

# スポーツ たちかわ

体協キャラクター  
たちえもん たちみちゃん

(特非) 立川市体育協会

〒190-0015 立川市泉町786-11

泉市民体育館内

TEL・FAX 042-534-1483

発行責任者 河内 勝正

編集責任者 高橋 廣

e-mail bz821830@bz04.plala.or.jp



## 謹 賀 新 年

### 新年のご挨拶



立川市長

清水 庄平



新年明けましておめでとうございます。

貴協会会員の皆様には、日頃から本市のスポーツ振興に深いご理解とご協力を賜りまして、厚く御礼申し上げます。

今年は、ブラジル・リオデジャネイロでオリンピック・パラリンピックが開催され、市内在住のオリンピック代表選手の活躍が期待されます。また、昨年は市内の中学生が全日本中学校陸上競技選手権大会で入賞と、2020年東京オリンピックに向け夢がふくらむようなニュースもあり、市内におけるスポーツ熱がますます高まっていることを感じております。

もちろん、スポーツはひとつの競技を極め、心身を鍛えるだけでなく、楽しみながら身体を動かすことで体力の増進を、仲間と交流することでの心の健康を保つことができます。

昨年4月に行われたNHKラジオ体操の特別巡回では、貴協会のご協力もあり、会場の第六中学校に早朝から1200人もの市民が集まりました。私も皆さんと一緒に身体を動かしましたが、たかがラジオ体操と侮るなかれ、先生の指導のもと正しい姿勢や動きで行うとしっかりとした全身運動になることを改めて認識することができました。

市といたしまして、老若男女問わず行えるラジオ体操の普及促進をはじめ、市民の皆様が生涯にわたってスポーツに親しみ、楽しみながら健康づくりに励まれることで、一人ひとりがいきいきとした生活を送れるよう支援していきたいと考えております。そのためには、日頃より、市内の各地域でスポーツ振興にご尽力いただいている貴協会のご協力は欠かせないものであります。今後、会員の皆様により一層のご支援を切にお願いする次第であります。

結びに本年も貴協会の皆様のご健勝とご活躍を祈念いたしまして、私の新年のご挨拶といたします。

### 年頭にあたって



特定非営利活動法人立川市体育協会

会長 河内 勝正



新年明けましておめでとうございます。輝かしい新春を迎え謹んでお慶び申し上げます。皆様には、日頃から当会諸事業に深いご理解と多大なご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年は、2020年東京オリンピック・パラリンピックを視野に新たな事業として、市民スポーツフェスティバル、ジュニアを対象とした各地域スポーツ教室の開催、スポーツ指導者の育成等の取組を行いました。

市民スポーツフェスティバル「泉市民体育館まつり」は、市民体育館指定管理者として、また当会創立70周年イベントとして、誰でも気軽に参加し、体験・観戦ができてスポーツの楽しさを実感・体感できるよう各種目(ソフトテニス・新体操・ボッチャ・合気道・空手・ソフトバレーボール・エアボクシング・ソフトテニス・スポーツ吹き矢・ミニテニス・太極拳・ラダーゲッター・体力測定・ちびっこストラックアウト・ターゲットボードゴルフ・キャッチボール&Tボールバッティング・ゲートボール)のコーナーと口コミ講話の他、屋内プールとトレーニングジムの無料開放や障害者の手作り品販売等を設け、10月12日(体育の日)に開催、約1300名の市民参加がありました。

ジュニアを対象とした各地域スポーツ教室については、平成18年から実施しているジュニア育成地域推進業のほか、体力・競技力向上事業として陸上・ボッチャ・ミニバスケット・バレーボール・水泳・硬式野球・少年野球・合気道・ソフトテニス・テニスの教室を各地域で開講致しました。特に、市内7小学校校庭(三小・八小・幸小・けやき台小・松中小・大山小・新生小)にて開催したちびっこ野球オリンピック教室(年長・小学3年生を対象)については、保護者を含め約500名の参加を得ることができました。

また、スポーツ指導者の育成への取組は、冊子「スポーツ指導者の手引き」を作成するとともに11月14日たましんRISURUホール(小ホール)にて中野ジェームズ修一講師を招き最先端の練習方法やトレーニング方法を最大限に生かす「フィジカルトレーニングとは」の講演を開催。加盟団体の指導者・地域の指導者・部活動指導者(教員)・指導者を目指している市民約200名の参加が得られました。

これら事業を新たな起点として、これからも中高年よりも若者たちが最も果敢な年代にスポーツに親しめるよう、地域親睦・活性化に努力していく所存でございますので、今後ともご理解とご支援のほどお願い申し上げます。

圧巻!! 広大な自衛隊駐屯地の滑走路からスタート!

# 立川シティ ハーフマラソン2016

## TACHIKAWA CITY HALF MARATHON

第19回 日本学生ハーフマラソン選手権大会併催  
ニューカレドニア国際マラソン姉妹提携  
RUN as ONE - Tokyo Marathon2017提携大会

