



「する」「みる」「支える」スポーツ宣言! 大田区

ひろば

2022年(令和4年)3月31日 第74号

発行/(公財)大田区スポーツ協会

発行人/理事長 萩 裕美子 編集/(公財)大田区スポーツ協会総務部

〒143-0011 大田区大森本町2-2-5 大森スポーツセンター内

電話:(03)5471-8787 FAX:(03)5471-8789

(公財)大田区スポーツ協会ホームページ

http://www.sportsota.or.jp

E-mail: info@sports-ota.or.jp Twitter: sportsota

「パラスポーツの魅力を未来へつなぐ」

射撃日本代表 佐々木 大輔 氏

【特集1】

TOKYO
2020
パラリンピック
の記憶



「大田区障がい者スポーツの未来に向けて」

NPO法人 大田区障がい者スポーツ指導者研究会 森 相子 氏



【特集2】今だから始められる

「自宅でできる筋トレ」

主な記事

特集1 TOKYO2020パラリンピックの記憶……p2

特集2 今だから始められる
「自宅でできる筋トレ」Part5 ……p6

令和4年度事業計画・予算……p7

春・夏募集のイベント案内……p8

顕彰事業……p9・p10

加盟団体周年記念……p10

Part 5

腹筋トレーニング



クランチ



正しくできる?
プランク

公式ツイッター

公式ホームページ



公益財団法人
大田区スポーツ協会

※配布いたしました「ひろば74号」2ページ中ほどにある佐々木大輔氏の所属はモルガン・スタンレー株式会社は、モルガン・スタンレー・グループ株式会社の誤りでした。読者の皆様ならびに関係者の皆様にご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

特集1 ▶ TOKYO 2020 パラリンピックの記憶

TOKYO2020パラリンピックは、無観客での開催となりましたがテレビ中継を通じ、日本勢のメダルラッシュに沸くバラアスリートの姿に多くの方が感動を覚えました。

選手たちは、不可能に思えることも工夫と努力で可能にし、自らの限界に挑戦して突破していく姿は、私たちにとってパラスポーツへの理解を深める大きな契機となりました。

今回は、射撃日本代表で大田区スポーツ協会主催の講座で「障がい者スポーツを理解する」の講師を務められた佐々木大輔氏とNPO大田区障がい者スポーツ指導者研究会の森相子理事長にTOKYO2020パラリンピックの記憶と共にこれからのパラスポーツについてお話していただきました。



パラスポーツの魅力を未来へつなぐ

モルガン・スタンレー・グループ
株式会社所属 佐々木 大輔

～すべての人が自己ベストを目指す～

私は2009年8月に交通事故に遭い脊髄を損傷し、胸から下が麻痺、現在車いすで生活しています。事故当時は小学校の教員をしていましたが、志半ばで退職しました。その後、リハビリセンターでリハビリの一環として出会ったパラスポーツに感激し、幼いころから柔道をしてきたことから腕力に自信があったので、パラ水泳を始めました。水泳を始めてしばらくすると東京でパラリンピックを開催することが決まり、パラリンピック出場を目指しました。日本代表基準まであと5秒というところで右肩を2度負傷しました。どうしてもパラリンピックに出場しなかったのを酷使しないスポーツを探し、パラ射撃を選びました。射撃は老若男女、障害の有無を問わず健常者と一緒にできるという魅力も選んだ理由の一つです。

日本は銃規制が厳しく、銃を所持するのに試験を受けて所持免許を取る必要があります。まず、最初に射撃がどんなスポーツなのか体験するために、葛飾区総合体育館内にある射撃場で टीमライフルを体験しました。的の真ん中に当たった時の感触、静かな空間の中で自分と向き合う時間は何物にも代えがたいものでした。射撃場管理人の方から「あなたは射撃

筆者紹介



さ さ き だいすけ
佐々木 大輔 (モルガン・スタンレー・グループ株式会社 所属)

経 歴 ▶ 元小学校教諭・絵本作家
東京2020パラリンピック 射撃 日本代表
混合エアライフル伏射SH1 / 同競技日本記録保持者
2019年大田区スポーツ協会主催の競技力向上対策事業で講師を務める

競技経歴 ▶ 2019年 オシエク(クロアチア)・ワールドカップ
2019年 シドニー(オーストラリア)世界選手権
2021年 東京 2020 パラリンピック競技大会

筆者から

私は、車いすで生活するようになり沢山の貴重な経験をしています。その経験をSNSで発信していますので、興味のある方はご覧になってください。

Facebook ▶ <https://www.facebook.com/daisuke.bau> Instagram ▶ <https://www.instagram.com/daisuke.riflelife/>

の素質がある」と言われたことで射撃をする決意をしました。それから2年弱で日本記録を出し、6年目で東京パラリンピック出場を決めました。

東京パラリンピック前は、この大会を開催すべきなのかという気持ちが常に自分の中にあり、再度延期した方がいいとも思っていました。なぜなら、コロナに感染し、出場できなかった選手も実際にいたので不公平だと感じたからです。延期した方がいいのではという気持ちと、開催してパラリンピアンになりたいという複雑な気持ちが常に交錯していました。

コロナ禍という過酷な状況の中、大会関係者、沢山のボランティアの方々に支えられ、大会が無事に終わり、安堵しています。これは徹底的な安全対策のおかげだと感謝しています。残念だったのは開会式・閉会式のどちらもコロナ規制の関係で参加できなかったことです。

試合については最後までやりきったということがすごく自信になりました。4年に一回のこの大会は予想以上の独特の緊張感がありました。その中でどうやって練習どおりのパフォーマンスを発揮するのか、というのが最大の課題でした。最初に行われる試射15分間で普段とポジショニングが違ったのですが、いつも通り撃てたのでひょっとしたらいつもより良い点数が出るのではないかと思います、そのまま本射に臨みました。しかし、目標点数には及びませんでした。ただ、他の選手も全体的に結果は良くありませんでした。おそらくコロナの影響で、思うように練習ができなかったのではないかと思います。今大会は自国開催で時差もなく、多くの日本人のサポートがあり、良い雰囲気の中で射撃ができたので「もっとできたのでは」という思いでいっぱいです。



