

スポーツさく

No.39
CONTENTS

佐久市スポーツ協会機関誌 No.39

- 発行/特定非営利活動法人 佐久市スポーツ協会 会長 伊坂倉一
- 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/令和8年3月10日 ●印刷所/㈱ダンバラ印刷

- 佐久市望月駒道強歩大会 …… 1
- 静岡市-佐久市親善スポーツ交流会 …… 2
- 佐久平ハーフマラソン大会 …… 2
- 加盟団体主催大会開催 …… 3
- サッカースポーツ少年団他 …… 4
- 信州やまなみ国スポ競技会 …… 5
- 加盟団体主催大会開催 …… 6
- ソフトバレーボール連盟紹介 …… 6
- 塚原直貴さん佐久市で本格始動 7
- 県大会以上の成績 …… 7
- スポーツ少年団活動 編集後記 …… 8

第38回佐久市望月駒道強歩大会



令和7年9月14日(日)「第38回佐久市望月駒道強歩大会」が開催され、朝8時に望月総合体育館をスタートしました。

コースは5km・14km・24kmの3コースで行いました。

当日の朝は雨で天候が心配されましたが、前年よりも34名多い215名が参加し、211名が踏破することが出来ました。

大会運営にご協力いただいた皆様へ、心より感謝申し上げます。

スポーツくじ



「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

静岡市・佐久市親善スポーツ交流大会

令和7年9月20日（土）、21日（日）に佐久市にて令和7年度佐久市・静岡市親善スポーツ交流大会が開催され、試合などを通して静岡市の方々と交流を深めました。



参加チーム

●佐久市

ママさんバレーボール：4チーム
 （取出・スマイル・佐久東・長土呂）
 少年野球：1チーム（野沢浅間キングス）
 壮年ソフトボール：1チーム（横和白山）

●静岡市

ママさんバレーボール：2チーム（船越・興津）
 少年野球：1チーム（清水ファイターズ）
 壮年ソフトボール：1チーム（清水九十九クラブ）



試合結果

●ママさんバレーボール

優勝 船越（静岡）
 準優勝 取出（佐久）

●少年野球の部

優勝 野沢浅間キングス（佐久）
 準優勝 清水ファイターズ（静岡）

●壮年ソフトボール

優勝 清水九十九クラブ（静岡）
 準優勝 横和白山（佐久）

佐久平

ハーフマラソン大会

10月19日佐久市民交流広場をスタート地点として佐久平ハーフマラソン大会が開催されました。ハーフマラソンの部には2800人強がエントリーし、すべての部合計で約4100人が秋の佐久路を走りました。ゲストに佐久長聖高校駅伝部監督の高見沢勝さんOBの佐藤悠基さんたちを迎え華やかに行われました。当日は寒かったのですが、完走率98%越えで皆さん頑張っていました。今後も皆が参加したくなるような魅力ある大会を目指していきたいです。



加盟団体の主管大会開催

第19回 佐久市小学生駅伝大会

11月9日(日)、佐久総合運動公園クロスカントリーコースにて「第19回佐久市小学生駅伝大会兼第21回長野県市町村対抗小学生駅伝佐久市代表選手選考会」が開催されました。朝からあいにくの天気となりましたが、

23チーム61名が雨の中元気に走りまわりました。この大会は市町村対抗駅伝大会の選手選考も兼ねて行われており、個人の記録をもとに、今年度は男子8名、女子6名が選出されました。



①新佐久市誕生20周年 第21回 佐久市壮年ソフトボール大会

第21回佐久市壮年ソフトボール大会は46チームが参加しました。各ブロックに分かれ、5月18日開幕戦からリーグ戦を経て、8月22日の決勝までの長丁場の大会です。

決勝戦では優勝を目指す各チームによる好プレーが多く見られました。

人数がぎりぎりのチームも多くありますので、興味ある方はぜひ、参加してみたいかがですか？



第21回 佐久市小学生 ドッジボール大会

令和7年11月22(土)に男子18チーム(6年3チーム、5年4チーム、4年5チーム、3年6チーム)総勢184名の参加を得て佐久市総合体育館で開催しました。また、チーム帯同運営員18名の皆さんには、スムーズな競技運営にご尽力をいただきました。



佐久市サッカースポーツ少年団 県大会、リーグ戦優勝! アンダー11北信越大会へ!