3月6日(日)  
開催

### スタート時間・場所

#### ハーフマラソン

9時30分 陸上自衛隊立川駐屯地滑走路

#### 3kmレース

11時30分～ 国営昭和記念公園内

#### 親子ペアレース

13時00分～ 国営昭和記念公園内

※大会当日は午前9時30分頃から午前11時30分頃まで周辺道路で交通規制が実施されます。ご協力をお願いいたします。

※応援の方々へ、自衛隊駐屯地正門からは入れません。

詳しくは大会ホームページをご覧ください。

### 大会ホームページ

<http://tachikawa-half.jp/>

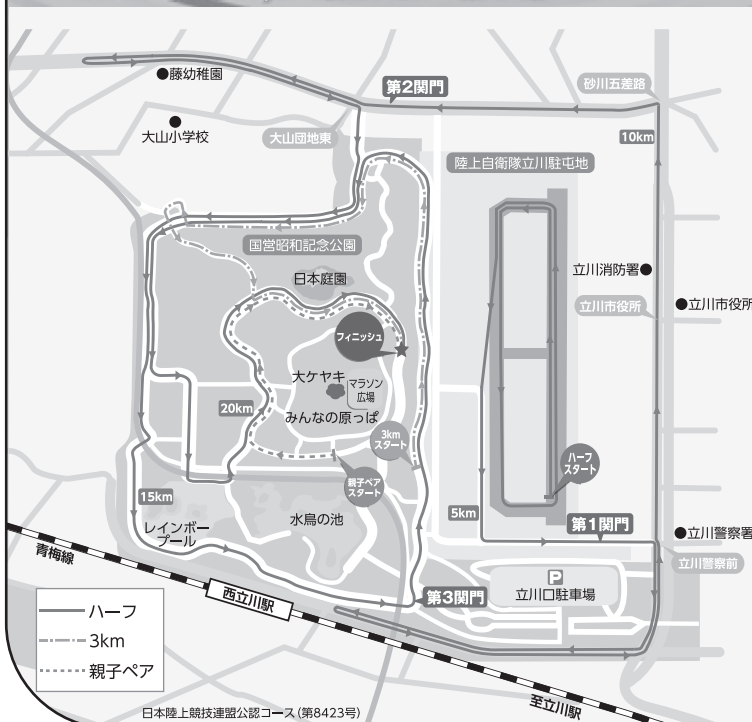
立川シティ2016

検索



### イベント

バンド演奏・和太鼓・チアリーダーなど



## 泉市民体育館まつり

10月12日（体育の日）、市民スポーツフェスティバル「泉市民体育館まつり」が開催されました。これは、立川市体育協会創立70周年記念のイベントとして、スポーツの楽しさを実感・体感できることを目的として誰でも気軽に参加し、体験・観戦ができるように行われました。

当日は泉市民体育館内で、ソフトジムボール、新体操、ボッチャ、合気道、空手、ソフトバレーボール、エアボクシング、ソフトテニス、スポーツ吹き矢、ミニテニス、太極拳、ラダーゲッターなどの様々なスポーツの体験コーナーや体力測定、また、泉野球場でのターゲット



バードゴルフ、キャッチボール&Tボールバッティング、ちびっこストラックアウト、ゲートボールなどのコーナーに、老若男女、親子、家族でと、多くの方々が参加し、スポーツを楽しむ光景が見られました。また、順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科の町田准教授によるロコモ講話などもあり、この日の泉市民体育館は約1300名の市民で賑わいました。



## ジュニア体力及び競技力向上（少年野球）事業紹介

### ●ちびっ子野球オリンピック

9月12日（土）外に出て体を動かし、スポーツの楽しさを目的とした小学3年生以下の子供を対象とした野球教室を行った。

市内7つの小学校（松中小、大山小、幸小、けやき台小、第八小、第三小、新生小）



に分け、特殊ボウルによる、投げる、捕る、走る、打つ、を基本に行い、大勢の参加がありました。

（小学生208名、チームコーチ60名、父母180名、合計448名）

\*子供達は、本当に楽しそうでした。



### ●株式会社いなげや主催 「日本ハムファイターズ野球教室」

10月31日（土）立川市営球場において、株式会社いなげや主催で元日本ハムファイターズ立花尚行投手、高口隆行野手の両コーチを迎え6年生を対象に野球教室が行われた。

ボールの握り方、投げ方、捕り方、バッティングの基本の説明があり、バッテリー、野手組に別れ、子供たちは直接プロのコーチの指導を受け、いつになく真剣な顔でした。又、プロのスピード、パワーのすごさに目を見張り、忘れられない1日となったと思います。

参加者 ㈱いなげや野球部外21名、日本ハムファイターズ16名  
少年野球連盟6年生93名、理事コーチ51名、父母75名  
合計256名



### ●野球教室開催！

冬の木枯らしが吹き始め寒さも厳しくなってきた。

この12月6日日曜日に立川公園野球場にてジュニア体力及び競技力向上事業の野球教室を行いました。

埼玉西武ライオンズ 田邊監督をはじめ上本捕手・小石投手・田代外野手よりご指導いただき選手たちも大変喜びで、楽しく思い出に残る有意義な1日を過ごしました。プロの捕手や外野手に手とり足とり教わり、投手の球を打つなど大変貴重な経験でした。

また、サブライズゲストとして今年度新記録を達成された秋山将吾選手が登場したのには選手はもちろんスタッフ・父母も大興奮でした。体育協会の会長も御臨席賜り盛大に執り行うことが出来ました。

立川ポニーベースボールクラブ  
上野陸郎  
この日もひとえに体育協会の皆様のご尽力と立川ポニーのスタッフ及び父母の皆様のおかげと感謝しております。毎年恒例の行事とできますようこれからも励んでいきたいと思っております。



## 28年度 技術と頭脳のスポーツ「ボッチャ大会」紹介

主管 地域スポーツクラブ振興委員会

7月3日（日）泉市民体育館（西砂地区、砂川町、柏町、幸町、若葉町、栄町）・7月10日（水）柴崎市民体育館（富士見町、柴崎町、錦町、曙町、高松町、羽衣町）に分かれて12地区体育会が実施予定です。

『ボッチャはヨーロッパで生まれ、現在、パラリンピックの正式種目、ルールはジャックボール（目標球）と呼ばれる白い球に、赤組、青組に分かれ、先攻、後攻を決め、ジャックボールに向けて投げ合い、ジャックボールに



相手の球より何球近いかによって得点がきまり、カーリングに似た競技です。

勝つには技術が必要であるが、自分の点数、相手の点数を常に頭に入れ、どう投げると大変頭を使うスポーツです。

ルールは、簡単で子供から高齢者まで男女を問わず用具があれば室内どこでも気軽に出来る競技です。』



## TOPICS

### 石川ボクシング



本年度のU15ボクシング全国大会は9月6日後楽園ホールで開催されました。  
中学生になった成田 華選手は中学生女子45キロ級に出場して、順調に予選を勝ち抜いて、全国大会にコマを進めました。今年、相手選手のけがにより、今年は認定チャンピオンとして表彰されました。  
そして見事4年連続日本王座につきました。