～パラリンピアンを取り巻く世界～

選手村は何不自由なく過ごすことができました。ニュースでも話題になったダンボールベッドはとても軽くて車いすの私でも簡単に移動でき、トイレなども段差が全くありませんでした。食堂も車いすの目線で配膳しやすいように工夫されていました。一週間程滞在しましたが、快適に過ごすことができました。

今回の東京パラリンピック開催で、日本のバリアフリー、ユニバーサルデザインへの意識が一気に進んだと思っています。事故当時は手すりやスロープも取ってつけたようなものも多く大変でした。また、折角お金をかけて作っているのに使いにくいという

こともありました。例えばお風呂のフチの隅は車椅子から移動しやすいように幅が広い方がいいのですが狭くて壁と近いか、少し広くても手すりが背中に当たって移動がしにくいということが多々あります。是非とも設計士の皆さんにお願いしたいのは、設計をする段階で車いす利用者の方に相談し、ご自身で車いすに乗って実際に動いてみていただきたいです。

よく「障がい者になんと声をかけていいのかわからない」と聞かれます。そこは、あまり難しく考えなくていいと思います。大変そうだったら助ける。健常者の方が大荷物を持っていたら大変そうだなと思って「持ちましょうか」と声をかけるのと一緒です。段差に四苦八苦していたり、高い所に手が届いていなかったり、扉の押し引きが難しいので開けなかったり、そういった場面に遭遇した時は気遣いや配慮をしてもらえるとありがたいです。声をかける事ができなければ別になんかなくてもいい

です。ただ、そこに車いすの人がいると認識して見守ってくれているだけで安心します。以前、踏切で線路にキャスト（前輪）が挟まって身動きできなくなってしまったことがありましたが、それを素早く周りにいた健常者が助けてくれました。「困っている人がいたら助ける」という当たり前のことが当たり前にできれば問題ないと思います。

～多様性と調和、そして未来へ継承～

パラリンピックの意義は様々な障害のあるアスリートが創意工夫をし、限界に挑む姿を見せることにあると考えています。それ

は、誰もが個性や能力を発揮し、活躍できる公正な社会の実現や、ハード面、ソフト面でのバリアを減らすことを真剣に考えるきっかけを与えてくれます。最近では健常者と障がい者がペアになって試合をする「オリパラMIX」という言葉も多く聞かれるようになりました。つい先日、参加しましたが、東京2020大会のビジョンである「多様性と調和」を、そこに感じる事ができました。国連が掲げるSDGs(持続可能な開発目標)の観点に照らし合わせながら、このような大会が増えていくことを切に願います。



大田区障がい者スポーツの未来に向けて

NPO法人大田区障がい者
スポーツ指導者研究会
理事長 森 相子

～NPOの立ち上げ～

大田区体育指導委員の時、区から障がい者対象にスポーツ指導の依頼がありました。今から25年も前のことです。仲間も障がい者と関わる事がなかったので実践して指導をして来ました。

スポーツ教室が終わった時、「いろいろ沢山学びました。まだまだ学ぶことが多くあるので継続して障がい者と関わって行きたい」との言葉に平成13年NPO法人大田区障がい者スポーツ指導者研究会を立ち上げました。当初、保護者から「身内に障がい者がいるのですか」とよく聞かれた記憶があります。

一般のスポーツ指導者が、障がい者の方たちに手を差し伸べる事が少ない時ならではの言葉でした。



～パラリンピック効果～

昨年夏、2020東京オリンピック、パラリンピックが行われました。コロナ禍のオリンピックでは、多くの金メダルに「とても興奮し会場での観戦をしたかった」「パラリンピックも毎日、テレビで観戦し勇気を貰い、選手の頑張りに負けては居られな

い]と今までスポーツに興味が無い人達も地域スポーツ教室に参加し、高齢により障がいを伴ってしまった人達も動き始めています。

また、大田区のスポーツ施設を利用している障がい者からは、「区民の皆さんが、自分を見る目がとてもやさしくなり、いろいろと声をかけて助けてくれる事が、これもパラリンピックのお陰です」とうれしそうにお話してくれました。

まだまだ障がい者にとって使い勝手が良い施設ばかりでは無いと思っていますが、思いやりの言葉掛けは満足感を与えられると思います。一緒にスポーツをする仲間として、指導者として心のケアも重要と考えています。

大田区には多くのオリンピック、パラリンピック選手が居ます。その中のお一人に、選手競技を終えて地域スポーツに力を注いでいる私の恩師がいました。何もわからず先生のスポーツクラブで動いていましたが、今思えば私が地域スポーツの必要性を感じた原点です。障がい者スポーツ研究会を立ち上げた時、先生から「継続は力なり、大丈夫、頑張りなさい」の言葉を頂きました。

～未来につなぐ、大田区のパラスポーツ～

令和3年事業で計画していた障がい者スポーツ教室が、コロナ感染予防対策をしながら、ようやく昨年10月に動き始めました。保護者からはスポーツの力を借りながら人と関わられることを多く望む声もあり、行政、スポーツ協会、民間団体が協力し皆が楽しみながら、健康増進に繋がる健康スポーツから競技スポーツにバトンタッチし、大田区から、さらに多くのオリンピック・パラリンピック選手が生まれることの重要性も感じています。

【いつでも、どこでも、誰でもがいつまでも出来る】スポーツ環境を目指して、活動したいと思います。



筆者紹介



もり あいこ
森 相子 (NPO法人大田区障がい者スポーツ指導者研究会 理事長)

経 歴▶ 昭和50年より、大田区実技指導委員～大田区体育指導員を経て平成10年より大田区スポーツ審議委員となる。平成13年障がい者スポーツ指導者研究会を立ち上げ、大田区の障がい者スポーツ振興に携わる。

