

あだち体協



こども達の憧れの眼差し。基本を丁寧に教え、こどもの指導は初めてとは思えないほど大好評でした。

ジュニア育成水泳教室は、小学1年生～6年生の児童を対象に健康増進を図りながら、5年後に開催される国体に向け競技力の向上、競技選手の育成を目的として実施しています。

(2010年12月4日 千住温水プール)



広州アジア大会 800m自由形

銅メダル
おめでとう!
藤野舞子さん



(財) 足立区体育協会

会長 中村 猛夫

成果の多かった
22年度

世界的な不況に追い打ちをかけた、昨年来の円高への動きが、当協会の基本財産運用を非常に厳しい状況に至らしめています。この財政上の不足分を補うための苦しいやり繰りをして、前年度並みの事業展開をすることができました。これも偏に、加盟団体のご協力はもとより、教育委員会、体育指導委員会ははじめ、多くの企業の皆さんの温かいご支援のお陰と存じ、心より厚くお礼を申し上げます。

22年度も加盟団体の競技力の向上とジュニアスポーツの育成に取り組みると同時に、一般区民の皆さんを対象とした事業の拡充を図り、多くの成果を得ることができました。

また、22年度は、公益法人化への準備に、集中してエネルギーを費やした年でもありました。昨年12月に東京都への電子申請を終え、4月から「公益財団法人足立区体育協会」として、再出発できる運びとなっています。この1年で30数回に及ぶ会議を経て、準備に取り組んでくださいました執行役員はもとより、理事・評議員の皆さんと事務局職員のご尽力に衷心より感謝申し上げます。今後は、「公益法人」の名に値すべく事業の拡充を図り、地域に貢献する体育協会を目指して参ります。皆さんにはこの体育協会に対しまして、今後も温かいご支援をお寄せくださいますよう、切にお願いを申し上げます。



●体協役員 10年以上、連盟役員 20年以上

功
労
表
彰

福嶋 明 (剣道連盟)
 芦川 一男 (ゴルフ連盟)
 鎌田 五雄 (軟式野球連盟)
 田村 昭男 (軟式野球連盟)
 永松恵美子 (弓道連盟)
 田口 敏恵 (なぎなた連盟)

優
良
団
体
表
彰

足立学園中・高等学校バスケット部
 (バスケットボール連盟)
 神子ベアーズ (ソフトボール連盟)
 ピペール・アヤセテニスクラブ
 (テニス協会)
 とねり kindergarten スポーツクラブ
 (トランポリン協会)

●連盟・協会役員 10年以上

感
謝
状

福井 たか子 (なぎなた連盟)
 神立 エリ子 (ソフトボール連盟)
 片野 和恵 (テニス協会)
 五十嵐政男 (ゲートボール協会)
 高橋 幸恵 (トランポリン協会)
 坂 清彦 (硬式野球連盟)
 内田 淑子 (ビーチボールバレー連盟)
 雨海 義英 (軟式野球連盟)
 谷田川信雄 (軟式野球連盟)

石鍋 信行 (軟式野球連盟)
 伊藤 雅朗 (柔道会)
 仲泊 兼一 (ソフトテニス連盟)
 井上 忠明 (バレーボール連盟)
 大澤 恭一 (バスケットボール連盟)
 土田 信也 (剣道連盟)
 金子 裕孝 (サッカー協会)
 渡辺 憲敏 (弓道連盟)
 高岡 洋子 (フォークダンス連盟)