石川ボクシングジム立川

石川久美子

## 古希軟式野球「立川古武士」の活動状況の紹介

命名の由来は、立川の花「こぶし」と元気盛んな老人の集まりをもじり「立川古武士」としました。まだまだ、個々には明日をも変えられる力量を持つ、70歳代以上の男たちの集まりです。

### 目的として

1. 楽しみを生かした、生き甲斐を創造する為に  
昔楽しんだ趣味と、昔やりたかったが出来なかった事、それから初めてだけと体を動かしてみたい人等で、同じ目標に向かって汗を流し歳を忘れ、大声を出し励まし合い激怒しながら、達成した時の満足感で気持ちの高揚を味わい、そこに生き甲斐と充実感を感じています。
2. 市民交流の場として、地域の活性化造りに役立たせる。  
稀薄になった人付き合いの場と時間を提供する事で、人との接触・地域の交流を活性化します。

### チーム紹介

まずは、古希なので部員すべてが70歳以上です。平均年齢74歳で最高年齢は83歳で現役です。発足は平成23年1月で、当初は21人でしたが現在は26人で、今後賛同者が増える事を望んでいます。皆のモットーは「友愛精神と互いを尊重した親睦づくり」です。

所属連盟は「多摩古希野球連盟」に立川チームとして参加しています。現在は13チームで構成されています。年間春秋(夏休有)で14試合程度楽しんでます。

戦歴は24年度2勝8敗・25年度6勝5敗・26年度7勝4敗2分・27年度9勝3敗(11月迄の戦績)

27年度の特質としては、年1回の「東京都還暦野球連盟」主催の東京都古希大会の理事長杯に参加しました。見事22チームの中で優勝チームに4対3で惜敗し、栄えある3位に輝きました。立川市の知名度UPに成りました。

終わりに、健康で老いを遅らせるのは、やはり脳の活性化が重要と言われます。それには、脳の前頭葉を働かせる為に、手と足を動かし、又良く喋る事だと言われています。したがって、古希野球は老化防止に一役買っている事を紹介し終わります。

立川古希野球「立川古武士」広報担当 中橋 永雄

Eメール nagao-n@beige.plala.or.jp



## ねんりんピックお出でませ

### 山口2015大会

第28回全国健康福祉祭、別名ねんりんピックが、毎年全国の60歳以上の高齢者を集めて全国各地を訪ねて壮大に開催されています。各種のスポーツ競技があり25種目で全国より1万5千名程の選手が集つての大きな大会です。平成27年は山口県での開催でした。

10月17日〜20日迄開催されたこの大会の間は、山口県は全てのホテルが関係者で埋まりねんりんピック一色でした。皇室をお迎えしての山口市維新百年記念公園での開会式を皮切りに、山口県全市で競技が行われまるで国体なみです。

ゲートボールは山口きらら博記念公園スポーツ広場で開催、全国より152チームが集つての大競技会です。各県からの代表も集つていたので気は抜かれませんが、東京都からは立川こぶしチームと共に5チームが選抜され競技に参加しました。結果は惜しいことに予選で2勝1敗トーナメント上がりを経て入賞し損ないましたが、東京のチームでは最高成績、又全国の元気なゲートボーラー方と仲良く出来たり、余暇の時間は岩国市錦帯橋を始め萩市など、歴史ある山口県の各所も訪問出来て有意義な大会に参加出来、良い思い出となりました。

来、良い思い出となりました。2年前にも高知県でのねんりんピックに参加したのですが、この時も2勝1敗、同じチームは2年に一度しか出られないので、再来年の秋田県では必ずや本戦に上り詰めたという目標を新たに新幹線で帰って参りました。

乞うご期待です！

立川市ゲートボール協会

会長 吉井保子



## 平成27年度 ジュニア育成地域推進事業

### 陸上競技

平成二十七年度は陸上教室を四月第3週から十月第3週まで毎週日曜日午前中に7ヵ月間、立川公園陸上競技場で実施、更に、大山小校庭をお借りし五月から八月まで第一日曜日の午前中、同じ時間帯に陸上教室（全4回）を実施。この時は運営スタッフを二分しての開催でした。

教室での指導内容の一つは無駄な「ちから」を抜き大きく腕を振って真っ直ぐ前を向いて走ることです。自分の走る姿をビデオに撮り、すぐ映像を見て良く無かった箇所や、修正する箇所を確認します。

良かった時のイメージを大切に、それを繰り返し練習することで「正しい姿勢で走る技術」を身に付けることができ、「体力の向上」にも繋がりました。

記録会を五月と九月の二回実施し、各自が走る（50m・100m・800m・1500m・跳ぶ（走幅跳・走高跳）、投げる（砲丸投や槍投への導入としてジャベリック・ボーテックス）などの種目に挑戦して自己記録を伸ばしました。

また、一緒に練習を重ねたご家族が市町村大会や都民生涯スポーツ大会に出場しチーム立川を盛り上げてくださいました。

さて、一月十七日の市民駅伝大会の日、そのコースの一部を使用して、小学生対象のロード

レース大会（2km・立川市役所付近スタート・フィニッシュとして）を実施します。観戦応援をお願いします。

立川市陸上競技協会

副会長 横田邦夫

### テニスの楽しさを知ろう

テニス連盟では中学生を対象に毎年7月末から8月末までの夏休みの期間を利用して、立川市及びNPO法人立川市体育協会の支援により「中学生テニス教室」を毎年開催しております。

教室にはテニス連盟として技術指導員並びに指導員補助として、単に技術指導を行うだけでなくテニスと言うスポーツを通して自立心や考える力、行動力などを養いながら心身の健全育成も図っています。

また、技術指導面では特別コーチとして元プロテニスプレーヤーで全日本ランキング最高4位をマークし、現在は東京都ジュニア委員、東京強化委員長を務められ日本体育協会公認テニスマスターコーチであります。



