

# スポーツさく

## No.23 CONTENTS

佐久長聖高等学校全国駅伝大会  
 全国優勝おめでとう ……1  
 加盟団体の活動状況 ……2~6  
 県大会以上の成績 ……7  
 スポーツ少年団指導者講習会 ……8  
 編集後記 ……8

### 佐久市体育協会機関誌 No.23

- 発行/特定非営利活動法人 佐久市体育協会
- 所在地/長野県佐久市中込2939 佐久市総合体育館内 / 〒385-0051  
TEL/0267-88-6123 FAX/0267-88-6133  
E-mail : sakushitaikyou@sakunet.ne.jp
- 発行日/平成30年2月28日 ●印刷所/株式会社ダンバラ印刷



## 佐久長聖高等学校全国高校駅伝大会 全国優勝おめでとう



「スポーツさく」は  
 スポーツ振興くじの助成を  
 受けて発行しています

全国高校駅伝は、平成29年12月24日、京都市で行われ、第68回の男子は佐久長聖高等学校駅伝部が9年ぶり2回目の優勝を飾りました。おめでとうございます。

見事、目標を達成した選手のみなさんの健闘をたたえるとともに、今後の更なる活躍を期待します。

# 加盟団体主管大会開催

## 第51回佐久市民スケート大会

平成30年1月27日「第51回佐久市民スケート大会」兼「銀河連邦建国30周年記念第29回銀河連邦星のまちスピードスケート親善大会」が軽井沢風越公園スケートリンクにおいて開催されました。

相模原市から13名、当日参加の園児と小学生3名と一般男子1名、開校間もない佐久平浅間小学校からも2名の初参加を得

て総勢53名が交流と自己の記録に力いっぱい挑戦する姿が見られました。

スケート人口が少なくなる中、2月に行われる平昌オリンピックの日本選手団の活躍を見てスケートへの興味関心を抱き、一人でも多くの豆スケーターが増えることを期待したい。(スケート部)



### 一般男子500m

1位 鈴木 暢 一般 40.58

### 小学校5年女子1000m

1位 桐生 希 相模原市 1:45.78  
 2位 鈴木 和花 田口小学校 1:47.27  
 3位 西岡 美咲 相模原市 2:08.29  
 4位 井出 心春 佐久城山小学校 2:51.12

### 中学校女子1000m

1位 鈴木 花梨 臼田中学校 (1:30.02)  
 2位 川崎 悠海 全佐久 (1:31.28)  
 3位 古川 舞 相模原市 (1:31.73)  
 4位 菊池 萌花 中込中学校 (1:32.10)  
 5位 中島 綾香 臼田中学校 (1:46.71)

### 小学校5年男子1500m

1位 雨宮 伊吹 全佐久 2:31.33  
 2位 菊池 太陽 中込小学校 3:09.90  
 3位 輿水 康太 全佐久 3:34.71

### 小学校6年男子1500m

1位 小林 稔生 全佐久 2:38.06  
 2位 菊池 琉斗 全佐久 2:42.31  
 3位 渡辺 優 相模原市 2:43.41  
 4位 千葉 優輝 相模原市 2:52.82  
 5位 地主 埜皇 相模原市 2:54.91

### 中学校男子1500m

1位 青柳 玲央 全佐久(新記録) 2:06.49  
 2位 小林 颯 全佐久 2:07.64  
 3位 佐々木蒼太 臼田中学校 2:13.65  
 4位 由井 翔貴 臼田中学校 2:24.39  
 5位 榛村 慧 相模原市 2:24.44  
 6位 池田 龍 相模原市 2:24.89

### 小学校4年男子500m

1位 武舎 亮佑 青沼小学校 51.66  
 2位 高木 省吾 相模原市 56.49  
 3位 津堅 輝 相模原市 66.79  
 4位 長岡 小虎 佐久城山小学校 110.47

