

スポーツの広場

第23号
平成29年2月1日発行

編集・発行／一般社団法人 三条市体育協会 総合型地域スポーツクラブ運営委員会／三条市新堀2113番地 三条市栄体育館内 ☎0256-45-1150



一般社団法人三条市体育協会

野崎勝康

新年を迎えて早ひと月が過ぎました。本年も良いお年を迎えられた事とご推察申し上げます。

昨年八月にブラジルで開催されたリオデジャネイロ五輪では、日本人選手団は過去最高の四十一個のメダルを獲得し、熱狂・感動した方も多いのではないのでしょうか。カヌー競技では日本人初のメダルを獲得した羽根田選手、陸上競技では米国を抜き、銀メダルを獲得した男子四〇〇mリレーなど日本人選手団の活躍が目立つ大会でした。三年後の二〇二〇年東京五輪では新潟県から、否三条市から日の丸を背負う選手を輩出し、是非活躍してもらいたいものです。皆さんと共に期待しましょう。

昨年の国民体育大会や北信越大会など県内外の多くの大会で三条市の小・中・高校生が大いに活躍されました。優秀な成績を収められた方には二月八日(日)に三条市栄体育館のアリーナにて優秀競技者として表彰されました。これを糧に更なる飛躍を期待しております。その後同体育館にてスポーツ交歓会、饞心亭おゝ乃にて市長講演会、新年祝賀会を開催し、大勢の方々にご参加いただきましたことを感謝申し上げます。

スポーツ・運動・文化を愛する市民の皆様が待望する施設も二〇二〇年の完成を目指し、「スポーツ・文化・交流複合施設」として、市民の要望や意見を取り入れながら、最終設計段階を迎えようとしております。皆様と共に注目を続けると共に、市民が「丸」となつて一日も早い竣工を待ち望みましょう。

私共三条市体育協会は、加盟団体と一丸になって、これからも市民の皆様と一緒に、スポーツ振興やジュニア育成を目指して、邁進してまいります。市民の皆様方のご理解とご協力を今年も宜しくお願い申し上げます。



第 12 回 (平成 28 年度)

市民総合体育祭



総合開会式



三条市と三条市体育協会は、九月三日(土)午後六時三十分から三条市栄体育館にて、第十二回市民総合体育祭総合開会式を行い、三条市体育協会加盟の二十六団体、約五百人が出席し三条市最大のスポーツイベントを本格的に開幕致しました。

総合開会式は、昨年度まで三条市総合体育館で行っていましたが、六月三十日をもって閉館したこと、初め三条市栄体育館で行いました。会場の都合で、各加盟団体十名程度の参加とし、アトラクション及び入場行進を中止と致しました。

ステージの後方に日章旗・三条市旗・体協旗を掲げて全員で君が代を斉唱し、開会の挨拶では、野崎会長より「オリンピックの日本選手団の勢いを皆さん方も一緒に、スポーツを楽しみ、自分たちの健康づくり、地域の活性化に向けて範を示していただきたい。」と話されました。続いて國定市長より「多くの皆様方の意見に真摯に耳を傾け、出来て良かったと思える施設づくりに取り組み、完成するまでハードの不足分をソフトで挽回して頂く必要があります。三条市体育協会及び選手の皆様には日々の精進を重ねて頂きたい。」と激励されました。続いて武石市議会議長より「市民総体に参加する皆様、観戦する皆様がスポーツを楽しみ、感動し、様々なドラマが生まれることを期待したい。」と祝辞を述べられました。

参加選手を代表して三条市サッカー協会・県央SCの鈴木凜星選手より「三条市のスポーツの振興のため、フェアプレー精神とスポーツマンシップに乗って、正々堂々と全力で戦うことを誓います」と選手宣誓を行いました。

その後は体育功労者賞、優秀指導者賞、スポーツ選手賞の表彰を行いました。体育功労者賞二人、優秀指導者賞三人、スポーツ選手賞十二人(団体含む)の計十七人が表彰されました。

開会式の最後には、参加者全員で「若い力」を斉唱し、午後七時十分頃総合開会式は終了致しました。

暑い中、参加いただきました皆様へ、この場をお借りしまして感謝申し上げます。ありがとうございました。



平成28年度 体育功労者賞・優秀指導者賞・スポーツ選手賞 表彰者一覧

体育功労者賞

※敬称略

1	三条市陸上競技協会 二宮二郎
2	下田地区体育協会 (下田ゲートボール連盟) 熊倉郁夫

優秀指導者賞

※順不同・敬称略

1	三条スキークラブ 田中貴
2	三条柔道倶楽部 熊倉匠
3	三条市バレーボール協会 高坂裕伸

●優秀スポーツ選手賞

※競技順・敬称略

1	三条市ソフトボール協会 三条清流クラブ 代表者 高橋好行	第10回全日本ハイシニアソフトボール大会 出場
2	三条市ソフトボール協会 ビッブバン 代表者 浅田清孝	第59回中日本総合男子ソフトボール選手権大会 優勝
3	三条市バレーボール協会 三ッ葉クラブ 代表者 木口裕司	平成27年度第85回全日本9人制バレーボール総合男子選手権大会 出場
4	三条市バレーボール協会 FUJICLUB 代表者 金内喜美子	ミズノ杯第14回北信越クラブバレーボール男女優勝大会 優勝

スポーツ選手賞

●スポーツ栄誉賞

※競技順・敬称略

1	三条スキークラブ 須貝龍	FIS スキーワールドカップ2015 韓国大会 スーパー大回転 第39位
2	三条市カヌー協会 本田圭	ICF カヌーワイルドウォータースプリント 世界選手権大会2015 出場
3	三条市カヌー協会 當銘孝仁	2015アジアカヌースプリント選手権大会 第4位

最優秀特別スポーツ選手賞

※敬称略

1	三条銃剣道会 滝沢元氣	第15回全日本短剣道大会 個人戦成年Bの部 優勝
---	----------------	--------------------------------

●奨励スポーツ選手賞

※敬称略

1	三条市バレーボール協会 ふじクラブ 代表者 関川修司	ミズノ杯第14回北信越クラブバレーボール男女優勝大会 出場
2	三条市バレーボール協会 四日町クラブ 代表者 長谷川師子	第3回ケーブルテレビカップ新潟県ママさんバレーボール親善大会 準優勝
3	三条市バレーボール協会 ほないクラブ 代表者 宮島身奈	第5回全国ママさんバレーボール冬季大会新潟県予選会 準優勝
4	三条市バレーボール協会 秋桜V 代表者 渡辺容子	第5回全国ママさんバレーボール冬季大会新潟県予選会 3位

大会日程

No.	種 目	大 会 期 日	会 場
1	陸上	8月21日(日)	総合グラウンド 陸上競技場
2	軟式野球	8月28日～	三条パール金属スタジアム・総合グラウンド・栄野球場
3	水泳	8月28日(日)	三条市民プール 屋外プール
4	バレーボール	8月28日(日)	下田体育館・笹岡小学校体育館
5	弓道	9月4日(日)	彌彦神社 弓道場
6	テニス(シングルス)	9月4日(日)	総合グラウンド テニスコート
7	ソフトボール	9月4日～25日(日)	月岡ソフトボール場
8	ゲートボール	9月5日(月)	瑞雲橋公園ゲートボール場
9	バドミントン	9月11日(日)	栄体育館・下田体育館
10	ソフトテニス	9月11日(日)	総合グラウンド テニスコート
11	ウエイトリフティング	9月11日(日)	県央工業高校 総合トレーニング場
12	剣道	9月11日(日)	旧第一中学校 体育館
13	銃剣道	9月17日(土)	三条商業高校 武道場
14	バスケットボール	9月18日(日)	栄体育館
15	柔道	9月18日(日)	第一中学校 武道場
16	空手道	9月18日(日)	下田体育館
17	卓球	9月19日(月・祝)	栄体育館
18	登山	10月2日(日)	群馬県赤城山山系 長七郎山・地藏岳
19	ボウリング	10月10日(月・祝)	三条サカイボウル
20	サッカー	10月15・16日(土・日)	月岡サッカー場
21	合気道	10月20日(木)	第二中学校 柔剣道場
22	乗馬	12月4日(日)	三条乗馬クラブ 馬場
23	少林寺拳法	12月11日(日)	大面体育館
24	バウンドテニス	12月18日(日)	栄体育館
25	フットサル	2月11日(土・祝)・12・19・26日(日)	下田体育館・栄体育館
26	スキー・スノーボード	2月19日(日)	八海山麓スキー場