資 格▶ JSCAマスター公認 スーパーマスタースポーツクラブインストラクター公認
スーパーマスター中高老年期運動指導士公認
上級健康スポーツサプリメントアドバイザーインストラクター
水泳指導認定 公認体力テスト判定委員認定



GIANTS ACADEMY

<https://www.giants.jp/G/academy/>

ジャイアンツアカデミー

大田平和島スクール

平和島公園で毎週水曜日に開催

大田萩中スクール

萩中公園で毎週金曜日に開催

株式会社読売巨人軍 野球振興部 アカデミー事務局

〒100-8151 千代田区大手町1-7-1 読売新聞ビル26階 TEL: 03-3246-2662

特集2 ▶ 今だから始められる「自宅でできる筋トレ」 Part5

やってみよう! 在宅トレーニング

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のための対策として始まった在宅・テレワークなどによる「新しい生活様式」は、運動不足・身体活動量の低下をきたします。

これを解消するため、意識的に運動・スポーツに取り組むことは、健康の保持・増進だけでなく、ストレス解消、自己免疫力を高めてウイルス性感染症を予防することにも役立ちます。今回の「自宅でできる筋トレ」は、ポッコリおなかに効くトレーニングを皆さんに紹介します。

講師紹介

たかく かずゆき
高久 和之



【役職】大森スポーツセンター 副所長
【資格】健康運動指導士
公認上級体育施設管理士
初級障がい者スポーツ指導員

高久氏は、大森スポーツセンターで実施している子どもから高齢者までを対象にした様々な健康教室の運営や指導に携わっています。

今回も、前回に引き続き、みなさんが自宅で簡単にできるトレーニングの一部を紹介します。さあ、みなさんも一緒にやってみましょう。

ニートウチェスト DE ～ポッコリお腹にさようなら～

ニートウチェストとは

腹筋を使って膝を胸に近づけるトレーニング。

通常の腹筋(上体起こし)トレーニングでは、腹筋の上部をメインに鍛えますが、ニートウチェストは、腹筋の下部を鍛えます。

日ごろのトレーニングに取り入れて、バランスのとれた腹筋を目指しましょう!

START

- 床に足を伸ばして座る
- 両手をおしりより後ろに置く
- やや後ろに体重をかける



回数は
10回×2～3セットを目安に



息を吐きながら、
ひざを
ゆっくり胸に
引き寄せる

おしりで
バランスをとる



下げながら
足を伸ばしていき
床ギリギリで
止める

注意!

- 呼吸は止めずに行ってください
- 痛みを感じた場合は、すぐにトレーニングを中止してください

鍛えられる筋肉

腹直筋下部

下っ腹の引き締め
やぽっこりお腹を
解消



腸腰筋

- 骨盤や股関節の動きに関連している
- 腸腰筋を鍛えることは、骨盤の位置を矯正し姿勢の改善につながる
- 腰痛を予防することが期待できる

Point

- ひざは伸ばしきらず、上体がぶれないように上半身は常に固定しておく
- 反動を使って行わない
- あごが上がってしまわないように注意
- 足の曲げ伸ばしよりも、腹筋(下っ腹)の収縮を意識して行う

さらに「お腹を鍛える」トレーニング

大森スポーツセンターでは、紹介したニートウチェストの他に腹筋を鍛える「クランチ」や「プランク」というトレーニング方法を紹介しています。

詳しくは、大森スポーツセンターHPの動画紹介をご覧ください。



公益財団法人大田区スポーツ協会 令和4年度事業計画・予算

(公財)大田区スポーツ協会は、区民の心身の健全な発達と明るく豊かな地域社会の形成に寄与します。

令和4年度(公財)大田区スポーツ協会事業計画及び収支予算書が、3月28日開催の理事会で審議のうえ、決定されました。

◆事業計画◆ 【】内は令和4年度、()内は令和3年度当初予算額(単位 千円)

[1] 自主事業 【26,218】(22,892)

1 健康教室運営事業

(1) 健康体操教室

田園調布せせらぎ館集会室、多摩川台公園古墳展示室、大森東福祉園、六郷地域力推進センター、大森スポーツセンターを利用して教室を実施

(2) 夏休み・子ども体育塾の実施

2 競技力向上対策等事業

(1) 都民体育大会選手育成強化費の交付

(2) 指導者講習会の開催等

(3) 加盟団体に対する補助金の交付

(4) 都民生涯スポーツ大会等参加費の補助

3 年少者スポーツ育成事業

(1) 子ども野外活動教室

(2) 子ども卓球大会の実施

(3) スポーツバイキングを3か所(大森スポーツセンター、総合体育館、調布地区予定)実施

(4) スポーツ少年団への助成

(5) ジャイアンツアカデミー大田平和島スクール、萩中スクールの実施

(6) スポーツきっかけ教室(小中学生対象)

4 スポーツ振興事業

(1) ソーシャルネットワークシステムの活用

(2) スポーツ講演会と体験教室の実施

(3) 普通救命講習会等の実施

(4) 連盟有力優秀選手の把握及びスポーツ施設調査

(5) 障がい者スポーツ事業助成

(6) スポーツきっかけ教室(15歳以上対象)

(7) 企業連携によるスポーツ・レクリエーションの普及

(8) 普及啓発活動及び団体関東ブロック大会の支援

5 会報「ひろば」の発行

6 体育功労者等の表彰

7 「OTAふれあいフェスタ」への出展

8 加盟団体PR動画作成

9 事務局事務費等

[2] 区受託事業 【259,261】(254,103)

1 区民スポーツ大会の実施

2 都民体育大会への選手・役員の派遣

3 区民スポーツまつりの実施

4 OTAウォーキングの実施

5 ラジオ体操指導者養成講習会

6 新スポーツ健康ゾーン活性化事業

7 障がい者水泳指導者養成講習会

8 障がい者スポーツ教室の実施

9 大森スポーツセンターの管理代行運営

10 大田スタジアムの管理代行運営

[3] 都受託事業 【5,600】(5,600)

