされた動作は心身鍛練や護身術に最適と言われています。

入会は隨時受け付けております。現在、最高齢 75 歳の方が頑張っています。

スノースポーツに参加を

会長 飛田 修
スキー連盟は、昭和 48 年に発足し、現在会員は 99 名です。初期においては教育委員会主催事業に指導者を派遣し、現在は市民スキー & ボードスクールを主催しています。景気低迷とスポーツの多様化、価値観の変化から市民スキー参加者が増えませんので、小中学校やボーリスカウト、シニア等に力を入れて活動しています。自然を相手に無心でかつ体力・運動能力に応じてできるので、ストレスの多い現代社会に適した生涯スポーツです。健全なる身体に健全なる心が宿ると考え、会員一同指導力向上に努め、安全な技術指導に努めています。多くの市民の皆様の参加をお待ちしております。

気軽にテニスでエンジョイ！

会長 渡邊 義孝
一番カジュアルで気軽に楽しめるスポーツと言えば、テニス。テニス人口は、今や老若男女を問わず、益々増加の一途を辿っています。

ひたちなか市テニス連盟では、春季大会と秋季大会（シングルス・ダブルス）、クラブ対抗戦（団体戦）、ミックスダブルス大会、レディース大会（ダブルス）、ジュニア大会を開催しています。腕に覚えのある方は気軽にご参加ください。全国スポレク三重大会（H 13 年度）・宮崎大会（H 21 年度）にも選手を派遣しています。

また、テニス教室も年間 5 回開催しています。かの有名なクルム・伊達公子さんを呼んで子供のためのテニス教室も開催しました。キッズ向け 2 回、一般向け昼・夜計 3 回開催中。

進撃！バドミントン協会

理事長 磯貝 嘉伸
当協会の主な事業には、春・秋の『市民大会』、2 月の『バドミントンを楽しむ会』の開催があり、小学生から 70 代のシニアプレーヤーまで幅広い世代の多くの方がゲームを楽しんでいます。

『スポーツを楽しむこと』を基に、ジュニア世代の育成にも力を入れており、少年団の指導・運営に積極的に協力しています。

協会では、全日本の各種大会に出場する選手のサポートを行っており、全日本シニア選手権大会（年齢別）ダブルスでの当協会会長の早川博の優勝と、青年大会で茨城県代表となつた『チームひたちなか』が全国大会でも初の優勝を果たしたことが特筆されます。

誰でも手軽に楽しめて、夢になると結構ハードなバドミントンの魅力を、ぜひ体験してください。



子供たちの飛び込みの勇姿

水泳連盟部の活動状況

事務局長 大山 稔

水泳連盟は、過去において、市会にも選手を派遣するなどの事業を展開してまいりましたが、現在は、水泳人口の拡大と普及を図ることを主体として、小・中学生水泳大会を開催しております。

まだ、限られた施設や期間での活動となつておりますが、水泳スポーツ少年団との連携を図りながら、引き続き、水泳部の活動を通して青少年の健全育成に努めてまいりたいと思っております。

◇小・中学生水泳大会
自由形・背泳・平泳・バタフライ（各 25 m・50 m）

「連携強化を目指して」

本部長 吉原 桂一

この度、平成 21 年度スポーツ少年団総会において、前高野拓本部長の後任として本部長を仰せつかりました吉原です。ひたちなか市のスポーツ少年団の活動は、20 種目、79 単位団に、サッカー・ソフトボール・水泳・体操・剣道・柔道・合気道・空手道・軟式野球・バレーボール・レスリング・卓球・ミニバスケットボール・少林寺拳法・硬式野球・ラグビーフットボール・ダンススポーツ・バドミントン・スポーツチャンバラ・なぎなた（休団中）と多くの活動を行っております。また、種目によつて違いが有りますが基本的には小・中学校単位、さらには道場単位で活動しております。各単位団にはそれぞれボランティア魂に燃える指導者の皆さんのが熱心に指導されているだけでなく、保護者のみなさんにもご協力をいただき、各単位団とも充実した運営がされています。

現在、子供たちの生きる力の脆弱化が指摘されておりますが、スポーツこそが子供たちを強靭な身心に導く最良な道と固く信じております。

今後も、各単位団の協力をいただき、青少年の健全育成を目指して少年団約 3,200 人の先頭に立つて頑張って参ります。

スポーツドクター・アドバイス

勝田病院 整形外科 浦川圭二 先生

スポーツと痛み



皆さんスポーツを楽しんでいますか。私もテニスやゴルフを楽しんでいます。

しかし、楽しめない原因の一つに「痛み」があります。痛みは辛いのですが、体が自分の身を守るために出すサインの一つですので、注意が必要です。軽い痛みでも長期間になればスポーツを楽しめません。そのまま続けると、それこそ痛い目に会います。

日常生活では感じないのに、スポーツの時に痛みを感じることがあります。これはケガというより故障です。

使う筋肉や関節の動きのバランスが悪かつたり、体の一部のみに強い負荷がかかつたりする場合が多く、コーチやトレーナー等と相談し、フォームの改善や練習方法を変える必要があります。

上手なひとはカツコイイフォームをしていますよね。流れる様なきれいなフォームは疲れづらいのですが、しかし疲れてくるとプロ



平成21年度体育協会 振興大会報告

本年度のひたちなか市体育協会振興大会が、平成22年1月10日（日）にホテルクリスタルパレスで開催された。構成各団体から433名が出席し、会長挨拶、来賓挨拶に続いて、本年度の功労者（個人42名、団体2団体）が表彰され、また、本協会の前役員三名に感謝状が贈呈された。その後、レセプションで和やかに歓談し、万歳三唱して盛大な会を閉じた。

本年度の功労者ならびに感謝状贈呈者は次のとおりである。



平成 21 年度振興大会 功労者表彰

平成21年度 体育協会総会報生

本年度のひたちなか市体育協会
総会が去る平成21年5月29日
(金)にワーケープラザ勝田で開催
され、報告事項2件のほか、認定
事項1件、議案3件が承認された。
この中で、新役員が選任され、長
年、当協会を牽引してきた清水会
長、高野副会長、栗原理事長が退
任し、新会長に本間源基市長、副
会長に野田文子現副会長・綱川
正・川崎敏雄の三氏、理事長に大
和田健氏、などの新執行部体制が

平成21年度体育協会 振興大会報告

承認された

試行錯誤の末、どうにか「体協だより創刊号」の発刊にこぎ着けました。発刊にあたり、快く原稿依頼に応じていただいた皆さま、ご助言をいただいた皆さんに深く感謝申し上げます。今後とも体協を身近に感じてもらえる紙面づくりに一層努力して参ります。(高場)

〔体協だより編集委員一覧〕

委員長 恵子 高場 五十嵐雅高
齊藤 蝦名不二夫 古川 助川 純子 由治
委員 員員



平成 21 年度総会