す中村吉人さんをお招きし、テニスに必要な動きや柔軟性などを中心に基本から実践まで個人レベルに応じた練習メニューの中で指導を行っております。

テニスは対戦型のスポーツで自分の技術、体力、メンタルを考慮しながら戦略を練り戦うため、自分の考えが持てると共に目標に向かって努力することで達成できた時の喜びも体感できます。

また、人はそれぞれボールの打ち方に個性があり得意不得意もあるので、その個性の中で自分に出来ることを的確に教えることで自分なりの課題を見出すチャンスにもなります。

これからも子供達の持つ潜在的な能力を引き出しながら、テニスの楽しさを少しでも広められるようにテニス連盟としても努力をしていきたいと思っております。

立川市テニス連盟

会長 川島 進

### 第9回ソフトテニス

#### 実技研修会の報告

#### 1. これ迄の歩み

平成27年7月28日（火）に立川市泉市民体育館でソフトテニスの実技研修会を開催した。講師には日本ナショナルチーム女子チーム監督田中弘先生をお招きし、中学生とその指導者が日常の練習方法を学んだ。今年のテーマは、①サーブ②サイドステップフットワーク③中ボレーであった。

およそ10年前立川市では中学

校3校がソフトテニスクラブ活動を運営していた。そのうちの1校が「担当顧問先生の転校で指導できなくなるため廃部にする」との通知が市連盟に入り、林聖二連盟会長（現名誉会長）と中学校副校長との協議で技術指導を連盟が行いクラブ活動の管理を副校長が直接行うことで解決した。現在中学校5校が市連盟に加盟している。

連盟から派遣する指導者の技術向上の必要性にも迫られた東京都のジュニア育成地域推進事業が創設され解決できた。中学生選手、顧問、コーチ陣と一緒に練習技術を学ぶ場を創り毎年実施し9回の開催におよんでいる。

田中弘先生の指導方針は目先の試合に勝つ技術ではなく選手が高校大学社会人に成長した時役立つ基本（悪い癖の排除）が理解できるようプログラムが編成され、毎年新しいテーマを実



習している。

第1、2回研修会の受講生、立川三中の女子選手は平成22・23年国体に東京都少女代表で出場（全国2、9位）平成26年長崎国体では、東京都成人女子代表選手として活躍した。（全国4位）

#### 2. これからの技術指導の質の向上の必要性について

ラケット捌き、グランドストロークの身体のひねり、サーブのフォームづくり、フットワーク、より速いフットワーク等を判りやすい練習法で教える。選手は技術習得毎に上手くなるのが目に見え、中学5校の技術レベルも向上し、各中学の技術も均衡化してきた。

試合形式の連続した打球処理の中で「難しい球をいかに凌ぐか」「思い切った攻撃をミスなく出来るように技術を磨くか」この水準の課題設定が出来るようになれば成長は速い。

中学生の技術指導者は生徒（選手）からの問題提起（質問）に対して明快な回答が与えられない場合は、上級の指導者の指導を仰ぎ生徒の課題と一緒に取り組む心構えが要る。

生徒（選手）が抱えている課題を破る技術を身に付けた時はトーナメントでもう一段上の層に昇ることが出来る。殺生与奪の責任は指導者が握っている。この実技研修会から全国水準の選手が大勢生まれることを期待している。市体育協会の応援で今年市内小学校2校にクラブ活動が編成され、市連盟から指導員を派遣している。ソフトテ

ニスの面白さに浸る児童が増えるよう努めます。

立川市ソフトテニス連盟  
副会長 佐藤 耕司

### ジュニアスポーツ大会（空手）

平成27年9月6日立川市柴崎市民体育館にて、東京都ジュニア育成地域推進事業としてジュニアスポーツ空手道選手権大会を開催しました。今回で9回目のこの大会に、選手140名、役員父兄約210名が参加。小学低学年、小学中学年、小学高学年、中学年、高校生の5カテゴリーに分け、形、組手ともに3名1組のチーム団体戦を実施しました。各コートで仲間を応援する声飛び交い、観客席からも選手を勇気づける声援が溢れていました。チームの勝利を喜ぶ選手、悔し泣きする選手、そして選手を称える大きな拍手。1つの試合、1つの技に会場が一体となり非常に盛り上がりました。



個人戦とは異なり、協調性や団結心など団体戦でしか得られないモノを選手1人1人が感じ、非常に有意義な大会となりました。

式典では、河内体育協会会長から選手育成の大切さについてお言葉を頂き、父兄や役員の一休感をより深めるキッカケになりました。

団体戦のみのこの大会をはじめて9回目。今年は、全日本少年少女武道錬成大会（小学5・6年の部）にて優勝、全国中学生空手道選手権大会にて第三位と全国大会の団体戦において好成績を修めることが出来ました。

立川市空手道連盟  
理事 萩原 伸一

### ジュニア育成成宿（水泳）

平成27年10月10日（土）12日（月）恒例のジュニア育成成宿が千葉県成田で行われました。小学生から高校生までの生徒達が寝食を共にし、早朝からの練習に励みました。

午前6時から1時間半、朝食後1時間半、午後にも1時間半の練習は普段よりきつく大変でしたが、皆で食べる食事は美味しく、何より先輩たちの声に励まされ全員無事に練習を終了できました。生活を共にすることで気持ちを通じ合いチームの団結心が強まったと感じました。

立川市水泳協会  
副会長 大河内二三子



### ジュニア育成研修（水泳）

立川市水泳協会は、ジュニア水泳教室担当の指導員を中心に



北京オリンピックスィーマー中野高さんを講師にお迎えし、プールでの実技研修及び机上講習を実施いたしました。

オリンピックスィーマーの泳ぎのテクニク（身体の使い方）や泳ぎに対する考え方、また実践的な指導に役立つ練習方法などを学びました。

このような指導者養成研修が実を結び立川から多くのスィーマーが育ってほしいと思います。

立川市水泳協会ジュニア指導部  
北川 由美子



### ジュニアバドミントン教室

平成27年12月5日（土）に立川市柴崎市民体育館にて、中学生を対象としたジュニアバドミントン教室を開催しました。当日は講師にヨネックスの阿萬絵里香さんを迎え、参加した69名の中学生は技術指導等を学びま