1 ジュニア育成地域推進事業の実施

(1) ジュニア対象の競技事業(15事業)

2 シニアスポーツ振興事業の実施

(1) シニア対象のスポーツ事業(7事業)

[4](公財)大田区スポーツ協会運営費補助事業

【31,238】(31,813)

1 職員人件費等

2 管理運営費

◆収支予算◆

[一般正味財産増減の部]

I 経常増減の部

1 経常収益 (A)	320,090千円
(1)基本財産運用収入	1,189千円
(2)加盟団体分担金	2,055千円
(3)賛助会費	4,720千円
(4)区・都補助金	31,408千円
(5)区受託収入	259,261千円
(6)都受託収入	5,600千円
(7)収益事業収入	1,500千円
(8)教室参加料等	14,357千円
2 経常費用 (B)	322,047千円
(1)公益事業費	302,467千円
(2)収益事業等	2,397千円
(3)管理費	17,183千円
3 当期経常増減額(C) (A-B)	△1,957千円

II 経常外増減の部

1 経常外収益(D)	0千円
2 経常外費用(E)	0千円
3 当期経常外増減額(F) (D-E)	0千円
法人税等	270千円
当期一般正味財産増減額	△2,227千円
一般正味財産期首残額(※)	222,910千円
一般正味財産期末残額	220,683千円

(※) 一般正味財産期首残額は令和2年度決算時期末残高です。

(公財)大田区スポーツ協会 春・夏募集のイベント案内

令和4年春、夏に募集するスポーツ協会事業をご案内します。申込時期、方法などの詳細は、協会ホームページ、大田区報等でお知らせします。

問合せ先 公益財団法人大田区スポーツ協会 電話 03-5471-8787 ホームページ <http://www.sportsota.or.jp>

健康体操教室 ※(第2クール 7～9月)(第3クール 10月～12月)

■ はつらつ体操

運動不足の解消やシェイプアップを目的とした体操教室

対 象 15歳以上
会 場 多摩川台公園古墳展示室2階会議室
日 程 毎週水曜日 参加費 あり



■ さわやかシェイプアップ教室

ストレッチと筋力トレーニングを主体にした健康づくりの体操教室

対 象 15歳以上
会 場 田園調布せせらぎ館
日 程 毎週火曜日 参加費 あり



■ ヨガ教室

心と体の不調を整えヨガのポーズでボディラインを整える教室

対 象 15歳以上
会 場 ①多摩川台公園古墳展示室2階会議室
②田園調布せせらぎ館 ③嶺町集会室
日 程 (月2回) ①第1・3木曜日 ②第2・4金曜日
③第1・3金曜日 参加費 あり



■ カキラ教室

軽易な運動を通し、関節の機能を楽にする(カ・キ・ラ)体操教室
椅子に座っての体操なども行います。

対 象 おおむね40歳以上
会 場 ①六郷地域力推進センター ②大森スポーツセンター
日 程 (月2回) ①第2・4土曜日 ②第2・4水曜日
参加費 あり



■ 夏休み子ども体育塾

夏休みを利用して、子どもたちの体育の向上を図ります。
跳び箱、ボール投げ、かけっこなど

対 象 小学生
会 場 大森スポーツセンター他2か所
日 程 7月～8月(予定)
参加費 あり



■ スポーツバイキング

小学生から大人まで、いろいろな競技種目をルールや競技方法を学びながらスポーツに親しんでもらうイベント
テニス、ダンス、バドミントン、卓球、ポッチャ、なわとびなど

対 象 小学生以上
会 場 大森スポーツセンター、大田区総合体育館 他1か所
日 程 4月17日(日)、9月4日(日)、2月(予定)
参加費 なし

■ スポーツきっかけ教室

小学生から大人まで、スポーツに取り組むきっかけとなるような様々な種目のスポーツ教室を開催

対 象 小・中学生
種 目 ①剣道 ②卓球 ③タグラグビー ④テニス
会 場 ①大森西区民センター他43か所 ②蓮沼中
③羽田小 ④大森六中
日 程 ①概ね週1回(5月～2月又は3月)
②毎土曜日(14回)(6月～11月)
③日曜・祝日(24回)(5月～3月)
④毎日曜日(前期5月, 6月・後期9月, 10月)
参加費 ①②④あり ③なし

対 象 15歳以上
種 目 ①弓道 ②水泳 ③ソフトテニス
会 場 ①大田区総合体育館 ②平和島水泳場
③大森スポーツセンター
日 程 ①毎木曜日(10回)(5月～7月)
②毎金曜日(6回)(9月～11月)
③毎木曜日(6回程度)(5月～7月)
参加費 あり



スポーツ協会加盟団体の紹介動画の配信

大田区スポーツ協会に加盟する団体の普段の活動内容などを動画で紹介しています。スポーツを始めたい方、団体に加入したい方は、ぜひご覧ください。

■ QRコードを読み取るか、協会ホームページの動画配信をご覧ください。



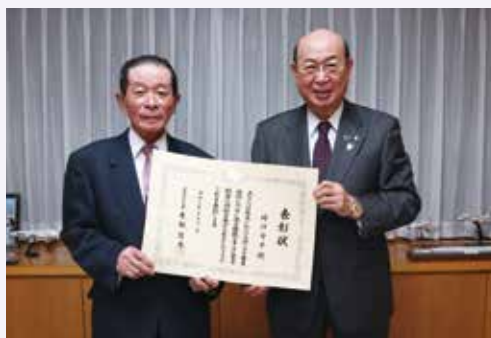
顕彰事業

生涯スポーツ功労者表彰(文部科学大臣表彰)

大田区ソフトテニス連盟 会長 時任 宥幸

この度、文部科学大臣より令和3年度生涯スポーツ功労者として表彰され、12月6日大田区本庁舎にて松原区長より表彰状をいただきました。大変名誉な事であり、区、スポーツ協会他、皆々様の推薦あってのことと、感謝します。