ENJOY FOOTBALL!!をスローガンに、1984年より活動している佐久市サッカースポーツ少年団です。未就学児から6年生まで約100人ほどでサッカー楽しくやっています。2025年度は長野県サッカー協会主催の大きな3つの大会のうち、長野県リーグU12と長野県U11サッカー選手権大会の二つのタイトルを取ることができました。みんなで勝利を目指して本気でサッカーに取り組むことが、楽しいサッカーに繋がると考えて毎日トレーニングしています。3月には5年生が北信越大会に参加する予定です。随時団員を募集していますのでサッカーやってみてほしいお子さんがいましたら、ぜひ佐久市SSSのホームページにアクセスしてみてください。



<https://sakushisss.com/>



長野県 U12選手権大会

2026年1月18日、長野県U12選手権大会で優勝し全国大会出場が決まりました。

創立6年5ヶ月、部員4人の初心者からゼロで始まったボノスが、多くの壁を越えてここまで来られました。全国の皆様の応援、支え続けてくださった保護者、最後までやり抜いた選手、信じ続けたコーチ陣のおかげです。三位一体で掴んだ優勝に感謝し、誇りを胸に全国でもボノスらしく挑みます。

監督 神津 真里奈

全日本代表選手が 佐久で指導

2月15日に2023年全日本空手道選手権大会優勝、2025年3位の永井カンナ選手による組手練習会が県立武道館で行われた。

佐久市空手協会 佐久ジュニアカラテクラブと県下友好団体の少年少女選手達100名が、永井選手から世界の空手技術とその基となる基礎の指導をみっちり受け、楽しく厳しく戸惑いながらも各々が憧れも含め目を輝かせながら受講していた。

選手各自が次の大会に向けてしっかり目標を持って稽古に向き合える素晴らしい練習会であった。



空手:組手の練習風景



ミニバス:佐久ボノスMSS

行こう。それぞれの頂へ。



信州やまなみ国スポ・全障スポ

第82回国民スポーツ大会・第27回全国障害者スポーツ大会

令和10年(2028年)
「信州やまなみ国スポ・全障スポ」長野県で開催!

長野県では令和10年(2028年)に第82回国民スポーツ大会「信州やまなみ国スポ」・第27回全国障害者スポーツ大会「信州やまなみ全障スポ」が開催され、佐久市は両大会で合計7競技を開催します。1978年に長野県で行われた「やまびこ国体」から50年、1998年の長野冬季オリンピックから30年、国内最大のスポーツの祭典が開催されます!

第82回国民スポーツ大会「信州やまなみ国スポ」の佐久市開催競技

正式競技

競技名	種別	競技会場	競技日数	競技日程
空手道	全種別	長野県立武道館	3	10月2日(月曜)~10月4日(水曜)
柔道	女子	長野県立武道館	2	10月8日(日曜)~10月9日(月曜)
	成年男子		1	10月9日(月曜)
	少年男子		1	10月10日(火曜)
アーチェリー	全種別	佐久総合運動公園陸上競技場	3	10月1日(日曜)~10月3日(火曜)
軟式野球	成年男子	佐久総合運動公園野球場	1	10月7日(土曜)

※軟式野球は佐久市、松本市、上田市、諏訪市、茅野市の5市共催で、10月7日(土曜)から10月10日(火曜)の合計4日間うち、佐久市では10月7日(土曜)が競技日となります。

公開競技

競技名	種別	競技会場	競技日数	競技日程
武術太極拳	全種別	長野県立武道館	2	8月26日(土曜)~8月27日(日曜)

デモンストレーションスポーツ

競技名	競技会場	競技日数	競技日程
少林寺拳法	長野県立武道館	調整中	調整中

第27回全国障害者スポーツ大会「信州やまなみ全障スポ」の佐久市開催競技

正式競技

競技名	種別	競技会場	競技日数	競技日程
アーチェリー	身体障がい	佐久総合運動公園陸上競技場	調整中	調整中

●国民スポーツ大会とは

国民スポーツ大会は、広く国民の間にスポーツを普及し、スポーツ精神を高揚して国民の健康増進と体力向上を図り、併せて地方スポーツの推進と地方文化の発展に寄与するとともに、国民生活を明るく豊かにすることを目的として開催される国内最大のスポーツの祭典です。

なお、令和5年(2023年)鹿児島県の特別大会まで「国民体育大会」の名称で開催され、令和6年(2024年)佐賀県で開催された第78回大会以降、「国民スポーツ大会(略称:国スポ)」に名称が変更されています。