優
良
賞

尾池 望 (都体春季陸上、女子 5000m 第3位)
 豊桑 逸 (都体春季陸上、男子 800m 第2位)
 大沼 生 (都体春季陸上、男子 5000m 第2位)
 山田 隆樹 (全国中学生空手都予選、男子個人組手第2位)
 寺下 華笑 (都中学生空手選手権、中学2年女子第2位)
 松本 葉 (都中学生空手道選手権、中学1年女子組手第2位)
 鈴木 千晶 (全日本空手道選手権、小学3年女子形第3位)
 前田 信二 (都 チャンピオンシップテニス男子シングルス第2位)
 前田 洵子 (都 チャンピオンシップテニス女子シングルス第2位)
 副島 省吾 (都体春季、エアピストル60 発競技第2位)
 小川 桂子 (都なぎなた壮年個人、三段以上第2位)
 森 大樹 (JOCシニアオリンピックカップ 武術太極拳男子初級短器械第3位)
 大竹 史晃 (JOCシニアオリンピックカップ 武術太極拳男子32式太極剣第2位)
 榊原 万里 (全日本武術太極拳選手権、女子規定難度第3位)
 白川 悠 (全日本武術太極拳選手権、男子ジュニア太極拳1第2位)
 足立学園高等学校 (関東高校総体柔道、第3位)
 足立区釣魚連合会 (都ハゼ釣り選手権団体第3位)
 FC SUZUKI (都体春季サッカー、第2位)

優
秀
賞

宮上 勇太 (全国高校総体柔道都予選、66kg 優勝)
 井上 修平 (全国高校総体柔道都予選、73kg 優勝)
 飯田 久子 (全日本女子弓道東日本、4段以上の部優勝)
 中渡 智香 (南関東 KIC スキー選手権、大回転優勝)
 佐藤 淳 (都ジュニアボウリング選手権、優勝)
 小山 雅豊・圭子 (都体春季ダンススポーツ、チャチャ優勝)
 大田 恵美 (JOCシニアオリンピックカップ、女子シニア太極拳1 優勝)
 別府 遙香 (都中学生空手道選手権、中学2年女子優勝)
 田村 良太 (世界武術選手権、武術太極拳第2位)
 原田 将司 (世界武術選手権、武術太極拳刀術第2位)
 ブラックキラーズA (都少年軟式野球大会、優勝)
 RUN JO KAI (都体冬季大会、駅伝競走優勝)
 足立フェニックスボーイズ
 (日本少年野球東日本選抜、小学生の部優勝)



栄誉賞

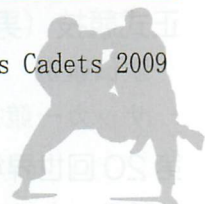
- 中田 光紀 (世界武術選手権、武術太極拳南刀優勝)
- 中川 為人 (全日本弓道大会、第2位)
- 今井 えり (全日本少年少女空手道選手権、小学2年女子形第3位)
- 稲葉 暉人 (はまなす杯全国中学生空手道選抜、1年男子形第3位)

奨励賞

- 山口 智靖 (都ソフトテニス選手権、成年男子優勝)
- 長谷 博子 (ママさんソフトテニス大会、さくらB第2位)
- 長谷川 富美子 (ママさん大会、さくらC優勝)
- 山口 栄子 (東京レディースソフトテニス大会、はぎブロック第2位)
- 大久保弘子 (都ソフトテニス選手権、シニア女子60第3位)
- 保田 正子 (都ソフトテニス選手権、シニア女子60第3位)

特別栄光賞

- 藤澤 征憲
(IJF World Championships Cadets 2009
柔道 55kg 以下優勝)



特別栄誉賞

- 山田 沙羅
(全国中学生空手選手権、女子組手個人優勝)

- 片山 優慧・高橋 詩音 (都スポ少なぎなた交流大会、演技4年生以下優勝)
- 岩崎 唯 (都スポ少なぎなた交流大会、試合4年生以下第3位)
- 加藤 杏菜 (都スポ少なぎなた交流大会、試合中学女子第3位)



奨励賞

- 堺 雅也・村越 匠 (都大会少林寺拳法組演武、中学生級拳士の部優勝)
- 中島 秀越・依田 啓新 (都大会少林寺拳法組演武、小学5級の部優勝)
- 工藤 愛莉・里 綾乃 (都大会少林寺拳法組演武、女子中学生級拳士の部第3位)
- 清水 音乃 (都スポ少大会、空手道小学1・2年女子組手第3位)
- 石田 剛士 (都スポ少大会、空手道小学3年男子組手第2位)
- 福島 愛理 (都スポ少大会、空手道小学1・2年女子組手優勝)
- 今村 優作 (都スポ少大会、空手道小学2年男子組手第3位)
- 小林 直央 (関東ブロックスポ少交流大会、空手道小学4年女子組手個人第3位)
- 鈴木 菜未 (関東ブロックスポ少交流大会、空手道小学6年女子組手個人優勝)
- 泉 光雅 (都スポ少大会、空手道小学3・4年男子形第2位)
- 別府 佑香 (都スポ少大会、空手道小学5・6年女子形第3位)
- 鈴木 達也 (都スポ少大会、空手道中学生男子形第2位)
- 長谷川 胡桃 (都スポ少大会、空手道小学3・4年女子組手第3位)
- 全千寿JVC (都スポ少大会、バレーボール競技第2位)
- 舍人スポーツ少年団野球部 (都スポ少大会軟式野球、低学年の部第3位)