中学、高校、大学、社会人とソフトテニス(旧軟式庭球)活動に夢中で大田区には昭和41年より、一途にスポーツ協会(旧体育協会)にお世話になりながら励んできたように思います。この間、選手としても役員としても目標に向い、やり切ったと思ってます。年は取りましたがまだソフトテニス連盟会長を務めており、この受賞を機に大田区スポーツの発展に貢献したいと思っています。表彰ありがとうございました。



生涯スポーツ優良団体表彰(文部科学大臣表彰)

大田区水泳協会 会長 鈴木 耕司

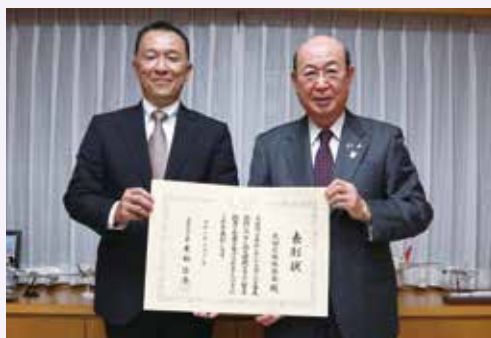


この度は文部科学大臣より令和3年度生涯スポーツ優良団体賞をいただきましてありがとうございます。当協会員・スタッフ一同大変嬉しく心から感謝申し上げます。

昨年、水泳協会は70周年を迎えました。このような栄誉ある賞を頂けたのも長年積み上げてきた諸先輩方の努力の賜物であると思います。コロナ対策で夜のプール使用が制限され何度も再開と中止を繰り返し乗り越えてまいりました。改めて日常の大切さ、泳ぐ事の楽しさを実感しております。

水泳は浮力と揚力を利用した他の運動には無い独特な動きをし、レクリエーションであり、競技であり、学校でも行われている身近なスポーツです。今回の受賞を契機に赤ちゃんから大人まで幅広い年齢層の人が参加できる水泳の普及と健康寿命を延ばす様貢献していきたいと考えています。

今後共ご支援の程、宜しくお願い致します。



東京都スポーツ振興功労者(東京都知事表彰)

大田区バレーボール協会 会長 摩壽意 眞郎

2021年オリンピック・パラリンピックの年の10月1日に東京都よりスポーツ振興功労者賞を受賞しました。推薦していただいた大田区並びに大田区スポーツ協会の皆々様に感謝いたします。

私は、昭和38年に企業チーム電気興業(株)羽田工場より、チーム名“デンコ”として大田区バレーボール協会(昭和22年設立)へ新規加入しました。加入後は9人制、6人制のバレー競技、城南大会の役員を兼ねつつ活動し、平成11年に第4代目の会長に就任いたしました。

この間、都民大会では、大田区代表監督として出場した第19回(昭和41年)、第21回(昭和43年)大会で優勝したほか、これまでに男女合わせて優勝8回、準優勝14回、3位23回、8位入賞12回と大変すばらしい成績を残すことができました。

また、創立60周年(平成21年)・70周年(平成30年)という節目の行事も無事終えることができ、今後の協会の発展に向け、気持ちも新たに取り組んでいきたいと考えています。そのためにも、新しいチームの入会と少しでも早くコロナ禍が終了し、地域連盟、都民大会ができるようスポーツ大田の活動を期待しております。



東京都スポーツ功労団体

大田区ボウリング連盟 副会長 長島 徹三

この度、栄誉ある令和3年度東京都スポーツ功労団体賞をいただき会員一同深く感謝申し上げます。ボウリングは、子どもからご高齢の方まで、幅広く親しまれているスポーツです。何と言っても、ストライクが出たときの爽快感は忘れられません。

ボウリング連盟は、創立から40年以上を経過しましたが、区民大会を始め、健康ボウリングや、ジュニアの講習会等を実施しています。諸先輩より継承した当連盟のさらなる発展と、区民のスポーツ・レクリエーションの発展に貢献し幅広い年齢層の人々とボウリングの楽しさ、面白さを共有できるボウリング連盟にしていきたいと思っております。今後ともご支援の程よろしくお願いいたします。



東京都スポーツ功労者

大田区フォークダンス協会 理事長 矢野 光子

図らずも、栄誉ある東京都スポーツ功労賞を賜り、身に余る光栄であります。心から感謝申し上げます。大田区フォークダンス協会は昭和25年に設立、活動70有余年となります。手を繋ぎ、踊ることの楽しめと共に、思いやりや協調性を育むものという諸先輩の理念を必死に追いかけて自身40年が経ちました。最近では高齢の一人住まいの方がバスを乗り継いで来てくださり、お仲間と楽しく談笑されている光景に癒されます。これから先も関係各位のお力添えを賜りながら、尚一層精進し、協会の更なる発展に少しでも寄与できることを願っております。



加盟団体周年記念

大田区サイクリング連盟創立70周年に寄せて 大田区サイクリング連盟 会長 佐藤 桂一

大田区サイクリング連盟の誕生は、昭和27年12月のことである。

連盟は、羽田・千鳥・新家工業サイクリングクラブの三団体で構成された。当時は戦後間もないことから、自転車と言っても現在のロードバイク(ロードレースなどに使用する特別な自転車)のような軽快なものではなく、重い物でも載せられる実用車が中心であったと思われる。何せ今から70年も前の事ゆえ、当時の実情を知る者はほとんどいない。

そんな中でも、三浦半島一周ロードサイクリング大会など多くの大会に参加したことが記録に残り、昭和32年に小坂一也が歌った「青春サイクリング」の歌の流行とも相まって多くの方々がサイクリングを楽しむようになった。

我が連盟が大田区体育会(現在の大田区スポーツ協会)に加盟したのは連盟誕生の昭和27年であるが、大田区スポーツ大会に参加したのは、昭和46年の第25回大田区春季スポーツ大会からである。2.5キロメートルのタイムレースや25メートルの遅乗り競技など100名の一般区民が参加した。現在では、春に多摩川ガス橋から東高根森林公園まで、秋には次大夫掘公園までのコース、約30キロメートルを走行会として行っている。