国民スポーツ大会の開催時期 **11日間**

本大会: 令和10年10月1日(日曜)から10月11日(水曜)

●全国障害者スポーツ大会とは

障がいのある選手が、競技等を通じてスポーツの楽しさを体験するとともに、国民の障がいに対する理解を深め、障がいのある方の社会参加の推進に寄与することを目的として開催されるスポーツの祭典です。

全国障害者スポーツ大会の開催時期 **3日間**
大会: 令和10年10月21日(土曜)から10月23日(月曜)

※競技会会期は、今後決定。



加盟団体の主管大会開催

祝新佐久市誕生20周年

第20回

佐久市マレットゴルフ大会

第20回佐久市マレットゴルフ大会は9月9日(火)に駒場公園マレットゴルフ場で開催し、昨年よりも21名多い88名の参加者がプレーしました。
同じグループで回る仲間との交流を楽しみ、表彰式まで喜怒哀楽に満ちた大会となりました。



祝新佐久市誕生20周年

第20回

佐久市寿ゲートボール大会

9月17日(水)に浅科多目的屋内運動場にて開催され、市内8チーム、41名が参加しました。結果は次の通りです。



試合結果

優勝 北口
準優勝 上塚原
第3位 高呂



第16回佐久市プラチナ寿ママさんバレーボール大会

10月8日(水)、佐久市総合体育館にて開催されました。佐久市内より8チーム、県内より7チーム、そして県外より8チームの計23チーム(258名)と大変多くの方にご参加いただきました。大会後、ホテルでは恒例のレセプションパーティーが行われ、交流を深めました。参加者による余興や抽選会により、今年も楽しく大盛り上がりでのイベントとなりました。



佐久平ソフトバレーボール連盟の紹介

1990年4月の『日本ソフトバレーボール連盟』発足に先駆け、同年2月に『佐久平ソフトバレーボール連盟』を設立しました。“生涯スポーツ”の一つですが、知られていない事も多々あるので、バレーボールとの大きな違いを簡単にお伝えしたいと思います。

- ①使用するコートがバドミントンのコートである。
- ②プレーする人数が4人である。
- ③ボールがゴム製で一般的なバレーボールより柔らかく、円周が12CMほど大きい、という事です。

大小様々な大会が、全国各地で毎週のように開催されています。多くは年代別で、スピードや威力のある競技性の強い大会です。当連盟主催の大会では、幅広い年代が一緒に楽しめるように、4人の合計年齢で部門を分け、大会の機会が無い練習中心のチームの為にレクレーション部門を作り、試合の面白さや練習に目標を持って貰うような取り組みをしています。



公式LINE



お問い合わせは公式LINEまでお願いします。(担当/塚原)

練習ではサーキットトレーニングやリズム練習などを取り入れ、スピード・パワー・持久力を総合的に高める内容が特徴だ。「速くなることはもちろん、挑戦し続ける心を育てたい」と塚原は語る。競技力向上と人間的成長の両立を目指し、現在クラブでは新規生徒を募集している。

佐久市を拠点に、新たな陸上クラブ「NAOKI TSUKAHARA AC」が始動した。指導を行うのは、オリンピックのリレー種目で世界を舞台に戦ってきた塚原直貴。クラブには小学生から中高生までが参加し、走る基礎となる身体の使い方や姿勢、フォームづくりを重視した指導が行われている。



オリンピック
メダリスト
塚原直貴さん
佐久市で本格始動



県大会以上の成績

空手部

- 9月14日 第26回長野県ジュニア空手道選手権大会(長野県立武道館)

小学3年女子組手の部	佐藤帆夏(中佐都小)	準優勝
小学4年男子形の部	鎌田大輝(美南ヶ丘)	準優勝
女子形の部	吉田 蘭(野沢小)	準優勝
小学5年男子形の部	依田健成(佐久平浅間小)	3位
女子形の部	上原澄珠(野沢小)	準優勝
組手の部	上原澄珠(野沢小)	優勝
	岩下奈月(泉小)	準優勝
小学6年女子組手の部	森住莉子(泉小)	4位
中学1年男子形の部	上原 龍(野沢中)	3位
	吉田 源(野沢中)	4位
女子形の部	宮田夏帆(東中)	4位