した。

ヨネックスの阿萬さんは、基礎体力を作るためのトレーニングや基礎的な練習の見直しでの効果等を詳しく教えてくれました。参加した中学生は、楽しく、そして真剣に講習に取り組んでいました。

ジュニアバドミントン教室は、バドミントンにおけるジュニアの育成には重要な事業であるため、来年度以降も実施し、中学生の技術向上を行っていきたいと思っています。

立川市バドミントン協会  
総務部長 秋元 公貴

## 「第4回 平成27年度ジュニア育成地域推進事業 女子サッカー普及プロジェクト」の参加募集

立川市サッカー協会は「平成27年度ジュニア育成地域推進事業」として、「女子サッカー普及プロジェクト」を事業として実施します。ガールズ世代の女子が集い、サッカーの交流を深めることと、ピッチで楽しい時間を過ごし、『もっとサッカーを好き』になって欲しいと企画致しました。  
私たちは、将来の なでしこ が生まれることを期待いたします。

### << 要 項 >>

|      |                                |     |                                                                                                              |
|------|--------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 開催日  | 平成28年1月17日（日）<br>13:00～15:30   | 申込  | 申込はメールにて以下記入の上お送りください<br>①参加の選手氏名<br>②学年<br>③所属チーム名（未経験の場合は「未経験」）<br>④引率者名<br>⑤連絡先電話番号                       |
| 会場   | 真如苑体育館前グラウンド<br>（武蔵村山市榎1丁目）    | 申込先 | 立川市サッカー協会 女子部 山田 学<br>メールアドレス 2015jyoshi@tfa.jp.org                                                          |
| 運営   | 立川市サッカー協会                      |     | 申し込み締め切り 平成27年1月15日（金）<br>立川市サッカー協会HP <a href="http://tfa.jp.org">http://tfa.jp.org</a><br>（女子サッカー教室参加募集に参加） |
| 参加対象 | 小学生1～6年生、中学生1～3年生<br>の女子（未経験可） |     |                                                                                                              |
| 定員   | 100名程度                         |     |                                                                                                              |
| 持ち物  | 運動のできる支度（ボールは貸し出し可）            |     |                                                                                                              |
| 運営協力 | 立川フットボールクラブ（女子チーム）             |     |                                                                                                              |

## 平成27年度スポーツ指導者講演会（ジュニア育成地域推進事業）

11月14日 たましんRISURUホール（小ホール）にて、日本では数少ないメンタルとフィジカルの両面を指導できるトレーナー、中野ジェームズ修一氏を講師にお招きして、平成27年度スポーツ指導者講演会（ジュニア育成地域推進事業）を開催。

「スポーツ指導者として知っておくべき フィジカルトレーニングとは！」～準備運動・補強トレーニング・ストレッチ～

主催：（特非）立川市体育協会・（公財）東京都体育協会・東京都

中野氏の講演に

参加された、体育協会加盟団体の指導者・地域のスポーツ関係者・部活動指導者・指導者をめざす市民の方々は熱心に聞きっていました。あいにくの雨と寒さで、参加者の少ないのが案じられましたが、約200名の参加者で会場はほぼ満席となりました。



## 平成27年度 普通救命士講習会終了

主催：（特非）立川市体育協会

11月1日（日）泉市民体育館第二体育室に於いて実施され新規受講者10名、再受講者13名、計23名の皆さんが、熱心な指導のもと真剣に取り組む 初動対応の大切さを学びました。

講習会も回を重ね今回で8回目となりました。

## 平成27年度 立川市小学生ロードレース大会（2km）

|      |                                                                                          |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時   | 平成28年1月17日（日）（雨天決行）A 午前10時55分<br>B 午前10時57分スタート（予定）降雪・積雪・悪天候・<br>災害等で競技ができない状態のときは中止します。 |
| 場所   | 立川市役所（泉町1156の9）スタート／ゴール（2km）                                                             |
| 主催   | 東京都・東京都体育協会<br>NPO法人立川市体育協会                                                              |
| 主管   | 立川市陸上競技協会                                                                                |
| 後援   | 立川市・立川市教育委員会<br>読売新聞東京本社                                                                 |
| 参加資格 | 立川市・立川市周辺の小学生                                                                            |



## 平成27年度 シニアスポーツ振興事業

### シニアダンススポーツ大会

11月29日（日）表記大会を開催しました。

この事業に参加して3年目になります。今少し参加者が期待している様に増えませんが今回は月の初めに市民大会があり、月の内2回の大会開催も影響した様です。参加した人達は、ミニコンペ・トライアルと大変楽しかったとの声を聞きました。

春のスポレク・秋のシニア大会と何か「敬老の日」9月開催が出来ればと思つて居ります。会場の都合もあり今回の様に年の最後になってしまいました。次回からは9月下旬に開催が出来る様ご配慮をお願いしたいと思います。

立川市ダンススポーツ連盟  
会長 稲田 義四千



## 生涯プレイヤーの精神 （シニアテニス）

シニアテニス教室は東京都、東京都体育協会、立川市体育協会の支援により、テニス連盟の主管において開催しており今年で5回目を迎えました。

年齢や体力に応じて数多くの



基本技術やネットプレーなどを中心に指導しております。

テニスは総合的な運動神経などが鍛えられると共に、自分で判断することで脳の活性化にも有効で健康や体力維持には最適なスポーツです。

気軽にラケットを振って体を動かし、快い汗をかきながら生きがい作りの場の一つとして、シニアテニス教室をこれからも開催していければ良いと思つて

おります。

また、連盟ではシニアを対象としたスポレクフェスタや市民大会シニア部門も主管していますのでお気軽に参加してみたいかがでしょうか・・・

立川市テニス連盟

会長 川島 進

### ゲートボール大会

今年も東京都からの支援を受けシニアスポーツ振興事業として進められております立川市ゲートボール協会実施での春季・秋季ゲートボール大会は、砂川北多目的広場を利用し立川市長を始め、大勢のご来賓をお迎えして盛大な競技を行うことができました。この大会は、市民大会と共に立川市内で活躍する各ゲートボールクラブの年度における最大の祭典です。春は、5月20日に、また秋は10月14日に予定通り開催され、いずれも100名ほどの参加者が集り、