自転車走行会
～ロードサイクリング～

大田区テニス連盟の40年を迎えて 大田区テニス連盟 会長 久保 秀夫

大田区テニス連盟が大田区スポーツ協会に加盟して40年になります。現在、連盟には47団体、約1200人が加入しており、広い年齢層の方々がテニスを楽しみ、テニスを通して健康・体力の維持増進を図れるよう、生涯スポーツを目指して活動しています。

大田区テニス連盟は春季・秋季大田区民スポーツ大会テニス(シングルス・ダブルス)を主管し、リーグ戦、団体戦、「大田区スポーツきっかけ教室」初心者硬式テニス講習会を実施しています。

令和3年度春季区民スポーツ大会シングルスはコロナの第5次感染拡大に伴う緊急事態宣言で中止になりましたが、秋季区民スポーツ大会ダブルスは出場選手と運営スタッフに「健康管理チェックシート」の提出と検温を義務づけて無事終了することができました。

40年の節目を迎え、今後は、ジュニアの育成にも取り組みたいと考えています。



区民スポーツ大会 男子ダブルス入賞者



区民スポーツ大会 女子ダブルス入賞者

賛助会費のお礼

大田区スポーツ協会 理事長 萩 裕美子

平素より、当協会の運営にご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。今年度も多くの方々から賛助金をいただき、誠にありがとうございます。

皆様からのこの貴重な財源を活用し、公共目的のための事業を進めてまいります。今後ともご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

賛助会員加入のお願い

当協会の事業は、皆様のご支援とご賛助の支えで運営されています。多くの方々のご賛同・ご協力をお願いいたします。

1口 5,000円

《連絡先》公益財団法人 大田区スポーツ協会
TEL 03-5471-8787 / FAX 03-5471-8789

令和3年度 賛助会員ご芳名 (順不同・敬称略)

スポーツ協会活動を応援中!

※ひろば73号でご紹介できなかった団体・個人の方を掲載しています。

【企業団体】

- 東京ガス(株) 東京中支店
- (株)三協ビルメン大田支店
- 寶幢院 ※73号のご紹介に誤りがありましたので再掲出しました。

【個人】

- 谷澤 節子 ● 金光 喜恵子
- 田村 亘 ● 上野 久代
- 南須原 悦子 ● 横堀 麻佐己
- 小西 笑子 ● 佐藤 一恵
- 荒 秀子

菊屋浦上商事株式会社

〒144-0051 東京都大田区西蒲田7-32-9
TEL.03-3737-1551 FAX.03-3737-1558
<https://kikyucorp.co.jp>

<オフィスの新規立上げ・リニューアル・移転支援>

- 内装工事 □ 社内インフラ工事 □ 情報セキュリティ
- ICT/OA機器 □ オフィス/各種施設向けファニチャー
- 災害対策 □ 省エネ対策 □ オフィスサブライ
- ノベルティ □ 印刷サービス □ イベント装飾品

ユニフォームの企画・製造・販売

タオル・介護医療・安全靴・ヘルメット・旗・制服等

東京トラヤ株式会社

□本社 東京都大田区西蒲田7丁目49番9号
TEL 03 (3735) 7311(代表) FAX 03 (3739) 6857
□新小岩支店 東京都葛飾区新小岩2丁目10番1号
TEL 03 (3654) 8251 FAX 03 (5607) 8251

□城北支店 東京都北区赤羽1丁目30番2号
TEL 03 (3903) 5505 FAX 03 (3903) 5397
□九州支店 熊本県天草市太田町8番地18
TEL 0969 (24) 1616 FAX 0969 (24) 1672

URL:<http://www.tokyotoraya.co.jp>



ミズノ・ゼット・S.S.K

野球・ソフト・バレー・バスケットのユニホーム

チーム特別価格販売中

スポーツのことなら

白銀スポーツ

大田区中央 8-29-7
電話 (3754) 8679

休日当番接骨院

休日にケガをしたら

☎ 090-3542-3896

受付時間
午前9時～午後5時

お電話代は
かかりません



公益社団法人
東京都柔道整復師会 大田支部

《JABAファンクラブ会員募集中》



2022年4月1日に『JABAクラブ』が生まれ変わります！

会員の皆様には、新たな会員専用サイトを設け、会員のみご覧いただけるコンテンツ等、社会人野球ファンの皆様楽しんでいただけるように特典を充実し、より多くのJABA情報をスピーディに提供できるよう、新たな形で配信致します。

JABAウェブサイト



twitter



Instagram



JABA関東地区連盟
JABA東京都野球連盟

☆☆☆☆☆☆ 首都劇場のスターになれ ☆☆☆☆☆☆☆☆☆

1部 東海大学 武蔵大学 日本体育大学 帝京大学 桜美林大学 筑波大学

2部 獨協大学 日本ウェルネススポーツ大学 明治学院大学 大東文化大学

東京経済大学 玉川大学 城西大学 明星大学 足利大学 成城大学



首都大学野球連盟

〒151-0063 東京都渋谷区富ヶ谷 1-36-6 齋藤ビル4F

TEL. 03-6804-9860 E-Mail syutodai@syuto-bbl.com

スポーツを通じて、世界に通用する人材を。 もっといい世の中を。人々にワクワクを。



<大田スタジアム 活動実績>

野球教室・・・2017年・2019年実施

リーグ戦・・・2016年より春秋リーグ戦を開催

公式戦情報等はQRコードから
Webページをチェック↓



一般財団法人 東都大学野球連盟

〒150-0002 東京都渋谷区渋谷 2-6-8 ST 青山 601

Tel. 03-6424-8563 Fax. 03-6424-8564





2021 年度の東京都低炭素電力認定電気
供給事業者として認定を受けています

地域の資源で生まれた電気を地域に還元

23区から出た“ごみ”は、
23区の清掃工場で“電気”に生まれ変わり、
23区の小中学校・公共施設で“活用”しています！
23区の“地産地消”と“CO₂削減”に貢献！



東京エコサービス株式会社

〒105-0013 東京都港区浜松町1-10-17 KOYO BUILDING2階
<http://www.tokyocoservice.co.jp>

「より快適で、より効率的なビルメンテナンスを…」

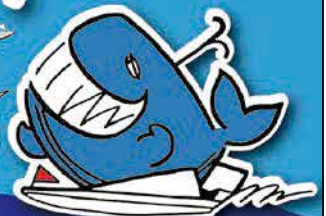


株式会社 三協ビルメン

大田支店 大田区西糞谷 2-31-13-104 TEL 03-3743-3488 FAX 03-3743-3495
営業本部 中央区銀座 8-20-33 TEL 03-6264-3171 FAX 03-6264-3172
本社 中央区銀座 1-27-8 TEL 03-3563-2088 FAX 03-3563-2080

平和島で待ってるよ～!