特別奨励賞

- 小峰 幹子
(全国青年大会、剣道女子個人優勝)

奨励賞

- 荒川 イヨ
(南関東ジュニア大会、武術太極拳女子
1の部第3位)
- 大竹 雅大
(都選手権、ジュニア太極拳1男子の部)
- バスケットボール
マザーズ弥生女子
(都民生涯スポーツ大会、バスケット優勝)
- なぎなた
足立区なぎなた連盟
(都民生涯スポーツ大会、団体第2)



第63回都民体育大会春季大会
正式競技(男子)

駅伝競走 優勝
サッカー競技 準優勝

第20回世界年齢別競技選手権大会出場

種目 トランポリン

出場選手

木口 暁遥(シクロアズト 優勝)
佐藤 優菜(シクロアズト 優勝)
村山 優里(シクロアズト 第2位)
明石 凌(シクロアズト 第2位)
新谷 実佑(シクロアズト 第3位)
安藤 涼(シクロアズト 第8位)

平成22年度東京都スポーツ少年団競技別交流大会

種目 ミニバスケットボール

弥生第二スポーツ少年団 青空クラブ優勝



平成22年度東京都スポーツ功労賞

個人

佐藤 清春(剣道連盟)

団体

足立区グラウンドゴルフ協会

平成22年度東京都功労者表彰

足立区水泳連盟

平成22年度足立区功労者表彰

青木 和子(テニス協会)
小林 義春(水泳連盟)
高野 松造(弓道連盟)
永田 泰弘(ソフトテニス連盟)
渡邊 洋男(軟式野球連盟)

平成22年度全国高等学校定時制通信制体育大会

種目 バスケットボール

都立足立高校定時制バスケットボール部第2位

ガンバツテます!
足立のアスリート



平成22年度墨東五区大会

バスケットボール競技 優勝
柔道競技 準優勝
陸上競技 第3位
ソフトテニス競技 第3位
剣道競技 第3位
サッカー競技(一般) 第3位

平成22年度都民生涯スポーツ大会

なぎなた競技(演技) 優勝
" (試合) 団体 準優勝
ソフトボール競技 準優勝
バスケットボール競技 準優勝
ダンススポーツ競技 準優勝
ボウリング競技 足立区A 第3位



足立区バドミントン協会

創立 50 周年記念式典・祝賀会

昭和 34 年、旧足立体育館が国体のバドミントン会場となり、天皇・皇后両陛下をお招きしたことで機運が高まり足立区バドミントン協会が発足致しました。

平成 21 年、発足から 50 年を迎え今までの歩みを振り返りながら、50 周年を祝う準備に取り組みました。そして 11 月 29 日、東京マリアージュにおいて創立 50 周年記念式典・祝賀会が行われ、楽しくも希望に満ちた時間を過ごしました。

また、当日のスペシャルゲスト陣内貴美子さんの講演が、祝賀会に華を添えました。

バドミントン協会理事長 鳥羽 信哉

けがの予防考えてみませんか！



遠藤先生に貼り方の指導を受ける、弓道連盟の谷さん

「人工筋肉テープ」とも呼ばれるキネシオテープを悪戦苦闘しながらも、どうか巻き終えた受講者、テープを巻く前と後の違いを実感しました。

キネシオテープを貼ることにより、リンパ液の流れ、血液の流れが良くなり、疲労回復も早くなります。

だるい時、疲れが取れない時、冷え性の方にも効果的です。

「キネシオテープ講習会」
12 月実施、26 名参加
講師：遠藤 恭生 先生
わしざわ整形外科
(スポーツ整形外科技師長)