### 小学校5年女子500m

1位 桐生 希 相模原市 54.25  
 2位 鈴木 和花 田口小学校 54.64  
 3位 西岡 美咲 相模原市 60.34  
 4位 井出 心春 佐久城山小学校 96.58

### 小学校5年男子500m

1位 雨宮 伊吹 全佐久 49.95  
 2位 菊池 太陽 中込小学校 57.95  
 3位 輿水 康太 全佐久 59.42

### 小学校6年男子500m

1位 小林 稔生 全佐久 49.68  
 2位 菊池 琉斗 全佐久 50.39  
 3位 渡辺 優 相模原市 50.58  
 4位 地主 埜皇 相模原市 52.68  
 5位 千葉 優輝 相模原市 55.30  
 6位 小島麟太郎 佐久城山小学校 77.75

### 中学校女子500m

1位 鈴木 花梨 臼田中学校 45.83  
 2位 菊池 萌花 中込中学校 46.50  
 3位 川崎 悠海 全佐久 47.31  
 4位 古川 舞 相模原市 47.53  
 5位 中島 綾香 臼田中学校 51.86

### 中学校男子500m

1位 青柳 玲央 全佐久 43.04  
 2位 佐々木蒼太 臼田中学校 43.39  
 3位 由井 翔貴 臼田中学校 47.55  
 4位 榛村 慧 相模原市 48.72  
 5位 池田 龍 相模原市 53.51  
 6位 小林 颯 全佐久 71.19

### 小学校1年女子300m

1位 菊池 每果 中込小学校 50.76  
 2位 今井 智菜 佐久平浅間小学校 1:03.10  
 3位 菊原 美月 臼田小学校 1:07.69

### 小学校1年男子300m

1位 渡辺 裕 相模原市 1:09.78  
 2位 高橋 怜 佐久城山小学校 2:04.30

### 小学校2年男子300m

1位 津堅 光佑 相模原市 52.62  
 2位 岩松 亮 青沼小学校 1:05.12  
 3位 土谷 悠月 青沼小学校 2:06.75

### 小学校3年女子500m

1位 今井 紗椰 佐久平浅間小学校 87.91  
 2位 井出 咲織 佐久城山小学校 88.38  
 3位 遠藤みのり 全佐久 93.12  
 4位 神戸 瑞希 佐久城山小学校 93.33  
 5位 大塚 心 佐久城山小学校 102.47

### 小学校3年男子500m

1位 小島劉太郎 佐久城山小学校 108.10

### 小学校4年女子500m

1位 西岡 綾華 相模原市 68.12





## 第13回市民 元日マラソン大会

2018年元日に恒例の「第13回市民元日マラソン大会」を佐久総合運動公園陸上競技場で当協会主催にて開催しました。晴天の中、昨年より44名多い221名の参加者が、新年の清々しい空気の中を走りました。競技場を出発して茨城牧場長野支場を通り、新子田の信号を折り返すコースで、1.5km、3km、5km、10kmの4コースにて行われました。今年も体育協会佐久支部東地区役員大勢の皆さんにご協力いただき、無事終了できました。ありがとうございました。

(陸上部)



### 1.5km

#### 小学校3年生女子の部

- 1位 御子柴直美 6:21
- 2位 野村 茉里 6:46
- 3位 比田井藍凧 6:50
- 4位 佐藤花乃音 6:51
- 5位 北原 凜佳 7:04
- 6位 林 もみじ 7:19

#### 小学校3年生男子の部

- 1位 栗原 賢 5:59
- 2位 依田 朋樹 6:19
- 3位 伊坂 蓮 6:31
- 4位 井出 獅楽 6:36
- 5位 篠原 悠斗 7:33
- 6位 菊原 龍輝 7:44