上記3位までの選手は、10月福井県立武道館での北信越小中空手道選手権大会の出場権を得た。
中学生4位までの選手は、3月の京都府開催全中選抜大会の出場権を得た。
- 10月19日 第20回北信越小中学生空手道選手権大会(福井県立武道館)(北信越空手道連盟主催)

小学4年男子形の部	鎌田大輝(美南ヶ丘小)	準優勝
小学4年女子組手の部	上原澄珠(野沢小)	優勝
	岩下奈月(野沢小)	4位
中学1年男子形の部	上原 龍(野沢中)	優勝

上記小学生選手は、全日本少年少女空手道選抜大会の出場権を得た。
- 11月2日 第36回北信越地区空手道選手権大会(佐久市長野県立武道館)(日本空手協会北信越地区本部主催)

一般女子形の部	山浦恵美子(スポ協空手部)	優勝
	望月俊子(スポ協空手部)	3位
組手の部	小林凜珠(スポ協空手部駒大)	優勝
高校男子形の部	柳澤琉清(野沢北)	準優勝
中学3年女子形の部	松川明来(東中)	4位
中学2年男子形の部	佐々木心虎(臼田中)	準優勝
中学1年男子形の部	上原 龍(野沢中)	優勝
組手の部	上原 龍(野沢中)	優勝
小学5年男子形の部	依田健成(佐久平浅間小)	4位
小学5年女子形の部	上原澄珠(野沢小)	優勝
組手の部	上原澄珠(野沢小)	準優勝
小学4年男子形の部	鎌田大輝(美南ヶ丘小)	3位
小学4年女子形の部	吉田 蘭(野沢小)	準優勝
組手の部	吉田 蘭(野沢小)	優勝
- 11月15日 第24回全国塾錬者空手道選手権大会(東京都文京区センター)

50歳女子形の部	山浦恵美子(スポ協空手部)	準優勝
女子団体の部メンバー	山浦恵美子(スポ協空手部)	優勝

レスリング部

- 令和7年8月30日(土)~31日(日) 第1回 藤波朱理杯 三重県少年少女レスリング大会(三重県四日市市総合体育館)

中学生男子	50kg級 依田 尚樹(浅間中学校3年)	優勝
-------	----------------------	----
- 令和7年10月5日(日) 第36回 壬生町青少年健全育成レスリング大会(栃木県壬生町総合運動場体育館)

女子3.4年の部	内藤向日葵(城山小学校4年)	優勝
5.6年の部	34kg級 瀧沢 隆太(佐久平浅間小学校5年)	優勝

- 令和7年11月8日(土)~9日(日) 第24回 北信越少年少女 第20回 北信越中学生レスリング選手権大会(福井県坂井市春江体育館)

小学1~2年	28kg級 内藤 嬉花(城山小学校2年)	優勝
小学4年女子	26kg級 内藤向日葵(城山小学校4年)	優勝
中学生男子	53kg級 依田 尚樹(浅間中学校3年)	優勝
小学5年男子	36kg級 瀧沢 隆太(佐久平浅間小学校5年)	3位
中学生男子	59kg級 瀧沢 矜太(浅間中学校2年)	3位
- 令和7年12月6日(土)~12月7日(日) 令和7年度 第16回 東京都知事杯 全国中学選抜U15レスリング選手権大会(東京都 駒沢オリンピック公園 総合運動場屋内球技場)

男子	48kg級 依田 尚樹(浅間中学校3年)	準優勝
----	----------------------	-----
- 令和7年12月26日(金) 2026年 U15レスリングアジア選手権大会日本代表選考会(東海・北信越ブロック予選会(静岡県 焼津市総合体育館(シーガルドーム)))

U15 フリースタイル 57kg級	瀧沢 矜太(浅間中学校2年)	準優勝
-------------------	----------------	-----

※令和8年3月21日(土)に東京都立川市ドーム立川立飛で行われる代表選考会に出場する。

陸上部

- 全国高等学校陸上競技選手権大会

甘利 佑馬(野沢北高校2年)	八種競技27位
----------------	---------
- 高校生北信越新人大会

男子 橋詰 蓮平(佐久長聖高校2年)	110mH 優勝
須田 岳琉(佐久長聖高校2年)	4×100mリレー 7位(第1走者)
女子 横山 心(佐久長聖高校2年)	三段跳 3位
- 北信越中学校陸上競技大会