5名組織のチームが春秋共18チームで競技が行われました。予選6試合の後、トーナメント戦での決勝大会が夕方まで行われ、終日各地区の腕自慢のゲートボーラーが技を競い優勝から第4位までの入賞を目指して熱い戦いが行われました。今年は春秋共、西明和会のような常勝チームが上位を占める他秋には、新しく若葉会チーム、混合



新人チームなども活躍して新しい芽吹きが見えてきました。替わって昔の名門チームが上位に喰いこめず時代の流れを感じるこの頃です。入賞したチームに

は、大型のメダル等が授与され、大会の華やかさを飾りました。シニアスポーツ振興事業での支援を受けます重要な大会に位置づけられてきた大会でした。

立川市ゲートボール協会

会長 吉井 保子

### シニア野球

我々立川シニア野球連盟は、趣味と健康を兼ね、友愛精神を基に互いのコミュニケーションを深め、立川市民として生き生きと活躍する事を目的とし活動しています。還暦野球は、60歳以上が対象で、東京還暦軟式野球連盟に参加（登録）しています。都還連参加チームは70チームとなり、登録選手は2100名有余となりました。

構成は、9部制でその都度の戦績で、昇格・降格が生じます。現在立川市は3チームで参加しています。

\*立川市の3チーム

（チーム名／登録人数／現在のランク）

1）立川ベテランズ／22人／4部

2）立川シルバースターズ／28人／7部

3）立川浪漫／31人／8部

交流都市である、近隣の武蔵村山チームを交え10月22日（木）

第69回

## 立川市民体育大会

地区対抗種目得点表

12月25日現在

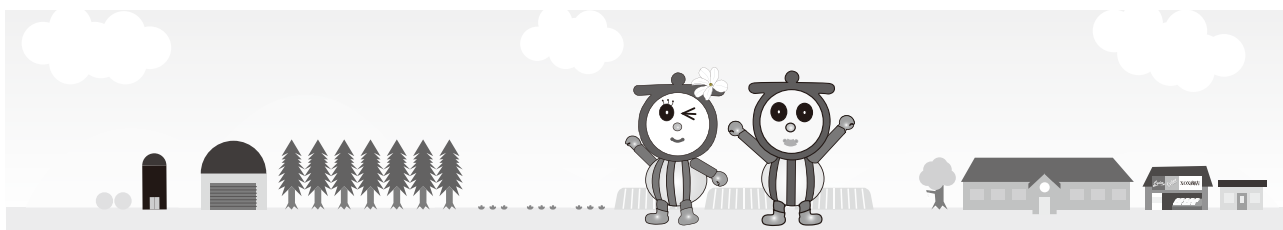
| 種目         | 地区名 | 富士見町体育会 | 柴崎町体育会 | 錦町体育会 | 曙町体育会 | 高松町体育会 | 羽衣町体育会 | 砂川体育会 | 栄町体育会 | 若葉町体育会 | 西砂川地区体育会 | 幸町体育会 | 柏町体育会 |
|------------|-----|---------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|----------|-------|-------|
| 軟式野球       |     | 3.0     | 10.0   | 3.0   | 5.5   | 3.0    | 5.5    | 3.0   | 8.0   | 9.0    | 5.5      | 11.0  | 5.5   |
| ミニテニス      |     | 11.0    | 3.0    | 7.0   | 3.0   | 3.0    | 6.0    | 5.0   | 4.0   | 10.0   | 9.0      | 8.0   | 3.0   |
| ソフト<br>ボール | 男子  | 5.5     | 8.0    | 9.0   | 5.5   | 3.0    | 5.5    | 5.5   | 11.0  | 3.0    | 3.0      | 10.0  | 3.0   |
|            | 女子  | 3.0     | 9.0    | 11.0  | 3.0   | 3.0    | 3.0    | 5.5   | 5.5   | 10.0   | 5.5      | 5.5   | 8.0   |
| 水泳         | 男子  | 9.0     | 3.0    | 10.0  | 6.0   | 3.0    | 3.0    | 11.0  | 4.0   | 5.0    | 3.0      | 8.0   | 7.0   |
|            | 女子  | 6.0     | 5.0    | 9.0   | 3.0   | 3.0    | 3.0    | 11.0  | 3.0   | 7.0    | 4.0      | 10.0  | 8.0   |
| ゲートボール     |     | 6.0     | 11.0   | 3.0   | 10.0  | 8.0    | 3.0    | 7.0   | 4.0   | 3.0    | 3.0      | 9.0   | 5.0   |
| 陸上競技       | 男子  | 7.0     | 3.0    | 11.0  | 3.0   | 6.0    | 5.0    | 10.0  | 3.0   | 9.0    | 3.0      | 8.0   | 4.0   |
|            | 女子  | 10.0    | 3.0    | 9.0   | 3.0   | 6.0    | 7.0    | 8.0   | —     | 11.0   | 3.0      | 5.0   | 4.0   |
| バレー<br>ボール | 男子  | 9.0     | 3.0    | 11.0  | 3.0   | 5.5    | 10.0   | 5.5   | 3.0   | 8.0    | 5.5      | 5.5   | 3.0   |
|            | 女子  | 10.0    | 8.0    | 11.0  | 3.0   | 3.0    | 3.0    | 9.0   | 3.0   | 5.5    | 5.5      | 5.5   | 5.5   |
| テニス        |     | 7.0     | 3.0    | 9.0   | 3.0   | 3.0    | 4.0    | 3.0   | 8.0   | 11.0   | 6.0      | 10.0  | 5.0   |
| 卓球         |     | 8.0     | 3.0    | 7.0   | 3.0   | 11.0   | 3.0    | 10.0  | 6.0   | 4.0    | 9.0      | 3.0   | 5.0   |
| バドミントン     | 男子  | 11.0    | 3.0    | 3.0   | 3.0   | 4.0    | 3.0    | 9.0   | 5.0   | 7.0    | 10.0     | 8.0   | 6.0   |
|            | 女子  | 7.0     | 3.0    | 5.0   | 3.0   | 3.0    | 6.0    | 9.0   | 3.0   | 8.0    | 10.0     | 11.0  | 4.0   |
| 駅伝         |     |         |        |       |       |        |        |       |       |        |          |       |       |
| 合計得点       |     | 112.5   | 78.0   | 118.0 | 60.0  | 67.5   | 70.0   | 111.5 | 70.5  | 110.5  | 85.0     | 117.5 | 76.0  |
| 順位         |     |         |        |       |       |        |        |       |       |        |          |       |       |