### 5km

#### 中学生男子の部

- 1位 菊地 洸希 18:39
- 2位 田口 紫音 18:54
- 3位 竹内 暖 19:47

### 3km

#### 高校生女子の部

- 1位 原野 茉優 15:06
- 2位 萩原 麗 15:26
- 3位 堀内 真瑚 15:47

#### 35歳以上男子の部

- 1位 横谷 哲禎 12:06
- 2位 山上 聡 12:11
- 3位 大木 竜磨 12:20

### 10km

#### 一般男子の部

- 1位 依田航太郎 33:30
- 2位 小林 勝太 34:30
- 3位 萩原 広崇 35:39

#### 中学生女子の部

- 1位 佐藤奈々海 13:28
- 2位 竹花 碧乃 13:49
- 3位 中嶋 愛佳 13:59

#### 一般女子の部

- 1位 山口 典子 13:24
- 2位 井出久美子 14:59
- 3位 青木 江里 15:21

#### 小学校4年生女子の部

- 1位 御子柴清美 5:54
- 2位 岩月夕季乃 6:20
- 3位 土屋 夢萌 6:28
- 4位 荻原 藍 6:37
- 5位 花里 瑠夏 6:48
- 6位 中嶋 杏佳 7:11

#### 小学校4年生男子の部

- 1位 佐藤 眞翔 6:03
- 2位 青木 晴斗 6:13
- 3位 中澤 煌牙 6:16
- 4位 吉田 光 6:25
- 5位 遠藤 大志 6:26
- 6位 諸山 琉生 6:28

#### 小学校5年生女子の部

- 1位 東海林優心花 6:04
- 2位 田中 千智 6:28
- 3位 比田井琶月 6:46
- 4位 井出 優奈 6:52
- 5位 井出 千陽 6:58
- 6位 伊藤 桃花 8:06

#### 小学校5年生男子の部

- 1位 藤森 大和 5:38
- 2位 金子 倅大 5:38
- 3位 伊坂 煌 5:44
- 4位 青木 陸登 5:45
- 5位 佐藤凜太郎 5:49
- 6位 北原 将道 5:57

#### 小学校6年生女子の部

- 1位 齋藤 奏絵 5:43
- 2位 酒井あいか 5:49
- 3位 橋本 春花 6:05
- 4位 井上 響 6:05
- 5位 山本 紗帆 6:07
- 6位 中澤 瑛夢 6:13

#### 小学校6年生男子の部

- 1位 加藤 大雅 5:09
- 2位 宮下 翔弥 5:19
- 3位 田下 輝稀 5:36
- 4位 吉田 充輝 5:37
- 5位 小林 碧空 5:45
- 6位 土屋 聖瑛 5:53



※小学生部門は6位までの表彰、中学生以上は、3位までの表彰となっています。

## 第11回佐久市小学生駅伝大会

11月19日駒場公園多目的広場にて第11回佐久市小学生駅伝大会が開催されました。幸い好天に恵まれ、182名の参加した小学生達も元気にいっぱい走りました。市町村対抗駅伝大会の選手選考会も兼ねて行われるこの大会は、駅伝で全国的にも有名になった佐久で小さい頃から慣れ親しんでもらいたいという試みから始まりました。と同時に、走る楽しさやチームワークと責任感の大切さを感じてもらいたいと思っています。当日は保護者や応援の方達も多数来場され、一生懸命走る子供たちに熱い応援を送っていました。そんな声援の中、出場した子供達は次の走者に一秒でも早くタスキを渡そうと必死に走っていました。

今後子供たちが楽しく走れるように配慮しながらより一層良い大会になるように続けていきたいと思えます。(陸上部)





## 佐久市ハーフマラソン大会事前ランニング教室

8月6日(日)に、10月に開催される佐久市ハーフマラソン大会に先駆けて、佐久総合運動公園陸上競技場にて事前ランニング教室が賑やかに開催されました。今年には、①ランニンググクリニック(一般向け)、②かけっこ教室(小学生とその保護者向け)、③初めてのランニンググクリニック(一般・ビギナー向け)とのコースに分け、幅広い皆さんにご参加いただける形での開催とし、3つのコースで延べ259人のお申込みをいただきました。ランニンググクリニックでは走る前の基礎知識として水分補給グクリニックを当協会事務局で、日本体育協会公認アシレティックトレーナーの平林美江