男子 長峰 和真(浅間中学校3年)	四種競技 優勝
佐藤 秀瑚(軽井沢A&AC(野沢中学校2年))	第6位
荻原 諒一(浅間中学校3年)	800m 第9位
池田 凌空(佐久東中学校3年)	400m 予選8位
堀込 慧(軽井沢A&AC(野沢中学校2年))	100mH 予選6位
木内 奏多(軽井沢A&AC(野沢中学校3年))	100m 予選6位
女子 碓氷 桐榎(野沢中学校3年)	走高跳 第8位
中嶋 優佳(軽井沢A&AC(野沢中学校3年))	110mH 優勝
中嶋 優佳(軽井沢A&AC(野沢中学校3年))	4×100mリレー 第3位
- 全国中学生陸上選手権大会

男子 長峰 和真(浅間中学校3年)	四種競技 第4位
女子 中嶋 優佳(軽井沢A&AC(野沢中学校3年))	110mH
- 全国小学生陸上競技交流大会

男子 茂原 玄慧(佐久城山小学校6年)	コンバインドA 26位
---------------------	-------------

グラウンドゴルフ部

- 令和7年度 2025信州ねりんピック交流大会

男子 優勝 原 収(浅科)
女子 第2位 小泉 永子(浅科)
最高年齢賞 大森 キヨエ(94歳)(望月)

これからももっと、
私はスポーツを楽しむんだ。

卓球歴24年。バスケ歴1日。

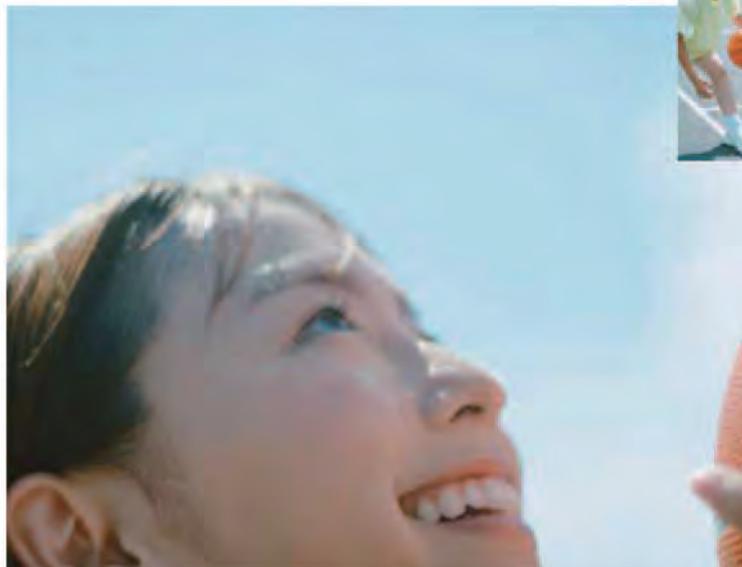
卓球の200倍もの重さがあるボールは、
なかなか言うことを聞いてくれない。

それでも、体を動かすだけで気持ちがいい。

初対面でもあっという間に仲間になれる。

競技人生での楽しさとは違う、

スポーツの楽しさに出会えた。



スポーツを極める人も、楽しむ人も、
すべての人のために、
スポーツくじの収益は使われています。



スポーツくじは、スポーツと人を育てる仕組み。

19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。私炭金も受け取れません。運営・販売：独立行政法人日本スポーツ振興センター

スポーツ少年団活動

佐久市スポーツ少年団指導者講習会

1月25日(日)佐久
広域連合消防本部にて
佐久市スポーツ少年団
指導者講習会が開催さ
れました。講師として
株式会社明治の管理栄
養士、片岡永恭氏をお
招きし『ジュニアアス
リートの栄養』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
や保護者など約40名が
参加し、お話を熱心に
聞き入りました。
参加者からは「日々
の食事を見直す大変良
いきっかけとなりました」
「捕食やちよい足しな

どすぐに実践できそう
な具体例を教えていた
だいたので早速やって
みます！」
などの感想を寄せてい
ただきました。講師の
先生、参加していただ
いた皆さん、ありがと
うございました。



編集後記

今号発刊にあたり
日頃より当協会にご
支援を賜り感謝申し
上げます。

この編集集中冬季オ
リンピック開催中で
連日熱戦が繰り広げ
られています。一生
懸命に挑む選手を見
ていると只々リスパ
クトしかありません。
将来、この佐久から
も再びオリンピックア
ンが生まれることを願
い、協会活動を引き
続き頑張ってください
たいと思います。ど
うぞよろしく願い
致します。