に、シニアスポーツ振興事業として、立川公園野球場市営球場で交流試合を実施しました。  
和やかで有意義の有る一日でした。

【試合の結果】  
立川ベテランズ10対2立川シルバースターズ  
立川浪漫2対15村山キングス

最後になりますが、「立川市体育協会」の基つつがなく終了したことを御報告いたします。

立川シニア野球連盟  
理事長 金井 和夫



## 競技団体紹介

## 立川市ゴルフ協会の活動



最近ゴルフ界はなにかと逆風が吹いておりますが生涯スポーツとしてのゴルフを市民の方々に楽しんで頂けるよう新しい事も企画しながら運営して行きたいと思っております。最後にゴルフを愛するプレーヤーの参加・会員を募集しております。ご興味のある方は、ゴルフ協会までお気軽にご連絡お待ちしております。

立川市ゴルフ協会

専務理事 小林勝美

現在、ゴルフ協会は200名を超える会員で、年2回の大会や勉強会を主な活動で市民の懇親の場とゴルフPRを行っております。

6月に行なう親睦ゴルフ大会では都民体育大会（区市町村対抗ゴルフ競技会）の代表選考を行なっております。代表選手は男子4名、女子4名が選抜され本年度の成績は男子24位、女子11位という結果となっております。

また、11月には市民ゴルフ大会を行い国体予選会の出場者の選考を行なっております。両大会とも毎年80名近い方に参加頂き熱戦を繰り広げています。

そして、競技だけでは無く4年に一度行われるルールの改定時にはルール講習会を開き技術だけではなくルールにも精通したゴルフアーの育成にも力を入れております。また過去にはスナックゴルフを取りいれゴルフをやった事の無い子供達にゴルフをするきっかけをつくりゴルフ人口の裾野を広げる活動も行なっております。



ゲスト  
〔西田隆維、原裕美子、M高史〕



体育協会後援事業紹介

【日にち】1月16日（土）  
【会場】国営昭和記念公園（東京都立川市緑町3173）  
※JR中央線「立川駅」、青梅線「西立川駅」、西武拝島線「武蔵砂川駅」下車  
【主催】パークランマソン 2016 in 昭和記念公園実行委員会  
【主管】オーランド、ピーアシスト、エムスリーアシスト  
【協力】J S V  
【後援】立川市体育協会

## 加盟団体

|           |          |          |            |          |              |         |              |          |          |           |
|-----------|----------|----------|------------|----------|--------------|---------|--------------|----------|----------|-----------|
| 柏幸町       | 西砂川地区    | 若葉町      | 栄町         | 砂川町      | 羽衣松町         | 高曙町     | 錦町           | 柴崎町      | 富士見町     | （地区体育会会長） |
| 陸上競技協会    | 野球協会     | バレーボール連盟 | 卓球連盟       | ソフトテニス連盟 | 弓道会          | 柔道連盟    | 剣道連盟         | 相撲連盟     | バドミントン協会 |           |
| 水泳協会      | クレール射撃協会 | 空手道連盟    | バスケットボール協会 | 健康体操連盟   | サッカー協会       | テニス連盟   | 合気道会         | ゲートボール協会 | 武術太極拳連盟  |           |
| ダンススポーツ連盟 | ミニテニス協会  | ゴルフ協会    | トライアスロン協会  | 新体操連盟    | 吹矢レクリエーション協会 | 自転車競技連盟 | ラジオ体操協会（準加盟） |          |          |           |

|    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 神藤 | 関根 | 河明 | 五西 | 浅見 | 豊川 | 小田 | 稲田 | 高水 | 吉井 | 向江 | 川島 | 岡部 | 横井 | 福田 | 須崎 | 森田 | 戸所 | 馬場 | 浜田 | 平山 | 伊藤 | 岡寄 | 鏑本 | 経廣  | 五十嵐 | 清水 | 坪内 | 岩山 | 加治 | 津田 | 佐藤 | 關川 | 市島 | 森村 | 加藤 | 松村 | 中村 | 石田 |
| 春枝 | 吉雄 | 信祐 | みさ | 義明 | 幸夫 | 友一 | 四男 | 正男 | 保隆 | 隆次 | 直進 | 有江 | 一平 | 八朗 | 眞二 | 孝雄 | 辰久 | 克郎 | 和一 | 満平 | 幸弘 | 昌止 | 敬治 | 五十嵐 | 孝治  | 基治 | 定明 | 美弘 | 成訓 | 利夫 | 吉栄 | 貞由 | 恒保 | 加藤 | 松村 | 中村 | 石田 |    |

平成二七年度 賛助会員募集中 たちかわのスポーツ振興にご協力を  
個人会員 一口 一、〇〇〇円 何口でも可  
団体会員 一口 五、〇〇〇円 “  
振込口座 多摩信用金庫幸町支店／普通預金 0131672  
特定非営利活動法人立川市体育協会（トクビ）タチカワシタイイクキョウカイ