が勤め、夏場のランニングのみならず夏場の日常や様々なスポーツシーンで欠かすことのできない水分補給について解説しました。また、ランニング指導には、ランニングクラブSWACの選手である嶋原清子様、SWACコーチの大角重人様、資生堂ランニングクラブスタッフで元実業団選手の会津容子様にお越しいただき、国際舞台での活躍経験のあるトップ選手、プロコーチから直々に指導していただきました。特に小学生のかけっこ教室では、申し込みが殺到して急遽開催枠を増やすほどの盛況ぶり。400mのブルーター

タンのトラックを駆け



抜ける全カランでは、参加された小学生も保護者の方も、笑顔がはじけているのが印象的でした。

## 第27回佐久市ハーフマラソン大会

10月15日(日)に佐久総合運動公園陸上競技場を発着として、第27回佐久市ハーフマ



ラソン大会が開催されました。今年もランニングクラブSWACの選手で世界陸上・元日本代表選手の嶋原清子さん、リオ五輪・男子マラソンカボジャ代表選手の猫ひろしさんにゲストランナーとしてお越しいただき、大会を盛り上げていただきました。佐久総合運動公園からのコースになって3年目の開催で、これまでで最も多い576人の申し込みがありました。特に小学生の1.5kmの部は昨年よりも募集定員を増やしたものの、定員のお申込みを



いただきました。当日は朝からの雨模様となり、10月の冷たい雨に打たれたが、レース中は雨が弱くなったり止んだり、天気も何とかランナーの味方をしていました。あいにくの天候でしたが、新たに1つの大会新記録も生まれました。



## 第11回佐久市ブランチナ寿ママさんバレーボール大会

10月4日(水)に、佐久市総合体育館で第11回佐久市ブランチナ寿ママさんバレーボール大会が開催されました。昨年よりも2チーム多く、全参加者数も増えて249名の方にご参加いただきました。前年に参加のなかったチームも1年越しに参加されるなど、人気の大会(イベント)となっています。また、参加者の7割が市外のチームということで、市内外・県外といっ

たチーム間の交流も見られました。バレーボールの試合と共に、ホテルでのレセプションパーティもこの大会の醍醐味となっており、今年も体育館にて各チームから参加型での催しを行い、会場が盛り上がりました。



## 第13回佐久市マレットゴルフ大会

9月3日(日) 天候に恵まれ駒場公園マレットゴルフ場を会場に、103名の参加を得て、体協マレットゴルフ部の皆さんのご協力のもと、和気あいあいの雰囲気の中にも、闘志を秘めた静かな熱い戦いが行われました。  
結果は、次のとおりです。  
※同スコアの場合は、生年月日が早い者が上位

## 第13回佐久市少年少女サッカー大会

10月21日(土)に佐久総合運動公園にて第13回佐久市少年少女サッカー大会が開催されました。雨予報の当日でしたが、その天気を覆して、時々小雨は降るものの、順調に大会を開催できました。小



学4~6年生の男女307名が参加し、男子はトーナメント戦、女子は総当たり戦を行いました。女子のみのチーム編成は難しく6年生のみでしたが、男子のチームに混ざってプレーする女子選手の活躍も目立ちました。各学年の結果は、以下のとおりです。

- 男子の部**  
**6年男子の部**  
 優勝 チームNOZAWA (野沢小学校)  
 準優勝 N・B・15 (中込小学校)  
 第3位 新中佐都ファイターズ (中佐都小学校)  
 第3位 ラスカルファイナル (岸野小学校)

- 5年男子の部**  
 優勝 東サッカーズ (東小学校)  
 準優勝 城山ダイコンズ (佐久城山小学校)  
 第3位 浅間ビクトリー (佐久平浅間小学校)  
 第3位 カップーズ2 (野沢小学校)
- 4年男子の部**  
 優勝 中込サッカージュニア (中込小学校)  
 準優勝 中佐都イレブン (中佐都小学校)  
 第3位 最強イレブン (東小学校)  
 第3位 岸野レッズ (岸野小学校)