役に立ちます！ 足裏疲労対策テーピング



① テープを土踏まずのかかと寄りに、外側（小指側）から内側にアーチを引き上げるように引っ張りながら貼る。



② 2 本目は、テープを母趾球にかけないように、1 本目のテープに 3 分の 1 程度重ねて引っ張りながら貼る。



③ 1 本目と 2 本目の真中に、3 本目のテープを引っ張りながら貼る。



④ 完成！
テーピング指導・足
スポーツ振興課 菊入氏



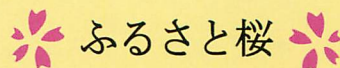
「ふるさと桜」オーナーになりました！

昨年、第 1 回目の桜オーナーは残念ながら抽選にもれましたが、今回 60 周年記念事業の夢が叶えられました。数年後、荒川土手に咲き誇る桜並木の 1 本に体育協会の記念プレートを見出すことでしょう。

この桜、地域の人々に、スポーツを通して、和を広げ、健康を願う心の子や孫の代まで、見事な花を咲かせて、語り繋げてくれるでしょう。

(財) 足立区体育協会
副会長 山本 二男

「ふるさと桜」記念プレート文字



樹名 江戸
オーナー 財団法人足立区体育協会
創立 60 周年記念。継承と創造。
未来にはばたき地域貢献を目指す
平成 23 年 2 月植樹

感動！そして感謝！

心のこもったリバーサイド
ウォーキングに参加して

(財)足立区体育協会

特別相談役 佐々木 一彦

体育協会主催による「リバーサイド
ウォーキング」に参加した。

毎年、桜の時期に合わせて、千住新
橋の虹の広場から鹿浜の都市農業公園
までの約8キロの荒川河川敷コースを
歩く恒例のイベントである。

あいにく、その日は3月下旬として
は予想外に気温が低く、必ずしもウォー
キング日和とは云えなかったが、それ
でも89歳の高齢者から7歳の子どもを
含む400人を超える区民たちが、元
気に参加した。

当日、私は役員としてではなく、一
参加者として参加させて貰ったので、
お陰で主催者側の立場からでなく、参
加者の目線も含めて、複眼でいろいろ
眺めることのできるまたとない貴重な
機会となった。

実施にあたっては、綿密なコース設
計をはじめとして、当日における参加
者に対する事前の注意事項の徹底のほ
か、ウォーキング教室の実施や参考資
料の配布、それにコース途中の自転車
による安全・救護。パトロール等々、細

歩く

歩く前に、ウォーキング教室で
ストレッチ



健康

400人の参加者がマイペースで歩く



心の安全対策がとられていた。

また、あらかじめコースの所要所に配置された係員や自転車パトロール班の人たちによる参加者への励ましの声援、そしてゴール間近での最後の元気づけやゴールインした時の役員総出の拍手と笑顔の出迎え等々、どれ一つとっても、辛い所に手が届く温かい気配りが見られた。

荒川の水辺の自然をいっぱい感じながら、また、あちこちのグラウンドでコーチの指導の下、一生懸命野球に励んでいる子どもたちの歓声を耳にしながら、そして思い思いにジョギングや体操などに勤しんでいる大人たちの姿を横目で見ながら、自分なりのゆつたりとした足取りで歩いていると、今更ながら健康の大切さと平和の尊さを感じた。しみじみ感じ、何とも云えない幸せな気分になった。

また、老若男女の沢山の参加者達がお互いに言葉を交わし触れ合いを深めながら、そして大会関係者の人達とお互いに心を通わせながら、元気にウォーキングを楽しんでいる姿を見るにつけ、体育協会に係わる者の一人として無性に嬉しくなって、思わず胸に熱いものが込み上げてきた。