皆様からの協賛金は、立川市の「明日のスポーツ界を担う青少年の健全育成と中高年齢者の健康増進・コミュニティ」に役立てます。

（特非）立川市体育協会



スポーツ安全協会 検索  
インターネットからの加入受付を行っています。詳しくは、ホームページをご覧ください。

# スポーツ安全保険

対象となる事故 団体活動中の事故 / 往復中の事故

保険期間 平成27年4月1日午前0時から平成28年3月31日午後12時まで（申込受付は平成27年3月から）

加入区分・掛金・補償額 団体活動を行う5名以上の方で加入ください。加入区分は加入者ごとにご選択ください。

| 加入対象者                                  | 補償対象となる団体活動                                                                                         | 加入区分 | 年間掛金<br>(1人当たり) | 傷害保険金額          |                 |                   |                 |                                           | 賠償責任保険<br>支払限度額                            | 突然死葬祭費用保険<br>支払限度額 |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------|
|                                        |                                                                                                     |      |                 | 死亡              | 後遺障害<br>(1級・2級) | 入院<br>(1日)        | 通院<br>(1日)      |                                           |                                            |                    |
| 子ども<br>中学生以下<br>特別支援学校<br>生徒を含む。       | スポーツ活動・<br>文化・ボランティア・地域活動                                                                           | A1   | 800円            | 2,000万円         | 3,000万円         | 4,000円            | 1,500円          | 対人・対物賠償<br>合計1事故5億円<br>ただし、対人賠償は1人1億円     | 突然死<br>（急性心不全、<br>脳内出血など）<br>葬祭費用<br>180万円 |                    |
|                                        | 上記団体活動に加え、個人活動も対象<br>AW区分の特典：個人活動・個人練習なども補償の対象となります。<br>上段：団体活動中およびその往復中の補償額<br>下段：上記以外（個人活動など）の補償額 | AW   | 1,450円          | 2,100万円<br>100円 | 3,150万円<br>150円 | 5,000万円<br>1,000円 | 2,000万円<br>500円 | 対人・対物賠償<br>合計1事故5億円<br>ただし、対人賠償は1人1億500万円 | 突然死<br>（急性心不全、<br>脳内出血など）<br>葬祭費用<br>180万円 |                    |
|                                        | 文化・ボランティア・地域活動、団体員の送迎、応援、準備、片付け<br>※スポーツ活動を行う場合は対象となりません。                                           | A2   | 800円            | 2,000万円         | 3,000万円         | 4,000円            | 1,500円          | 対人・対物賠償<br>合計1事故5億円<br>ただし、対人賠償は1人1億円     | 突然死<br>（急性心不全、<br>脳内出血など）<br>葬祭費用<br>180万円 |                    |
| 大人<br>高校生以上<br>65歳以上の<br>方も加入<br>できます。 | スポーツ活動<br>スポーツ活動の指導・審判<br>子どもへのスポーツ活動の指導・審判<br>※各区分でも加入可                                            | C    | 1,850円          | 2,000万円         | 3,000万円         | 4,000円            | 1,500円          | 対人・対物賠償<br>合計1事故5億円<br>ただし、対人賠償は1人1億円     | 突然死<br>（急性心不全、<br>脳内出血など）<br>葬祭費用<br>180万円 |                    |
|                                        | スポーツ活動<br>※各区分でも加入可 ※スポーツ活動を行わない場合はA2区分                                                             | AC   | 1,300円          | 1,000万円         | 1,500万円         | 2,500万円           | 1,000円          | 対人・対物賠償<br>合計1事故5億円<br>ただし、対人賠償は1人1億円     | 突然死<br>（急性心不全、<br>脳内出血など）<br>葬祭費用<br>180万円 |                    |
|                                        | スポーツ活動<br>※各区分でも加入可                                                                                 | B    | 1,000円          | 600万円           | 900万円           | 1,800万円           | 1,000円          | 対人・対物賠償<br>合計1事故5億円<br>ただし、対人賠償は1人1億円     | 突然死<br>（急性心不全、<br>脳内出血など）<br>葬祭費用<br>180万円 |                    |
| 全年齢                                    | 危険度の高いスポーツ活動                                                                                        | D    | 11,000円         | 500万円           | 750万円           | 1,800万円           | 1,000円          |                                           |                                            |                    |

※同一団体で1口しか加入できません。中途加入する場合、中途退会する場合も年間掛金を適用します。加入後の加入者の入会、加入区分の変更はできません。※危険度の高いスポーツ活動はD区分以外では補償されません。

公益財団法人 スポーツ安全協会 東京都支部  
（公財）東京都体育協会内

〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1 岸記念体育館内 TEL 03-3481-2423

この広告はスポーツ安全保険（スポーツ安全協会傷害保険特約・スポーツ安全協会傷害保険特約（学校管理下外担保）・突然死葬祭費用担保特約付帯傷害補償責任保険（賠償責任保険））の概要についてご紹介したものです。ご加入の際には、必ず「スポーツ安全協会賠償責任保険特約付帯傷害補償責任保険及びスポーツ安全協会傷害保険特約（学校管理下外担保）付帯傷害補償責任担保（賠償責任保険）」の概要についてご確認ください。詳細は保険約款および特約約款により、ご不明の点がございましたら（公財）スポーツ安全協会または東京海上日動火災保険（株）までお問い合わせください。

http://www.sportsanzen.org

●資料請求は、インターネットより受け付けております。

（引換事務保険会社）  
東京海上日動火災保険株式会社（担当課）公費課2部公費課1課  
TEL 03-3515-4133（平日9:00~17:00）  
（共同引換保険会社）（平成27年4月予定）  
あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン日本興亜 大田火災  
東京海上日動 日新火災 富士火災 三井住友海上  
平成26年12月作成 14-T-09668