第71回国民体育大会(希望郷いわて国体)

三条市出場者

国民体育大会 出場者

順不同

No.	競 技	種 別	種 目	区 分	氏 名
1	ウエイトリフティング	少 年 男 子	スナッチ クリーン&ジャーク	選 手	鈴 木 海 聖
2	力 又 ー	成 年 男 子	スプリント	監 督	澁 谷 毅
3	力 又 ー	成 年 男 子	スラローム ワイルドウォーター	監 督	岩 瀬 晶 伍
4	力 又 ー	成 年 男 子	カナディアンシングル	選 手	當 銘 孝 仁
5	力 又 ー	少 年 男 子	カヤックペア	選 手	高 橋 帝 雅
6	サ ッ カ ー	女 子		主 務	秋 山 隆 之
7	サ ッ カ ー	少 年 男 子		コ ー チ	田 邊 和 泰
8	サ ッ カ ー	少 年 男 子		選 手	原 田 新 大
9	レ ス リ ン グ	少 年 男 子	グレコローマン120kg級	選 手	佐 藤 星 吉
10	弓 道	少 年 女 子	近的・遠的	選 手	佐 藤 妙 恵
11	自 転 車	少 年 男 子		選 手	岩 瀬 照
12	柔 道	成 年 男 子		監 督	熊 倉 匠
13	軟 式 野 球	成 年 男 子		選 手	宮 崎 亮
14	陸 上 競 技	少 年 男 子 A	100m 4×100mリレー	選 手	大 橋 尚 之
15	ゲ ー ト ボ ー ル	成 年 女 子		選 手	川 上 ミ ヨ キ
16	水 泳	成 年 男 子	背泳ぎ100m	選 手	高 田 恭 兵
17	水 泳	少 年 女 子 A	自由形400m	選 手	加 藤 は な の
18	水 泳	少 年 女 子 B	平泳ぎ100m	選 手	野 上 萌 衣

国民体育大会 入賞者

No.	競 技 ・ 種 目 ・ 種 別	氏 名	順 位	得 点
1	カヌー 成年 男子 カナディアン シングル 500m カナディアン シングル 200m	とう 当 め 銘 たか 孝 のり 仁	優 勝 第 4 位	8 5
2	カヌー 少年 男子 カヤック ペア 500m カヤック ペア 200m	たか 高 はし 橋 たい 帝 が 雅	第 3 位 第 3 位	18 18
3	弓道 少年 女子 的	さ 佐 とう 藤 た 妙 え 恵	第 4 位 第 4 位	15 15

入賞者コメント



いろいろな場所で優勝すると語り一年。成し遂げた事は想像よりも大きな反響がありました。「いいレースだった」「完璧だった」私への評価はうなぎ登りでした。しかし、実際には、やりたかった事は出来ず、気持ちとコンディションで乗り切ったという感じでした。勝つたのに、気持ちは悔しさに溢れていました。ただし、地域や会社、支えてくださった皆様の期待に応えた安堵は、時間が経つにつれて大きな感謝の気持ちへ変わりました。東京五輪まで四年を切りました。目標は金メダル。結果、内容、共に最高の形で優勝を飾りたいです。

カヌー成年男子
カナディアンシングル五〇〇m 優勝
当 銘 孝 仁

また、力強く漕ぐためには、体を大きくしなければなりません。体重制限などは特になく競技ですが、もともとあまり体重が多くなかった私にとって、体を大きくしながら、なおかつ体脂肪を落とすというウェイトコントロールが、一番辛かったです。しかし、入賞することができ辛かったことも報われたと感じています。

来年は表彰台の真ん中に立つことが目標です。

そのためには今年得た力にくわえ、漕ぐためのテクニックに更に磨きをかけ、さらに力強い漕ぎができるよう、筋力アップに励んでいきたいと思っています。

今年度開催された岩手国体には少年男子カヤックペアに出場いたしました。結果は五〇〇m三位、二〇〇m三位と二種目で入賞することができました。

入賞することができたのは、体幹力の向上とウェイトコントロールに成功したからだと思っています。

カヌー競技は、地上よりも不安定な水上の上でカヌーに乗り、バランスをとりながらも全力でパドル使って漕ぐ必要があります。

カヤックペアは一つの船に二人で乗って行う競技なので、特に体幹力が必要になります。ブレなく力強く漕ぐために、毎日トレーニングをして体幹力を向上させることができました。

カヌー少年男子
カヤックペア五〇〇m 三位
カヤックペア二〇〇m 三位
新潟県立分水高等学校 二年
高 橋 帝 雅



ペアの大久保選手(右)との表彰式の様子
左:高橋

平成二十八年年度 小・中・高校生 優秀競技者名簿

表彰式
一月八日(日)九時三十分から
栄体育館アリーナ

最優秀特別スポーツ選手賞

銃剣道

元氣道場(小学生)
滝沢琉夏(月岡小学校六年生)
金子詠音(月岡小学校二年生)

空手

横山凜奈(第二中学校三年生)
フットサル
澁谷輝(帝京長岡高等学校一年生)

最優秀スポーツ選手賞

銃剣道

坂田美咲(三条商業高等学校三年生)
日黒雪乃(三条商業高等学校三年生)
近藤桃子(月岡小学校六年生)
長岡希空(月岡小学校二年生)

陸上

蝶名林宏樹(開志国際高等学校三年生)
吉田実瑚(第四中学校三年生)
ダンス
水野絵里香(新潟明訓高等学校三年生)

村上陽菜(本成寺中学校二年生)
競泳
加藤はなの(長岡大手高等学校二年生)

弓道
佐藤妙恵(三条高等学校三年生)
テコンドー
西潟星来(大崎中学校三年生)

カヌー
高橋帝雅(分水高等学校二年生)
少林寺拳法
高橋優奈(新津南高等学校二年生)

ドッジボール
KENOHホワイエンジェルス(小学生)

優秀スポーツ選手賞

競泳
伊藤渉(日本文理高等学校三年生)
金田穂高(長岡大手高等学校三年生)
渡辺奈々美(長岡大手高等学校二年生)
永井絵莉華(中越高等学校二年生)

小林慶人(新潟県央工業高等学校二年生)
野上萌衣(長岡大手高等学校二年生)
第三中学校水泳部男子(中学生)
赤塚堅太(川上優 鈴木湊大・葦沢由吏・
原島司・吉田蒼波

渡辺柊(第二中学校二年生)
津端宏佑(長沢小学校六年生)
阪井鈴(飯田小学校五年生)
本間匠騎(嵐南小学校四年生)

陸上

竹石賢人(開志国際高等学校三年生)
大橋尚之(新潟明訓高等学校三年生)
高橋朋弥(三条東高等学校二年生)
岸本大紀(三条高等学校二年生)
丸山真孝(下田中学校三年生)
皆川哲人(栄中学校三年生)
後藤透海(第二中学校二年生)
桑原陽太(嵐南小学校六年生)