さしずめ、「ヒューマンウォーキング」でも云える、心のこもった素晴らしい内容のイベントだったと思う。



感動・感謝
スタッフに挨拶をする
特別相談役の佐々木氏



ふれあい
家族や友達とのコミュニケーション

ウォーキングを楽しもう！

皆さん、こんにちは！運動やスポーツに親しんでいますか？ここで、健康・体力づくりに役立つ情報をご紹介します。ウォーキングは、心肺機能の向上、脂肪の燃焼、脳を刺激し老化防止、ストレス解消などの運動効果が見られます。しかし、いきなり1万歩を歩くのではなく、苦しくなく歩ける歩数から始め、少しずつ歩数を増やすことがポイントです。体調の悪い人、持病のある人は無理せず、医師に相談して歩くようにしましょう。

◆歩いた時間で、歩いた距離がわかる…あなたもチャレンジ！数字をあてはめ、歩いた距離を求めましょう。

$$1 \text{ 分間の歩数 (歩)} \times \text{歩幅 (m)} \times \text{歩いた時間 (分)} = \text{歩いた距離 (m)}$$

例) $120 \text{ 歩/分} \times 0.7 \times 30 \text{ 分} = 2,520 \text{ m}$

※歩数を求める場合 例) $\text{歩いた距離 } 3,000 \text{ m} \div \text{歩幅 } 0.7 \text{ m} = \text{歩数約 } 4,285 \text{ 歩}$

日常ただ歩くのではなく、目標を持ち、健康・体力づくりに心がけてみましょう！

菊入 薫氏 (健康運動実践指導者)



第8回

リバー サイド

歩けば広がる笑顔とふれあい!

ウォーキング

3月27日

受付時間・受付場所

午前9時15分～45分

千住新橋(虹の広場)

スタート時間

午前10時

定員 700名(先着)

参加費 200円

※雨天中止

主催 (財) 足立区体育協会

主管 リバーサイドウォーキング実行委員会

飲みものは、各自
ご用意ください。

リバーサイドウォーキングは
中止になりました。



ウォーキング教室

午前9時15分～45分



★アニマルピンチ
★参加記念バッヂ
プレゼント!



国体マスコット
ゆりーとが応援
に来るよ!

本号のレイアウトは、周りのご
協力を得て従来のフォーマットに
拘らず新たな試みをして見まし
た。如何でしたでしょうか。更
更に目につくようになります。紙
面を見れば、多くの方々が周
りから思いつく、大きな時間
を過ごす、公益法人化など
事例と見えてきた感じが、よ
うやく、紙面をみて、ゴール
が見えてきた感じが、よやく、
紙面を通して、お読みいただき
の思いを伝えることができました。
幸いです。

今後はさらにウェブサイトに含
め、充実した広報を目指し、と
思います。ご意見、ご協力よろ
しくお願いいたします。

広報部長 保科好秀

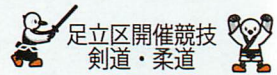
編集後記

★★平成25年に国体が開催されます。★★

国民体育大会は、スポーツの普及と健康増進、体
力向上を目指し、併せて地方の文化・スポーツの発
展を目的に開催され、昭和21年から開催されてい
ます。東京での開催は、昭和24年、34年に続き
3回目の開催となり、なんと54年ぶりです。

足立区では、剣道競技及び柔道競技が正式競技と
して開催されます。(財)足立区体育協会としても
国体開催に向けて、ジュニア育成やボランティア派
遣としての協力など、競技種目間の垣根を越えて全
面的に協力していきます。国体イメージキャラクター
『ゆりーと』が応援します。

スポーツ祭東京2013



この公益財団法人制度改革の概
要は、公益三法である①一般法人
法、②認定法、③整備法に関する
法律が、平成18年6月2日に公布
平成20年12月1日から施行され
事により、これは平成25年11
月末までに移行申請をしないと解
散となるものです。当協会は公益
性を有する事業を主たる目的とし
ていることにより、公益財団へ移
行するものです。この一年をかけ
て、公益認定への準備をして来ま
したが、今後認可のおりた後が始
まりとも言えます。それは常に取
り消しの可能性がある為、行政庁
の立ち入り検査に耐えうる更なる
組織の充実が必要なのです。

今後とも、加盟団体の
皆さんと共に区民に
親しまれ、地域に貢献
できる体育協会を目指
して共に邁進していきましょう。



公益法人化に
ついて

(財) 足立区体育協会
専務理事 坂井 重信