- 女子の部**  
**6年女子の部**  
 優勝 高瀬つ子ガールズ絆 (高瀬小学校)・・・6年  
 準優勝 野沢スーパーガールズ (野沢小学校)・・・6年  
 第3位 THE・泉 (泉小学校)・・・6年



### ◎女性の部

	氏名	スコア	地区
優勝	小林たみ子	115	岩村田
準優勝	依田すみ子	117	湯原
第3位	樫山千代子	119	桜井
第4位	大井 春枝	122	三塚
第5位	曾根志津江	122	常田
第6位	大野 康子	123	岩村田

### ◎男性の部

	氏名	スコア	地区
優勝	山崎 真弘	109	中込
準優勝	矢崎 銃後	111	新子田
第3位	小林 静夫	116	塚原
第4位	黒澤 正弘	116	三分
第5位	柿園 進	116	塚原
第6位	菊池袈裟平	117	岩村田

# 加盟団体主催大会

## 浅科地区のグラウンドゴルフの大会

平成30年2月1日第119回浅科グラウンドゴルフの月例競技会が行われました。参加人員は30名です。(登録会員は51名)当G・G部会は平成14年協会として設立(当時は浅科村)以後毎年年間スケジュールを立て皆で仲良く、楽しくプレーをしています。



地区大会(旧村長杯)、支部長杯大会も回数を重ねて12回になりました。春からはグラウンドで冬場は屋内体育館で月に2回行っています。参加資格は年齢、男女は問いません。どなたでも参加できます。「登録は必要です」試合は4ゲーム(1ゲームは8ホール)でトータル数で少ない人が優勝です。ホール



## 第四十六回白田地区バレーボール大会

爽やかな汗、そしてふれあいをテーマとして十一月五日(日)白田体育センターにおいて第四十六回白田地区バレーボール大会が開催されました。この大会は白田地区ママさんバレーボール連盟が主管し、九人制ルールで女性六人と後衛に三十五歳以上の男子が三人出場し、男子にはアンダーサーブとアタック禁止の制限がされた特別ルールがあります。地域公民館から十二チームが参加しA・B二ブロックで各チ

ームが二試合をおこなう変則リーグで勝敗を競いました。思うように足の出ない男子選手には女子選手や応援から厳しい叱咤(しつた)・激励が飛び、ファインプレーがあるとチーム全体から拍手が送られ、和やかな大会となりました。(白田支部)



**各ブロックの成績**  
Aブロック  
優勝 清川  
準優勝 北川  
三位 三反田

**Bブロック**  
優勝 三分  
準優勝 美里  
三位 入澤

インワン賞もあります。今回の例会の成績は、一位小林正重さんスコア59ホールインワン4ケ、2位重田喜行さん60/H4ケ、3位寺尾登志子さん61/H4ケ。試合中も皆和やかに楽しんでいきます。スポーツとしての楽しみと同時に人との交流を生み出す、健康長寿の延伸につながる、明るく豊かな生活を送る上で良いスポーツです。  
平成30年3月3日  
浅科グラウンドゴルフ部会  
事務局 金箱幸敏  
TEL/FAX58・0345  
携帯090・5763・7045

**各ブロックの成績**  
Aブロック  
優勝 三反田・下越団地  
準優勝 入沢上



## 第四十回白田地区ソフトボール大会

晴天の九月十一日(日)白田地区ソフトボール大会が白田総合運動公園ほか二会場で開催されました。

**Bブロック**  
優勝 住吉  
準優勝 下小田切  
**Cブロック**  
優勝 伊勢町  
準優勝 上小田切西  
**Dブロック**  
優勝 北川A  
準優勝 入沢下  
**Eブロック**  
優勝 中小田切  
準優勝 上中込  
**Fブロック**  
優勝 三条  
準優勝 新田南