空手

荒井仁弥(帝京長岡高等学校三年生)
瀧澤翔輝(帝京長岡高等学校三年生)
山井駿(帝京長岡高等学校二年生)
土田夏来(大崎小学校六年生)
多田陸夢(嵐南小学校六年生)
藤岡祐馬(嵐南小学校六年生)

柔道

羽賀絢香(北越高等学校三年生)
伊藤浩太郎(加茂農林高等学校二年生)
阿部圭太(長岡工業高等専門学校二年生)
池田晴紀(帝京長岡高等学校二年生)

剣道

共栄館道場中学生チーム(中学生)
神代竜汰(本成寺中学校三年生)
共栄館道場小学生チーム(小学生)
三条剣道会小学生チーム(小学生)
熊木麻衣(栄中央小学校六年生)
ソフトテニス
三浦健寛(燕中等教育学校六年生)

阿部人和(燕中等教育学校六年生)
廣川潤(燕中等教育学校六年生)
菊池翔生(長岡商業高等学校二年生)
少林寺拳法
佐藤智樹(三条東高等学校三年生)

飯野直樹(三条東高等学校三年生)
坂井隼弥(三条東高等学校三年生)
レスリング
坂井岳史(新潟県央工業高等学校三年生)

小松翔(新潟県央工業高等学校三年生)
鈴木一成(新潟県央工業高等学校二年生)
佐藤星吉(新潟県央工業高等学校二年生)
岡田達磨(新潟県央工業高等学校二年生)

バレー

宮島華(中越高等学校二年生)
宮島鈴(中越高等学校二年生)
第四中学校男子バレー部(中学生)
ウエイトリフティング
鈴木海聖(新潟県央工業高等学校二年生)

反町拓馬(新潟県央工業高等学校二年生)
自転車
中川飛隆(新潟県央工業高等学校三年生)

岩瀬照(吉田高等学校一年生)
テニス
皆川将也(第二中学校三年生)

清水渉平(第二中学校三年生)
野球
鈴木将史(中越高等学校三年生)

栗山謙(新潟明訓高等学校三年生)
弓道
長澤菜里(三条高等学校一年生)

バドミントン

鈴木琢真(帝京長岡高等学校二年生)
サッカー
岩井優月(大崎中学校三年生)

山岳

新潟県央工業高等学校山岳部(高校生)

奨励スポーツ選手賞

陸上

三条東高等学校陸上部男子(高校生)
飯野優太(伊藤和崇・小澤諒太・角田侑佑・
羽入田泰彦・堀尚行
三条高等学校陸上部女子(高校生)
齊藤由奈・田下妃依・牧岡琳花・丸山悠佳
小林龍太(東京学館新潟高等学校三年生)
関野芳樹(三条東高等学校三年生)
相澤一樹(三条高等学校三年生)

五十嵐直人(三条商業高等学校二年生)
倉田健太(三条高等学校一年生)
安達亮太(東京学館新潟高等学校二年生)
角田侑佑(三条東高等学校二年生)
安達寿明(三条東高等学校二年生)
大湊晃介(開始国際高等学校二年生)
小林優舞(三条高等学校一年生)

木村隆輝(東京学館新潟高等学校二年生)
神子島颯太(三条高等学校一年生)
五十嵐萌(第二中学校三年生)
諸橋未桜(大崎中学校二年生)

木村光輝(嵐南小学校六年生)
大久保佑真(嵐南小学校六年生)
栗原寧大(栄中央小学校六年生)
渡辺寛子(裏館小学校六年生)
競泳
丸山彩乃(中越高等学校二年生)

鈴木虹(栄中学校二年生)

栗林佑弥(裏館小学校六年生)
岡本心美(嵐南小学校六年生)
藤田然(ノ木戸小学校五年生)

柔道

後関海(新潟県央工業高等学校三年生)
小柳桃郎(新潟第二高等学校三年生)
梨本竜介(豊栄高等学校二年生)
諸橋秀太(三条第二中学校二年生)
佐藤ひかり(嵐南小学校五年生)
坂上玲央(嵐南小学校四年生)

空手

永井砂南(加茂農林高等学校三年生)
小出悦樹(加茂農林高等学校三年生)
野水大熙(加茂農林高等学校三年生)
大竹利来(加茂農林高等学校二年生)
五十嵐健児(加茂農林高等学校二年生)

ソフトテニス

土田駿(新潟県央工業高等学校三年生)
高橋陸(新潟県央工業高等学校二年生)
石黒智生(北越高等学校三年生)
渡辺渚生(長岡商業高等学校三年生)
小林拓斗(巻高等学校二年生)

バスケット

赤塚月寧(東京学館新潟高等学校三年生)
ルーキーズ二条(小学生)

剣道

第二中学校剣道部男子(中学生)
三条剣道会中学生チーム(中学生)
長谷川秀馬(大面小学校六年生)

卓球

栄中学校男子卓球部(中学生)
第三中学校卓球部男子(中学生)
岩崎圭佑(第三中学校三年生)
小山晴登(第三中学校三年生)
田辺悠(第三中学校三年生)
山本太朗(第三中学校三年生)
真保天(栄中学校二年生)

サッカー

横山由葵(本成寺中学校二年生)
Noeegrai sanjo FC(小学生)

テニス

内山照英(第二中学校二年生)
ドッジボール
長沢ブルーモンスターズ(小学生)

ハンドボール
鳥羽和志(中越高等学校三年生)
バレー
田中天(巻高等学校二年生)

一般社団法人
三条市体育協会

新年関連行事

とき：平成29年
1月8日(日)



平成二十八年度 小・中・高校生 優秀競技者表彰式

三条市栄体育館アリーナを会場に午前九時三十分より小・中・高校生優秀競技者表彰式を執り行いました。

始めに野崎会長より開式の挨拶、来賓の長沼市教育委員長様よりご祝辞をいただき、優秀競技者表彰を行いました。

総勢二四〇個人・ペア・団体が受賞。当日の表彰式には七十七名より出席していただきました。

優秀競技者の皆様、受賞おめでとうございました。更なる飛躍を心より願っております。

※優秀競技者は、二〇二五年十二月一日～二〇二六年十月三十日の期間を対象として、各加盟団体等より小・中・高校生を推薦いただいております。

平成二十八年度 三条市体育協会 新春スポーツ交歓会



小・中・高校生優秀競技者表彰式に続き、三条市栄体育館アリーナを会場に午前十一時三十分より新春スポーツ交歓会カローリング大会を開催いたしました。

加盟団体十八チーム六十五名が参加いたしました。

野崎会長の始球式から始まり、二試合行いました。初めてカローリングをする方が多く、大変盛り上がりしました。

交歓会終了後に表彰式を行い、勝ち数に応じた賞品が授与されました。

三条市長講演会

饒心亭お、乃を会場に、三条市長 國定勇人様をお招きして、午後四時三十分より三条市長講演会を開会いたしました。

三条市体育協会の役員や加盟団体長など総勢七十四名が出席し、國定市長より平成二十九年度の三条市スポーツ推進についてご講演いただきました。

講演の内容は、新複合施設の基本概念や要望の実現に向けた重ね使用の方策について、述べていただきました。講演終了後に意見交換を行いました。

ご講演いただきました國定市長には、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。



平成二十九年 新年祝賀会



三条市長講演会に続き、饒心亭お、乃にて午後六時より祝賀会を開会いたしました。

三条市のスポーツ関係者が一堂に集い総勢二九八名が新年とこれからの三条市のスポーツの発展を祝いました。

野崎会長より開会挨拶、来賓の國定市長様・武石市議会議員長様・佐藤県議会議員様・藤田県議会議員様よりご祝辞をいただき、名古屋市議会副議長様より乾杯のご発声を取っていただき、祝宴となりました。