気軽に行って、
気楽に遊べる!



〈交通アクセス〉

JR大森駅東口よりバスで5分。

本場レース開催中は、 無料バス運行!



BOAT
RACE

平和島

私達馬主は、特別区競馬組合が主催する大井競馬の一員として
23区の財政に協力しています。



一般社団法人 東京都馬主会

〒140-0012 東京都品川区勝島2-1-2
TEL 03-3761-2779 FAX 03-3761-0565

人を大切にする、 思いやりを大切にする。

私たち城南信用金庫は、地域の方々との“絆”を大切にし
地域の発展に奉仕する「社会貢献企業」を目指します。



大森支店	大田区大森中1-7-1	TEL 03(3762)3511
入新井支店	大田区大森北1-26-3	TEL 03(3763)2311
馬込支店	大田区南馬込5-2-9	TEL 03(3771)0101
池上支店	大田区池上6-4-1	TEL 03(3751)5121
蒲田支店	大田区蒲田5-26-13	TEL 03(3733)8181
六郷支店	大田区東六郷3-2-10	TEL 03(3738)5121
矢口支店	大田区矢口1-8-8	TEL 03(3750)4161
羽田支店	大田区萩中3-8-5	TEL 03(3741)7791
大岡山支店	大田区北千束3-31-7	TEL 03(3727)3135
雪ヶ谷支店	大田区雪谷大塚町7-9	TEL 03(3720)4131
蓮沼支店	大田区西蒲田6-32-11	TEL 03(3732)3211
西蒲田出張所	大田区西蒲田1-22-13	TEL 03(3755)0131
蒲田本町支店	大田区蒲田本町2-19-1	TEL 03(3736)1571
大田文化の森支店	大田区中央2-12-3	TEL 03(3777)4911
久が原支店	大田区久が原3-35-1	TEL 03(5700)2531



大田区内に15店舗
<http://www.jsbank.co.jp>



快適な都市空間を創造する

〒104-0061

東京都中央区銀座4-12-15
歌舞伎座タワー20階

TEL 03-3544-1551
FAX 03-3544-1560

株式会社 **オーエンス**

第74回(令和3年度) 区民スポーツ大会実績表

No.	種 目	実施状況	日数	大会・事業参加者数							計 (役員含ま ず)	役員	合計
				中学生以下			高校生以上						
				小学生以下	中学生	小計	15~39歳	40~59歳	60歳以上	小計			
1	アーチェリー	春夏中止	1	0	0	0	13	9	5	27	27	5	32
2	合気道演武		3	133	236	369	52	21	10	83	452	100	552
3	アマチュアボクシング	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	アマチュアレスリング	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5	居合斬道	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	インディアカ	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7	エアロビクス	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	オリエンテーリング		1	0	0	0	0	0	17	17	17	15	32
9	空手道	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10	弓道	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11	クレー射撃	春夏中止	1	0	0	0	0	6	10	16	16	5	21
12	ゲートボール	春夏中止	1	0	0	0	0	1	81	82	82	16	98
13	剣道	春夏中止	1	76	122	198	0	0	0	0	198	53	251
14	ゴルフ		2	0	0	0	2	20	103	125	125	28	153
15	サッカー		39	0	0	0	1,127	1,679	123	2,929	2,929	446	3,375
16	自転車走行会	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
17	柔道	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
18	少林寺拳法演武	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
19	水泳競技	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20	スキー	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
21	相撲	春夏中止	1	57	8	65	0	0	0	0	65	13	78
22	ソフトテニス	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
23	ソフトテニス	一部中止	4	47	212	259	60	46	20	126	385	32	417
24	ソフトボール		7	0	0	0	820	860	540	2,220	2,220	110	2,330
25	タグラグビー		2	468	0	468	0	0	0	0	468	194	662
26	卓球	秋冬中止	2	0	0	0	100	139	162	401	401	37	438
27	玉入れ競技	春夏中止	1	0	0	0	0	2	38	40	40	22	62
28	ダンススポーツ	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
29	釣魚	春夏中止	1	0	0	0	2	6	14	22	22	5	27
30	テニス	一部中止	20	0	0	0	353	534	240	1,127	1,127	130	1,257
31	なぎなた	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
32	軟式野球	一部中止	16	0	0	0	6,145	3,250	97	9,492	9,492	1,280	10,772
33	区民ハイキング	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
34	馬術		2	14	0	14	48	68	60	176	190	12	202
35	バスケットボール	春夏中止	11	0	182	182	254	122	26	402	584	104	688
36	バドミントン		5	1	445	446	354	64	6	424	870	60	930
37	バトントワリング	春夏中止	1	79	52	131	64	0	0	64	195	35	230
38	バレーボール	春夏中止	3	0	645	645	0	0	0	0	645	9	654
39	ハンドボール	春夏中止	2	0	17	17	195	25	0	220	237	26	263
40	武術太極拳	春夏中止	1	10	2	12	17	26	40	83	95	37	132
41	ボウリング		2	4	5	9	8	29	74	111	120	12	132
42	ポッチャ		2	4	1	5	10	15	27	52	57	26	83
43	ミニテニス	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
44	民踊	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
45	ライフル射撃	春夏中止	2	0	0	0	1	3	12	16	16	6	22
46	陸上競技		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
47	レクダンス・フォークダンス	中止	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合 計			134	893	1,927	2,820	9,625	6,925	1,705	18,255	21,075	2,818	23,893

デザインから印刷まで

Direction
Planning
Photograph
Moving image
Graphic design
Copywriting
Illustration
Printing

OSHIDA
OSHIDA PRINTING CO.,LTD.