# 加盟団体の活動成績

## 県大会以上の成績

### レスリング部

- 第12回全日本女子オープンレスリング選手権大会  
平成29年9月23日(土) 静岡県三島市民体育館  
小学生の部5.6年 28kg級 井上 いまり(岩村田小学校5年) 3位
- 第31回壬生町青少年健全育成レスリング大会  
平成29年10月29日(日) 栃木県立壬生高等学校  
女子小学5.6年 34kg級 井上 いまり(岩村田小学校4年) 準優勝  
男子小学5.6年 34kg級 関 直人(佐久平浅間小学校5年) 準優勝  
男子小学5.6年 38kg級 依田 晴樹(高瀬小学校5年) 準優勝
- 第18回北信越青少年レスリング選手権大会  
平成29年11月5日(日) 長野県上田市城址公園体育館  
小学1~2年 20kg級 依田 尚樹(高瀬小学校1年) 優勝  
小学3~4年男子 28kg級 依田 朋樹(高瀬小学校3年) 優勝  
小学5~6年男子 36kg級 依田 晴樹(高瀬小学校5年) 優勝  
幼年の部 21kg級 大川 勢五(佐久幼稚園年長) 準優勝  
小学5~6年男子 34kg級 関 直人(佐久平浅間小学校5年) 準優勝  
中学男子 32~38kg級 井上 雄星(浅間中学校1年) 準優勝  
小学1~2年 24kg級 大川 高輝(佐久平浅間小学校1年) 3位  
小学1~2年 +32kg級 石井 源士(高瀬小学校2年) 3位  
小学3~4年女子 軽量級 浅川 凜(高瀬小学校3年) 3位  
小学3~4年男子 36kg級 菊原 龍輝(岩村田小学校3年) 3位  
中学男子 53kg級 白鳥 夏希(浅科中学校2年) 3位
- 第23回千代田町近接青少年レスリング大会  
平成29年12月2日(土) 群馬県千代田町立総合体育館  
小学1~2年 21kg級 依田 尚樹(高瀬小学校1年) 準優勝  
小学5~6年女子 30kg級 井上 いまり(岩村田小学校5年) 3位  
中学男子 38kg級 井上 雄星(浅間中学校1年) 3位

### 空手部

- 10月1日 第18回長野県ジュニア空手道選手権大会  
(大町市総合体育館 長野県空手道連盟主催)  
中学2年男子形の部 山口 由真(軽井沢中) 3位  
中学2年男子組手の部 山口 由真(軽井沢中) 4位  
中学1年男子形の部 加藤 大誠(浅間中) 優勝  
中学1年女子形の部 小林 来凪(浅間中) 優勝  
小学6年女子形の部 望月 利咲(芦原中) 3位  
小学6年女子組手の部 小林 凜珠(岩村田小) 3位  
小学5年女子形の部 小林 凜珠(岩村田小) 3位  
小学5年女子組手の部 加藤 步乃(泉小) 3位  
小学2年女子形の部 松嶋 未来(佐久穂小) 優勝  
小学2年女子組手の部 柳澤 瑠衣(田口小) 準優勝  
小学2年女子組手の部 柳澤 瑠衣(田口小) 4位  
以上の3位までの選手は北信越小中空手道選手権大会への出場権を得る。  
中学生3位までの選手は全国中学生選抜空手道選手権へ出場決定。
- 10月15日 北信越小中空手道選手権大会  
(加賀市スポーツセンター 全日本空手道連盟北信越協議会主催)  
中学1年男子形の部 加藤 大誠(浅間中) 準優勝  
中学1年女子形の部 小林 来凪(浅間中) 3位  
小学6年女子組手の部 小林 凜珠(岩村田小) 準優勝  
小学5年女子組手の部 松嶋 未来(佐久穂小) 優勝
- 11月12日 北信越地区空手道選手権大会  
(小松市末広体育館 日本空手協会北信越地区本部主催)  
中学3年男子形の部 小林 理央(浅間中) 3位  
中学2年男子形の部 山口 由真(軽井沢中) ベスト8  
中学1年男子形の部 加藤 大誠(浅間中) 優勝  
中学1年男子組手の部 羽毛田悠輝(東中) 3位  
市川 颯雅(白田中) 4位  
加藤 大誠(浅間中) ベスト8  
小学1年女子形の部 小林 来凪(浅間中) ベスト8  
望月 利咲(芦原中) ベスト8  
小学6年女子形の部 小林 凜珠(岩村田小) 敢闘賞(4位)  
小学6年女子組手の部 小林 凜珠(岩村田小) 優勝  
小学5年女子形の部 松嶋 未来(佐久穂小) ベスト8  
小学5年女子組手の部 松嶋 未来(佐久穂小) 準優勝  
小学4年男子形の部 柳澤 琉清(田口小) ベスト8  
小学3年男子組手の部 菊地 康介(岩村田小) ベスト8