また、カヌー育成指導員の當銘孝仁選手・本田圭選手の両名より、力強く所信表明をしていただきました。

最後に来賓の笹川市民福祉常任委員会委員長様より万歳三唱をしていただき、盛会のうちに新年祝賀会を閉会いたしました。

ご出席いただきました皆様には、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。



加盟団体 だより

三条市体育協会では35のスポーツ団体が加盟しており、日々汗を流しています。

そのうち11団体の平成28年度における主な活動を紹介します。

ご不明な点がありましたら、三条市体育協会事務局までお気軽にお問い合わせください。



三条市小学校体育連盟

思い出の陸上大会

大崎小学校 竹石 優

小学校親善陸上大会の二五〇〇mで新記録を目指して、二つの事をがんばった。

一つ目は、四〇〇mを分二十秒で走っても疲れない体力をつけることだ。そのために川の土手を二往復走るようにした。

二つ目は、大会前に怪我をしないようにしたことだ。怪我をしたら気になって集中して走れないだろうし、大怪我だったら走ることすらできない。体を動かすのが大好きだが、怪我に気をつけて生活をした。

大会の朝、「緊張しないで楽しく走っていこう。」と決めた。一五〇〇mを二位でゴールすることができたが、タイムが気になって仕方がなかった。大会新記録が出たと聞いてびつくりしたし、とても嬉しかった。

陸上競技はこれで終わりではないので、中学生になったらもっと記録を伸ばしていきたい。



三条卓球連盟



連盟のジュニア育成について

長 沢 真

ジュニア育成が長い間課題となっていた中、連盟でジュニア選手をバックアップしていこうということから、「三条ジュニア」において、週四回の練習を行っています。幸い今年のオリンピック効果からか参加を希望する子供たちが増え始め、ジュニアチームらしくなり懸命に練習に取り組んでいます。若年齢化が進み、早く始める子供が全国的に増え、チャンピオンスポーツとしての選手を目指すのであれば小学校低学年頃から開始する必要があるようです。練習量も毎日活動するクラブチームも他にはあり、家族の負担も増えることになり難しい二面もあります。「三条ジュニア」の団員の言葉を掲載します。

団員A 「私の目標は上位の選手に勝つことです。これからも頑張ります」

団員B 「練習はつらいこともあるけど、卓球が好きだから続けてこられました」

団員C 「三条ジュニアに入って二年が経ち賞状がとれるようになってきました。これからも頑張っていきたいです」

団員D 「コーチが本気になってくれるから自分の気持ちも高まってきます」

団員E 「週に四回練習があり練習したことを大会で出し、勝つともっと頑張ろうという気持ちになります。もっともっと練習して強くなりたいです」

団員F 「厳しい時もあつたりしたけれど、たくさん練習してもっと強くなりたいです」

団員G 「分からない所を何でも分かりやすく教えてくれたので、理解できてうまくいきました」

三条テニス協会

三条テニス協会のジュニア育成について

普及活動として、総合型地域スポーツクラブりんぐるのプログラムにある「キッズテニス」と「ユーステニス」を中心にして、小学生・高校生を対象にスポンジボールとカラーボールなどを用いて教室を行い、テニスの楽しみをわかってもらえるように活動しています。

選手育成の実態としては、中学校に硬式テニス部がないことや、ナイター照明付の砂入り人工芝コートや、室内で硬式テニスを行える場所があまりないこともあり、近隣の市町村の施設まで時間をかけて練習に行かざるを得ない状況です。

協会所属クラブのジュニアに有望な選手も多数在籍しており、二〇二〇年の東京オリンピックや錦織圭のような選手が三条から出ることを目標に力を注いでいます。



三条ウエイトリフティング協会



二〇一六年夏、リオ五輪・パラリンピックで日本選手が大活躍し、日本中が湧きました。余韻に浸るのかのように今なおメダリストがTV番組に登場し、名場面を思い出させてくれます。

そんなリオ五輪で、ウエイトリフティング協会にも嬉しい出来事がありました。三条工業高校でウエイトリフティングを始め、国内外で活躍された警視庁所属の松尾謙資さんがウエイトリフティング日本代表コーチとして派遣されたことです。

日本代表を祝すべくOB会とウエイトリフティング協会が中心となり、「さんじょうスポーツ一番星育成事業」を活用してリオ五輪の報告会をお願いしたところ、十月に講演会を開催することができました。

さらに日本代表選手、六十二kg級で四位に入賞された糸数陽一選手（警視庁）も出席してくださり、県内高校生リフターの練習も指導していただきました。糸数選手は沖縄県出身で、二〇〇九年「トキめき新潟国体」少年六十二kg級で優勝。この頃から世界に通用する選手として期待され、今は日本のトップリフターとして世界の強豪と肩を並べ、二〇二〇年東京オリンピックでメダル獲得が期待されています。

講演会は、「オリンピックにおけるコンディショニング」と題して、競技に取り組む姿勢、専門技術、リオ五輪の舞台裏などを二人からお話いただき、世界を身近に感じる時間を共有することができました。

三条ソフトテニス連盟

ソフトテニスのジュニア育成活動

三条ソフトテニス連盟では、ジュニア育成活動の場として、りんぐるで毎週木曜日夜に初心者ソフトテニスで中学生から練習できる場を用意しています。他に、三条市スポーツ少年団に登録している三条アーネストJrと三条STC少年団の二団体が小学生を中心に活動しています。

今年度は三条第二中学校の男子

が県中学総体で男子団体二位になる活躍をしました。学校のテニスコート環境が良くなり打つ練習量が多くなった事も要因と思われます。高校生では、県大会の上位、北信越大会の上位、インターハイにも三条市出身の選手が活躍しております。その後、大学に進学してもソフトテニスを行っている選手もいます。

ソフトテニスは小学校の体育授業では習うことが無く、中学・高校での部活動がソフトテニスの始めるきっかけになることが多いスポーツです。現在は日本ソフトテニス連盟の会員数は六十万人と愛好者は七百万人で、県内の小学生のソフトテニス人口は登録人数で五百名程とその他に各市町村でジュニア活動しているのでそれ以上の競技人口となっております。全国では中学の部活動構成人数では球技の中では女子が二位で一番人数が多い競技です。

総合体育館の建て替え等でテニスコートがある体育施設環境が乏しい市内では活動の場と時間が限られておりますが、各団体で工夫して定期的な活動を行っています。興味ある方は事務局や体育協会に問い合わせをお願いします。

各少年団の問い合わせ先を左記に載せます。

●アーネストJr

事務局 小島美代子

0256-341-6644

●三条STC少年団

事務局 久保田

090-7723-2840



三条市陸上競技協会

平成二十八年一月早々から、昨年に引き続き小学生・中学生の合同練習会を総合体育館で開始しました。

オリンピック年ということで今までと雰囲気が違い、さらに市内高校の陸上部顧問・部員たちも指導に加わってくださり、月二回の合同練習会は相当熱が入りました。

陸上競技場のトラックが全天候型に生まれ変わったことも士気の向上につながっていたようです。完成に尽力下さった方々に感謝申し上げます。雨天でも練習ができ、記録会も三月から行いました。今までは考えられないことであります。

結果として、練習量も増え、早速効果が出ているものと思います。平成二十八年度は小学生一名、中学生二名、高校生一名の全国大会出場を得ました。市内中学校の陸上部員数も減少傾向はみられないことも嬉しい限りであります。

さて、いよいよ東京オリンピックが決まり、市民のスポーツ熱が高まるものと思います。陸上界もできることは何にでも挑戦する気持ちで取り組みます。



三条市ソフトボール協会



部員募集

一緒にソフトボールしませんか？

三条を拠点に活動している「RISE」(ライズ)というチームです。発足してまだ八年！メンバーは、社会人一年生(時には中学生も入りますが...)から五十歳までのバラエティーにとんだ楽しい仲間の集まりです。子育て世代も多く、育児や子供の習い事の送迎などで集まるのに苦労しています。

最近の大会などは人を借りて試合をしているのが現状です。中・高校とソフトボールをしていた人がほとんどですが、全くやった事ないけどやってみたい人も大歓迎です。

今は、大きな大会には出られませんが、メンバーが揃ったら出場したいと考えています。

現在、出場した大会では、優勝したり、二位になったり、うれしかったー!! こんなチームですが、やってみようと思う方、連絡下さいー!!