株式会社 押田印刷

東京 〒144-0052 東京都大田区蒲田3-23-8 蒲田ビル1F TEL.03-3733-0056(代) FAX.03-3733-0174
 川崎 〒210-0002 神奈川県川崎市川崎区榎町1-1 TEL.044-211-3885(代) FAX.044-211-3887
 E-mail mac@ocre.jp

第75回(令和4年度)区民スポーツ大会開(春・夏季)日程表 [五十音順]

令和4年3月24日現在

種目	期日	会場	申込締切日
1 アーチェリー	6月4日	平和の森公園 アーチェリー場	当日会場受付(9時まで)
2 合気道演武	4月10日	南馬込文化センター体育室	4月9日
3 アマチュアレスリング	中止		
4 居合斬道	中止		
5 インディアカ	5月29日	大森スポーツセンターアリーナ	4月30日
6 エアロビクス	中止		
7 空手道	6月5日	大森スポーツセンターアリーナ	4月21日
8 弓道	中止		
9 グラウンドゴルフ	9月1日	東調布公園野球場	8月1日
10 クレー射撃	5月4日	千葉県成田射撃場	当日会場受付(8時30分まで)
11 ゲートボール	5月8日	六郷橋緑地ゲートボール場	4月8日
12 剣道	6月19日	大森スポーツセンターアリーナ	4月29日
13 ゴルフ	5月25日(予定)	オークヒルズCC	未定
14 サッカー	3月20日~7月24日	多摩川緑地、サッカー場ほか	申込終了
15 自転車走行会	中止		
16 柔道	5月22日	大森スポーツセンターアリーナ	4月29日
17 少林寺拳法演武	7月10日	大森スポーツセンターアリーナ	6月10日
18 水泳	9月4日	平和島公園水泳場	7月17日
19 相撲	5月8日	平和の森公園 相撲場	当日会場受付(12時30分まで)
20 ソフティテニス	7月18日	大森スポーツセンターアリーナ	7月1日
21 ソフトテニス (一般)	4月3日	多摩川六郷橋緑地庭球場	各大会3週間前必着
(小学生)	4月10日	多摩川六郷橋緑地庭球場	各大会3週間前必着
(中学生)	5月8・15日	多摩川六郷橋緑地庭球場	各大会3週間前必着
(女性・60歳以上)	5月29日	平和の森公園庭球場	各大会3週間前必着
22 ソフトボール	4月3日~5月8日	多摩川ガス橋緑地野球場	2月20日
23 玉入れ競技	5月15日	大森スポーツセンター健康体育室	当日会場受付(9時から)
24 卓球 (小・中・高生)	4月9日	大森スポーツセンターアリーナ	3月13日
(一般)	4月10日	大森スポーツセンターアリーナ	3月13日
25 ダンススポーツ	7月31日	大森スポーツセンターアリーナ	6月28日
26 釣魚 (シロギス)	5月15日	三浦半島「松輪」	4月28日
27 テニス (シングルス)	3月6日~5月1日	本羽田公園庭球場ほか	申込終了
28 軟式野球	3月20日~6月26日	多摩川緑地野球場	申込終了
29 区民ハイキング	4月3日	高尾森林公園など	3月25日
30 馬術	4月17日	多摩川ガス橋緑地広場	当日会場受付(9時30分まで)
31 バスケットボール (一般・シニア)	5月9日~6月26日	大森スポーツセンターアリーナ	一般 4月5日、シニア 5月10日
(小・中学生)	調整中	大森スポーツセンターアリーナ	未定
32 バドミントン (中学生)	4月2日	大森スポーツセンターアリーナほか	2月23日(午後9時まで)
(一般)	4月3日	大森スポーツセンターアリーナ	2月23日(午後9時まで)
33 バトントワーリング	8月21日	大田区総合体育館 メインアリーナ	6月29日
34 バレーボール (一般・9人制)	4月24日・5月8日	大森スポーツセンターアリーナ	4月8日
(中学生・6人制)	5月14・28日・6月4日	大森スポーツセンターアリーナ	4月8日
35 ハンドボール	5月15・21日	大森スポーツセンターアリーナ	5月7日
36 武術太極拳	6月12日	大森スポーツセンターアリーナ	4月15日
37 ボウリング	4月17日	平和島スターボウル	事前申込(先着順)
38 ポッチャ	7月23日	大森スポーツセンターアリーナ	7月1日
39 ミニテニス (ダブルス)	5月3日	大森スポーツセンターアリーナ	4月4日
40 民踊	4月17日	大田区民プラザ大ホール	3月17日(抽せん会)
41 ライフル射撃 (小口径)	4月下旬予定	千葉県営射撃場	当日会場受付(8時30分から)
(大口径)	4月24日	埼玉県長瀬総合射撃場	当日会場受付(8時30分から)
42 タグラグビー	5月15日	森ヶ崎公園サッカー場	4月15日
43 陸上競技	5月8日	大井ふ頭中央海浜公園陸上競技場	4月16日
44 レク・フォークダンス	中止		

新型コロナウイルスの感染状況により、大会を中止・変更する場合があります。
最新情報は団体並びにスポーツ協会のHPをご覧ください。

種目ごとに参加資格・参加費用・申込方法などは異なります。「おおた区報」にも掲載されます。

各種目の要項は大田区スポーツ協会HPに掲載しています。⇒ <https://www.sportsota.or.jp/>



問合せ | [主催] 大田区 (5744) 1441 公益財団法人大田区スポーツ協会 (5471) 8787