伝統あるこの大会も三十回を迎えることになりました。「駒道」の名前は伝説の「望月の駒」に由来し、馬が駆け巡ったとされる地域を夜九時に望月総合体育館をスタートして翌朝までにゴールするという大変過酷な大会に始まりました。その後、交通量の増加などの諸事情により距離やコース、スタート時間などを変更して三十回を数える大会として実施しています。

## 第三十回「望月駒道」強歩大会「開催



- 【大会踏破者内訳】  
〔Aコース・二十四km〕 61名  
〔男40名・女21名〕  
〔Bコース・十四km〕 47名  
〔男27名・女20名〕  
〔Cコース・5km〕 42名  
〔男13名・女29名〕

折返しとする二十四キロメートル。Bコースは抜井公民館を折返しとする十四キロメートル。Cコースは望月中学校を折返しとする五キロメートルの3つのコースを設定しています。参加者の皆さんは大会の目的である「自己の体力の向上と、健康の保持を図る」に沿って、順位やタイムを競うことなくそれぞれのコースを選択して参加しました。参加者数は近年では最多の153名が参加し、150名が踏破しました。(望月支部)

# スポーツ少年団活動状況

## 佐久市スポーツ少年団指導者講習会開催

平成30年2月3日(土)、佐久広域連合消防本部3階講堂にて、平成29年度の佐久市スポーツ少年団指導者講習会

が開催されました。今回の指導者講習会は、1988年のソウル五輪から過去6回のオリンピックにて栄



養サポートに従事した(株)明治の

青山晴子様にも『成長期のスポーツ選手

の栄養と食事』と題して講演を行

っていただきました。佐久市内ス

ポーツ少年団の指導者や保護者、延べ

73名が参加し、トップアスリートからジュニア世代まで、

長年幅広く指導を行ってきた青山様の経験豊富な

お話には、一語一句聞き逃さないように聞き入っている様子でした。特に、現在のスポーツ界で活躍する野球選手やサッカー選手の、

育成年代(高校生以下)での具体的な食量や写真をもとにしたお話は、参加者からもため息が漏れるほどでした。

講習会終了後のアンケートでは、「栄養バランスを整えるのは難しいと思っていたが帰りに〇〇を買って帰ります」、

「具体的な方法を知

られて明日からに活かそうです」など、さっそく活用するといった意欲的な感想も多く見られました。



## 編集後記

関係各位の皆様方の協力とご理解によりまして、第二十三号の機関誌を発行することができましたことを心よりお礼申し上げます。

本年度も各競技部の皆さんの協力により、市民の体力と健康増進の為にできましたことを厚くお礼申し上げます。特に県大会、全国大会等の出場報告があり、関係する皆様方のご尽力に感謝いたします。連日熱戦が続いておりました平昌冬季五輪も終わりました。

日頃(特非)佐久市体育協会にご支援ご協力いただいている賛助会員の皆様方に感謝とお礼を申し上げます。

これからも(特非)佐久市体育協会として、佐久市のスポーツ振興の核として、市民のスポーツ充実に努力をしていく所存ですので、ご協力の程よろしくお願い致します。

編集委員長 丸山俊雄