連絡先 武石五男 090-4626-0333

三条野球連盟

三条野球連盟は県内最多七十二の加盟チームによって成り立っております。普段は加盟チームによる連盟の大会運営とスポーツ少年団、中・高校生の試合の審判等が主な活動です。

ジュニア育成という面ではこれまで試合の審判を務める以外あまり機会がありませんでしたが、昨年、三条市スポーツ一番星育成事業の一環としてスポーツ少年団と中学生を対象に野球教室を始めて開催しました。

野球教室は実技と座学の二回に分けて行いました。実技は総合グラウンドにて加盟チームのAクラス選手と往年の名選手で現在は審判員として活動している連盟役員が講師となり行いました。スポ少、中学生と二会場に分け、スポ少は基本的な事を中学生は実戦的な事を指導させていただきました。座学は東公民館で主にルールに関する事を学んでもらいました。

近年、野球の競技人口が減っていますが機会があれば今後も続けて行きたいとおもいます。



三条市バレーボール協会

三条市バレーボール協会は、各種事業を年間二十程度運営することで、微力ながら社会に貢献できたら、と活動しています。その中でも、将来に向けてより充実したものにするために、ジュニアの育成に取り組んでいます。

主な内容として、ジュニアバレーボール教室（以下教室 対象小学生 五・十・月開催）と三条ジュニアバレーボールクラブ（以下三条JVC 通年開催）への活動支援があります。

教室では、初めてボールに触れる子供達とバレーボールの持つ楽しさと、楽しくなる為のトレーニングを通じて、ミニゲームができるようになるまでを目標にしています。

三条JVCでは、競技会を通じてマナーの習得・競技力の向上・バレーボールを楽しむバレーボーラーとしての定着を目指します。

多くの子供達が、「バレーボールって楽しいな」「またやりたいな」になって欲しい。そんな思いを胸に、会長を始めスタッフ一同、活動しております。



三条銃剣道協会

私たち三条銃剣道会は、子供から高齢者まで様々な年代が楽しみながら稽古に励んでいます。

毎年、小中高生が全国大会等に出場して素晴らしい成績を収めています。昨年は特に嬉しい年になりました。八月に日本武道館で行われた全国少年少女武道（銃剣道）錬成大会において、小学生団体戦の部に六年生チームが二チーム出場しました。そして、全国の強豪を打ち破り一位・二位を独占し、念願の全国制覇を成し遂げることができました。応援してくださった地元三条市の皆様には、深く感謝申し上げます。また、日頃支えてくださった保護者の皆様、指導者の皆様にも重ねてお礼申し上げます。

「正しく、明るく、強く、逞しく」これが銃剣道の本旨です。試合の勝ち負けはもちろん大事ですが、私たちは人間形成にも重きを置いて稽古しています。稽古を通じて挨拶・礼節・感謝・思いやりの心を磨き、体力だけでなく精神的にも立派な子どもを育てます。これからも銃剣道の子供たちは頑張ります。ぜひご期待ください。また、一緒に稽古してみたい人も大歓迎です。今年もよろしく願います。



三条合気道会

我が会は、新潟県内では最も早くに生まれた合気道団体の一つであり、二〇二一年には創立六十周年を迎えます。又、三条・燕・吉田・佐々木（新発田）の道場が集まり、県央合気道会を構成し、五十数名の老若男女が道場の枠を越えて活動しています。

体育文化センターの閉館に伴い、現在は第三中学校（月）、第二中学校（木）にて稽古しておりますので、見学・体験を希望の方は気軽においで下さい。

昨年は、会員の小学生兄弟が夏には日本武道館で開催された全日本少年合気道錬成大会、秋には新潟県少年合気道錬成大会へ参加し、日頃鍛えた技を演武してきました。合気道には試合という形式がありません。自己と他者が共に高め合う武道です。年齢・性別も関係なく、共に稽古が出来る武道です。興味を持たれた方は、080-5182-2919 理事・野村まで、連絡下さい。



三条で

カヌーをしよう!!

スポーツと地域活性化の
好循環創出事業
カヌー普及事業報告(4~11月)

三条市体育協会では、「三条でカヌーをしよう」をテーマに、新潟県広域スポーツセンターの協力の元、カヌーを通じた地域復興・競技普及を目指しております。

昨年は4~11月の間、カヌースクール・競技大会・講演会を開催いたしました。カヌースクールは5~9月に開催し、多くの方に楽しんで頂きました。カヌーは子どもから大人まで年齢に関係なく楽しむ事が出来ます。参加者の皆様も夢中になって漕いでいました。

競技大会は4月に五十嵐川の急流で川下りのレースを行いました。また、7月にも大谷ダムひめさゆり湖にて、100mのコースでレースを開催し非常に盛り上がった大会になりました。11月には三条市役所栄庁舎にて、パネルディスカッション形式の講演会を行い、リオ五輪の裏側など貴重なお話を聞くことが出来ました。

本年も昨年以上に事業推進に取り組みたいと思いますので、是非カヌーを体験してみてください。皆様のご参加をお待ちしております。

スポーツと地域活性化の好循環創出事業とは…

地域の連携による地域資源を活用したスポーツ振興の取組を通じ、地域外との交流拡大や地域課題の解決を実現することにより、地域の活性化を目指す。

カヌーワイルドウォーターレース
第3回こしひかりカップ
(2016.4.17)

→五十嵐川の急流でレース！
県外からの参加もありました！



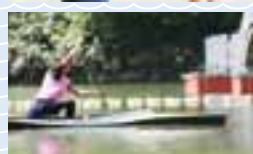
カヌースクール
(5・6・8・9月)

→今年度は通年で参加者を募集し、
技術的な指導や大会に挑戦しました！



スーパースプリントカヌーレース
2016ひめさゆり湖カップ
(2016.7.24)

→大谷ダムひめさゆり湖で、カヌースプリントの競技会を開催！
競技経験者・カヌースクール参加者を中心に子どもから大人まで真剣に漕ぎました！



講演会 カヌーで地域活性化！

～カヌーを通じた「人・仲間・環境」育成で
元気なまちづくり～ (2016.11.19)

→三条市役所栄庁舎でカヌースプリントC-1
日本代表の富銘孝仁選手・リオ五輪カヌー
スラロームコーチの山中修司氏・日本カ
ヌー連盟カヌースラローム強化スタッフの
山田亜沙妃氏においで頂き「カヌーで地域
活性化」をテーマにパネルディスカッション
形式の講演会を開催しました！

誰もが楽しめる生涯スポーツとして、
これからも地域の核となるスポーツになるように、カヌー普及活動を推進いたします。



スポーツ少年団に入りませんか？

三条市スポーツ少年団は、28年度現在11種目37団体640人団員が登録している団体です。
是非、スポーツ少年団に入って、スポーツしませんか???興味のあるチームがありましたら事務局までご連絡ください。
また、「スポーツ少年団に加入したい」というチーム也大歓迎です。是非ご連絡ください!

三条市スポーツ少年団事務局(三条市栄体育館内) TEL45-1150 E-mail:sanjo.sposho@sanjotaikyo.jp

剣道
光明館
三条栄剣道教室

卓球
三条ジュニア

バレーボール
やまびこ
大面ミラクルキッズ

空手道
三条空手道
三条大崎空手道
心優会館

少林寺拳法
三条少林寺拳法

ドッジボール
しただレインボー
長沢ブルーモンスターズ

柔道
三条柔道倶楽部
スポーツ少年団

ソフトテニス
三条アーネストJr
三条STC

サッカー
三条サッカー
JDリーム三条
栄サザンクロス
しただファンタジスタJFC
県央FC

バスケットボール
Jヒートミニバスケットボール
ルーキーズ三条
三条嵐南ミニバス
三条OHSAKIDS MBC
下田ミニバスケットボール
槻の森ウィッチーズ

野球
南ジュニアクラブ
月岡少年野球
旭
須賀ジュニアクラブ
西小野球団 隼クラブ
駅南ファイターズ
スーパーキッズ裏館
北小ビクトリー
下田少年野球クラブ
一ホスターズ
栄PBW
県央BLジャイアンツ

三条市スポーツ少年団 指導者・団員数推移

(単位:人)

	23年度	24年度	25年度	26年度	27年度	28年度
指導者数	222	196	173	171	182	175
団員数	805	672	659	654	652	640



運動あそび GO! 2016

～苦手でも楽しめる、
あそびながらスポーツ体験～

開催レポート



去る平成28年11月26日(土)、三条市・三条市スポーツ少年団・(一社)三条市体育協会主催で、「運動あそびGO! 2016～苦手でも楽しめる、あそびながらスポーツ体験～」という、小学生対象の運動あそびイベントを開催致しました。

このイベントは、「普段運動していない子達に、運動する事の楽しさを体験してもらおう!」「普段から運動している子供達には、多様な運動を経験してもらいたい」を目的に開催致しました。

当日の参加者数は、一般参加者が55人、スポーツ少年団からは135人(12団体)の総勢190人の子供たちが参加してくれました。講師は、一般社団法人コーチングバリュー協会の東根先生と大羽先生を始め、今年になり専門種目に特化しない運動指導勉強会に参加した「スポーツ大好キッズ育成ネットワークメンバー」とスポーツ少年団各団からの運営協力員の皆様が務めました。

内容は、はじめに、大羽先生から、親子でコーディネーション運動と題した、準備運動をして頂きました。子供達に親や指導者を連れてくるように言い、親・指導者共に一緒に楽しんでいました。

その後、「1・2年」、「3年」、「4年」、「5・6年」の4グループに分かれて、「コーディネーション運動」「ボールあそび(ソフトテニスとボールを使った運動)」「空手道体験」「柔道体験」の4つを30分毎に全てのプログラムを体験しても

らいました。

さらに保護者・指導者の皆様対象に、パパママ運動講座と称し、「小学生期の多様な運動経験の必要性」というテーマで、1・2年、3・4年、5・6年の3ブロック分けてそれぞれ学年に合わせて、コーチングバリュー協会代表理事の東根先生より講座を同時開催致しました。予定人数を上回る方よりご参加頂き、満席の講座もありました。

全ての種目を体験した後、修了証と参加賞のお菓子の詰め合わせをプレゼントし、閉会式をして終了致しました。

このイベントにより、運動が苦手・嫌いという子が少しでも楽しさを感じてもらいながら、多くの子ども達に多様な運動を体験してもらう事ができました。小学生期は「ゴールデンエイジ」と呼ばれ、もっとも運動能力が育つ時期です。この時期に単一種目に捉われず、様々な運動経験を獲得するで、その伸び率は大きく変わってきます。昨年「スター選手にしたらければ、小さい頃から」という風潮がありますが、決してそんな事はありません。様々な運動経験を積んだ子がトップアスリートになっている例も数多くあります。是非ひとつの物事に捉われずに様々な角度から「運動」と「成長」を考えて欲しいと感じております。今後もこのイベントがその一助になればいいと思っております。

最後に、ご参加頂いた子ども達と保護者の皆様、そして協力して頂いた皆様に、重ねて感謝申し上げます。



貯筋運動とは、鹿屋大学の福永哲夫特任教授が考案した運動で60歳以上の方を対象とした椅子に座ったままでもできるトレーニングです。

立つ、座る、歩くなど日常生活を送るためには筋肉の維持が大切です。しかし、私たちの筋肉は加齢とともに減少していきます。「太もも」と「おなか」の筋肉は他の筋肉に比べて衰えやすいと言われており、50歳以降特に太ももの前の筋肉（大腿四頭筋）は1年に1%減少すると言われています。そこで、筋力トレーニングが必要となるのです。

貯筋運動教室では、下半身とおなかのトレーニングを中心に「線路は続くよどこまでも」の替え歌に合わせてトレーニングを行っています。

「貯筋運動」とは、継続的にトレーニングしてもらう為にトレーニング回数や内容で貯金（＝貯筋）する事で継続しやすいトレーニングプログラムとなっています。



貯筋運動教室12回コースの初回と最終回は効果測定で運動の成果を確認しています。

今年度1回目（参加数13名）と2回目（参加数11名）参加者の皆さんの測定結果は表のとおりです。

「1回目も

腹筋が出来なかつたが、10回できるとなりました！」

「階段を上るのが案になった！」

トレーニングは継続することが重要です。

「時間」「空間」「仲間」この3つの間（さんま）が大切です。



参加者の皆さんが楽しい時間を過ごし、運動が継続できるようスタッフも元氣いっぱいお手伝いさせていただきます！

♪みんなで伸ばそう 健康寿命
使えばなくなる お金の貯金
使って貯めよう 筋肉貯筋
老後に備えて 貯金と貯筋♪

*次年度も12回コースを3回計画。詳しくは、3月発行予定の三条市総合型地域スポーツクラブパンフをご覧ください。

平成28年5月～8月 初回測定時・最終回測定時の差				平成28年9月～11月 初回測定時・最終回測定時の差			
種目	差(平均)	単位		種目	差(平均)	単位	
いすの座り立ち	-2.27	秒		いすの座り立ち	-3.49	秒	
上体起こし	+0.57	回		上体起こし	+3.67	回	
5m最大速度歩行	-0.09	秒		5m最大速度歩行	-0.15	秒	
				10m障害物歩行	-1.13	秒	
開眼片足立ち	+11.57	秒		開眼片足立ち	0	秒	
体重	-1.04	kg		体重	+1.09	kg	
腹囲	-2.14	cm		腹囲	-2.71	cm	

は向上がみられた種目です。

運動あそび教室 開催レポート

小学生クラス



講師 近藤 亮

鬼ごっこやドッジボール、じゃんけん遊びやボール遊び等を行い、楽しく全身運動を実施しています。

で、子ども達の神経系を刺激して咄嗟に全身を動かす判断能力や体を巧みに動かす能力の向上を目指しています。また、指導者から「これをやる」と言われた事だけを行うのではなく、子ども達が「こんなのはどう？」、「これがやりたい」といった意思を持つことで、自分の意見をしっかりと持ち、相手に伝えられる人間になってもらいたいのです。

小学生クラスには男女の1年生から5年生までの子ども達が参加してくれています。彼らには、最小限のルールを設け、最大限の自由な意思を尊重し、指導者と子ども達が一緒に楽しく教室を作っています。

子ども達に遊びを体験してもらい感じたのは、「経験」は非常に大切な事だということです。

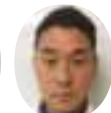
簡単な運動動作から実施していき、徐々に複雑な動作等も出来るようになることで、運動が苦手な子どもでも色々な動きが出来る様になり、体を動かす事が好きになってもらいたいと考えています。たくさん体を動かし、汗をかくことで子ども達が笑顔になれるような空間をこれからも作っていきたいと思います。



幼児クラス



講師 高橋 修也



講師 岩瀬 晶伍

かな子ども達がおりますが、この教室に来ればみんな笑顔になり、毎回終わる頃には汗だくになっています。

また、最初の頃は緊張して中々みんなの輪に入らなかった子どもも、回数を重ねる毎に自然に打ち解け、他の子どもと仲良くなる事が出来ているようです。この教室では子ども達が「楽しい」と感じてもらうことを第一に考えながら指導する事を心掛けています。

幼児クラスの子ども達は元氣一杯で、指導をしていると「X」マーク通りにいかない事もしばしばあります。とにかく楽しそうに走りまわると子ども達、ひたすら先生にくっついてくる子ども達、時には臨機応変に「X」マークを変えながら、みんなが楽しめるような空間作りをしています。私達指導者も子ども達と同じ目線に立って、一緒に楽しく遊ぶ事で「毎回教室に来るのが楽しみ」、「運動は上手になりたいです」。

この教室で出来ない事に挑戦する力や達成する喜び、仲間作りや積極性を身に付けてもらいたいと考えています。子ども達から笑顔や元氣をもらいながら毎回楽しく開催しています。



火曜日の17時30分～18時50分、会場を第中学校武道場にて、幼児と小学生を対象とした「運動あそび教室」を開催しております。現在、幼児が10名・小学生が16名参加しております。

Ringle information



冬の運動不足解消に!

冬こそスポーツしよう!

りんぐるの会員プログラム(フィットネス・定員制)24プログラムに参加できるお得な回数券が更にお得っ!



回数券 6回
通常3,500円
傷害保険料込

今なら1,500円もお得!

→ 2,000円

販売期間/2月1日(水)~2月28日(火) 期間延長!!

回数券利用可能期間/平成29年3月31日(金)まで

対象プログラム

キッズバスケット
キッズテニス
ジュニアユーステニス
初心者硬式テニス
初心者ソフトテニス
バドミントン
フットサル

さわやか健康38体操
さわやか健康バレトン
りんぐる自由開放
おなかシェイプピクス
エアロピクス 午前・夜間
骨盤体操 午前・午後・夜間
ズンバ

フラダンス 午後・夜間
はじめてのヨガ
姿勢改善
きれいになるヨガ
ピラティス
トレーニング初級入門

りんぐる
おすすめプログラム

三条市総合型地域スポーツクラブりんぐるでは、会員の皆さんが自由に参加できる24プログラムを年間通して開催しています。

そのうち競技系のプログラム「定員制プログラム」は7種目あり、大人も子供もいろんな競技にチャレンジしやすい様、初心者向けに行っています。

そして、エアロピクスやヨガ……など健康増進に役立つ17種目のフィットネスが勢ぞろい。大勢の方にご参加頂いています。

今回は、おすすめプログラムを6つピックアップしてご紹介いたします~

ZUMBA



毎週月曜 10:00~11:00
旧第一中学校体育館

ズンバは動きを覚えなくていいのだから簡単!楽しい!そして1000キロカロリー消費すると言われるので簡単にシェイプアップも出来ます!年齢性別関係なくどなたでも楽しむことが出来ます!私と楽しく踊りましょう!

ズンバはラテン音楽(サンバやマンボ)のリズムをメインに、たまにカントリー系やヒップホップなど様々な音楽に合わせて踊る、ダンスエクササイズです。「ズンバ」はスペイン語で「お祭り騒ぎ」「バカ騒ぎ」などを意味するそう。..。楽しそうにステップを踏む参加者さんたちの熱気と時折入る「イエーイ!!!」という理沙先生の声で、更に盛り上がります。ダンス好きの方におすすめです!



指導:小林先生

エアロピクス 午前・夜間



毎週水曜 9:45~10:45
ソレイユ三条多目的ホール
毎週火曜 19:00~20:00
サンファーム

有酸素運動です。疲れにくい体、脂肪燃焼、脳内活性、ストレス解消!ウォーキングと同じ効果が期待!あつという間の一時間です。

【午前】は一番のマンモスプログラム!この冬も80名前後の会員さんが気持ちよく体を動かしています。【夜間】プログラムではお仕事帰りなどの若い世代の方も多く、エアロピクスで一日の疲れを吹き飛ばし、運動不足解消!神原先生の細やかなご指導が好評で初心者の方も安心してご参加いただけます。



指導:神原先生

姿勢改善~ひざ痛・腰痛予防



毎週金曜 14:15~15:15
旧第一中学校武道場

年齢より若く見られたい方、体の痛みを少しでも減らしたい方、出さないようにしたい方、代謝を高めた方etc. 姿勢改善はそんな方々のためのプログラムです。筋トレ&ストレッチがキーポイントかな?!

簡単な筋トレとストレッチをメインにした姿勢改善を目指したプログラム。石田先生の軽快なトークと丁寧なご指導が人気!姿勢が良くなると、若々しく、腰痛や膝痛・肩こりの予防にもなります。体を動かすのは苦手という方にもおすすめのプログラムです!



指導:石田先生

キッズバスケット



毎週火曜 19:00~20:30
旧第一中学校体育館

何よりもスポーツの楽しさを感じてもらいたい子供達みんなが「ずーっとスポーツを続けよう!」と思ってもらえるように指導したいと考えています。

小学生対象のバスケットボール教室です。現在申込数20名。男の子も女の子も元気にコート駆け回ります。バスケットボールは初めてという子も大歓迎!!バスケットを楽しむ・慣れるを主に遊び感覚から身体能力を高めることを目指していきます。



指導:スタッフ 大矢

キッズテニス



毎週水曜 18:00~19:00
米体育館アリーナ

テニスは「走る・投げる・跳ぶ・打つ」と、色々な運動能力を伸ばすのに適しています。そして、学校以外の友達もできて楽しいです!

小学生対象のテニス教室です。現在申込数40名の子供達が、元気にボールを追いかけています。錦織効果か?昨年から更に大人気のキッズテニスは、認定NPO法人マナーキッズプロジェクトの主旨に賛同して、テニスを通じてあいさつやマナーも学んでいきます。



指導:内山コーチ

ソフトテニス



毎週木曜 19:00~20:30
旧第一中学校体育館

中学生、高校生、一般、年配の方で初心者から経験者の方まで参加されています!基本的な動作練習から簡易ゲームまでを行っています。

ソフトテニスは中学生以上対象の教室で、現在申込数24名。中学生から60代の方と多世代が集まり一緒にソフトテニスを楽しんでいます。初めてテニスをを持つという方も経験者も大歓迎!レンタル用のラケットもありますので、体1つでご参加頂けますよ!



指導:三条市ソフトテニス連盟 鈴木コーチ

新潟の冬は、いつものことながら寒いですが、家で丸くなっていないで大人も子供もりんぐるに来て体を動かしましょう!
会員にならなくても参加できる回数券が割引中!是非ご活用ください(^ ^)

冬の おすすめスポーツ 目白押し!

問い合わせ先

 栄体育館 TEL 45-1150 FAX 45-1151
 りんぐる TEL 32-5210 FAX 33-7372

ノルディックウォーク教室

対象：高校生以上
 日時：平成29年2月6日、13日、
 20日、27日、
 3月6日(月) 全5回
 10:00～11:30
 会場：栄体育館 他
 講師：吉田一貴 よしだかずき
 (全日本ノルディック・ウォーク連盟公認インストラクター)
 受講料：全5回 4,000円、1回 850円(傷害保険込)



monday フットサルカップ

対象：高校生以上の
 フットサルチーム
 日時：平成29年2月13日、
 3月6日、27日(月)
 21:00～24:00
 会場：栄体育館
 参加料：1チーム
 1回 4,000円(保険込)

※参加希望は三条市体育協会ホームページをご覧ください。



参加チーム募集中

sunday ピラティス教室

対象：中学生以上(定員30名程度)
 日時：平成29年1月29日、
 2月5日、19日、26日(日)
 全4回
 10:00～11:30
 会場：栄体育館
 講師：坂爪友樹 さかつめともき
 受講料：全4回 3,000円、
 1回 850円(傷害保険込)



～元プロボクサーが教える～ ビギナーボクシング教室

対象：高校生以上(定員10名)
 日時：平成29年2月12日、
 3月5日(日)全2回
 10:00～11:30
 会場：栄体育館
 講師：小林秀徳 こばやしひでのり
 受講料：1回
 一般 /1,000円(傷害保険込)、りんぐる会員 /850円
 持ち物：タオル・ドリンク・軍手



ブレイクダンス教室

対象：小学生以上(定員15名)
 日時：平成29年3月4日(土)
 10:00～11:15
 会場：栄体育館
 講師：高橋修也 たかはしなおや
 (新潟を代表するブレイクダンスチーム
 「BEFEEMOS(ベヒーモス)」所属)
 受講料：1回
 一般 /1,000円(傷害保険込)、りんぐる会員 /850円



平成28年度 一般社団法人 三条市体育協会サポーターズ会員名簿

あいうえお順
敬称略

法人会員

(株)伊勢屋商店
 (有)エステック
 (株)川波
 近藤興助工業(株)
 小林製鉄(株)
 (有)坂爪スプリング製作所
 三条タイセイ(株)
 (有)鈴文
 (株)スノーピーク
 高又製作所(株)
 (株)外山組
 中井商店
 長橋銅鉄店
 二洲楼
 (株)野崎忠五郎商店
 (株)野崎プレス
 福岡ゴルフ企業組合

(株)藤田自動車
 (有)馬酔木
 (株)マルサ
 陽光電気(株)

団体会員

栄地区体育協会
 三条合気道会
 三條機械製作所バドミントン部
 三条弓道会
 三条ゲートボール連盟
 三条剣道会
 三条市空手道連盟
 三条市サッカー協会
 三条市山岳連盟
 三条市スポーツ少年団
 三条市ソフトボール協会
 三条市中学校体育連盟

三条市バウンドテニス協会
 三条市バレーボール協会
 三条銃剣道会
 三条柔道倶楽部
 三条乗馬クラブ
 三条少林寺拳法協会
 三条卓球連盟
 下田相撲連盟
 下田地区体育協会
 バドミントンクラブウイング
 立直クラブ

取りまとめ団体

三条市陸上競技協会
 三条バドミントン協会
 三条野球連盟

個人会員

荒井 昭吾	佐藤 正美	越沢 亮介
小柳 敏夫	菅井 国次	藤田 五郎
小柳 勇人	鈴木 協	松崎 和雄
小柳 秀之	高森 清松	丸山 法男
織原 哲	高山 明	山本 志
木澤 優一	武石 五男	若井 誠
熊倉 淳郎	長橋 洋一	若林 義和
坂上 達也	名古屋利夫	渡辺 良俊
捧 勲	西潟 芳博	
捧 勇	二宮 二郎	
捧 孝夫	橋崎 則宗	
佐藤 祥一	原 信也	
佐藤 澄夫	樋口 一弘	

平成28年4月1日～
 平成29年1月12日現在の名簿です。

スポーツで活力あるまちづくりを!!

～体育協会サポーターズ
制度について～

私達三条市体育協会は、`生活の中にスポーツを、を合言葉として、これからのスポーツ界を担うジュニア選手や市内シニアアスリートが活躍できるように選手強化を推進し、市民のスポーツ環境向上強化を目指しております。

スポーツで活力あるまちづくりを目指して、私たちは市民の皆様より「サポーターズ会員」を募っております。これは、`生活の中にスポーツを、という合言葉を実現できるように、多くの市民の皆様から体育協会の活動にご理解と温かいご声援を頂き、ご支援願うものであります。

いただきました浄財は、ジュニア及びアスリートへの支援や育成。並びに市民が楽しくスポーツに参画できる環境づくりなどに活用させていただきます。

経済事情の厳しい中ではありますが、何卒一人でも多くの皆様から、私たちの活動をサポートくださいますよう、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

★主な事業

サポーターズ会費は、主につぎの事業を行う財源といたします。

- 選手・指導者育成支援事業
- ジュニアスポーツに関わる事業
- 三条市民に還元できるスポーツ事業

★サポーターズ会員会費

- 個人会員(年額) 一口 3,000円以上
- 法人会員(年額) 一口 10,000円以上
- 特別会員(年額) 一枠 20,000円

★サポーターズミニ会員

下田体育館・栄体育館・ウエルネスしたに募金箱を設置しております。
1円からでもご支援いただけますので、こちらもよろしくお願いいたします。

★サポーターズ会員特典

○会員特典(個人・法人)

- ・会員証交付
※栄体育館トレーニングルーム利用券付き
法人5回分・個人1回分
- ・体協ホームページへの企業名・個人名掲載
- ・体協機関紙への企業名・個人名の掲載
※年2回(9月と2月)全戸配布

○特別会員特典

- ・会員証交付
※栄体育館トレーニングルーム利用11回分券付き
- ・体協ホームページへの企業名・個人名掲載
※トップページにリンク付きで特別記載

・体協機関紙への企業名・個人名の特別掲載

※年2回(9月と2月)全戸配布

・小中高校生表彰式プログラムに記載

★申込方法

申込記載の上、会費を添えて(銀行振り込み可)、下田体育館・栄体育館・ウエルネスしたににお申込みください。

※加盟団体・役員からお申込みされる場合は、団体事務局か役員ご本人にご連絡ください。

★詳しいことは

体育協会事務局までご連絡ください。

電話 0256-45-1150

FAX 0256-45-1151

サポーターズ特別会員



Fun-Spo

燕三条のスポーツ情報ポータルサイト「ファンスポ」

<http://fun-spo.jp/>

特別会員募集中

◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆

先日、解体中の総合体育館の前を通りました。「こんな風景だったっけ?」と声を出してしまいました。多い時は週に3度、4度と足を運びましたが、現在はほとんど通ることもなくなっていました。

体育団体・文化団体の皆様、市民の皆様も新しい複合施設の完成を待ち望んでいることと思います。

三条市には、是非、他市町村に誇れる施設の早期完成をお願い致します。又、人や文化の流れが速く元の状態以上に戻り、新しい流れが生まれることを期待しています。

一般社団法人 三条市体育協会 事務局からお知らせ

三条市体育協会ではホームページ・facebook・twitterにおいて情報発信しております。
ホームページは、ランニング走路などの施設情報やイベント情報などを発信しております!
その他にお問合わせがありましたら、電話やメールにて事務局までご連絡ください。

※体育協会事務局では市民の皆様へコピーサービスを実施しております! 是非ご利用ください!

facebook/三条市体育協会

twitter/@sanjotaikeo

ホームページ <http://www.sanjotaikeo.jp>

さんじょうスポ少ブログ <http://sanjo-sposho.org/>

一般社団法人 三条市体育協会 事務局

〒959-1153 三条市新堀2113番地 三条市栄体育館内

TEL 0256-45-1150 FAX 0256-45-1151

