

ウ イ ン グ

WING

地元選手の活躍は、私たちに明るい話題と活力を与えてくれます。「ウイング」は本協会の活動内容をお知らせするとともに、初心者からトップアスリートまで幅広いニーズに応じた魅力あるスポーツ情報を提供します。

明日に向かって アスリートインタビュー

市アーチェリー協会

広島県立広島工業高等学校 アーチェリー部



第58号

～ 目 次 ～

P2、3・・・

第15回広島市スポーツ・
レクリエーションフェスティバル情報

P4・・・

「明日に向かって」市アーチェリー協会
[広島県立広島工業高等学校](#)
[アーチェリー部](#)

P5・・・

元気DEスポーツ
南区スポーツセンター出島屋内プールの巻
石田 禎久さん

P6・・・

「この道ひとすじ」
市弓道連盟
会長 横山 博司

P7・・・

特別会員を訪ねて(2社)
* (株)ヒロエー
* (株)弁当センター

P8・・・

スポーツ少年団情報コーナー

P9・・・

スポーツ少年団をたずねて
* 江波ジュニアソフトテニス
スポーツ少年団
* 梅林スポーツ少年団

P10・・・

スポーツと食事
「疲労回復のための食事テクニック!!」

P11・・・

スポーツイベントボランティア日記

P12、13・・・

スポーツ施設紹介
「広島広域公園」

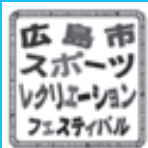
P14、15・・・

トップス広島情報コーナー
「湧永製菓ハンドボール部」

P16・・・

フラッシュニュース
* 市スポーツ協会 古矢 智子
「第26回全日本武術太極拳選手権大会
伝統射撃部門伝統拳術C女子の部で優勝」
* トップス広島が設立10年目を迎え、
記念祝賀会を開催!!
* サンフレッチェ広島 試合日程等

2009. 9. 30発行



第15回広島市スポーツ・レクリエーションフェスティバル

広島広域公園など11会場で 10月11日(日)開催

アジア競技大会広島（1994 年）を記念して始まった「広島市スポーツ・レクリエーションフェスティバル」は、今年で15回目を迎え、広島市内で行われる最大のスポーツイベントとして、市民のみなさんに愛され、親しまれています。今回のフェスティバルも、各種競技種目のほか、「さわやかスポーツデー！すこやかエコデー」をテーマに「ふれあい広場」で催しを開きます。ステージイベントやエコ・リサイクルマーケットなど内容も充実しています。みなさんのお越しをお待ちしています。

お友達、ご家族をはじめ、みなさんの参加を待っています！

実施される種目は、「区対抗種目」、「一般公募種目」、「自由参加種目」に大別されます。「区対抗種目」は、広島市学区体育団体各区連合会から推薦されたチームによって覇を競います。

運動会種目もあり、それぞれの種目の成績によって市内8区の中から総合優勝を決定します。

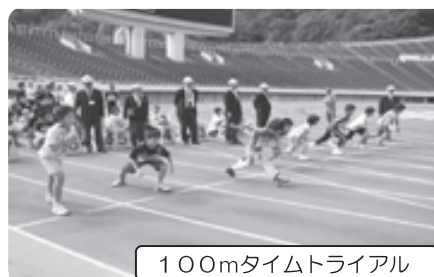
「一般公募種目」は、小学生から高齢者まで幅広い年齢層の参加者が、それぞれの種目で交流し、スポーツ愛好者の輪を広げていくことを目的としています。

ぜひお友達、ご家族そろってお越しください。

（開催時間：午前9時～午後4時）

当日参加できる「自由参加種目」は、次表のとおりです。

ぜひ、みなさんご参加ください。



100mタイムトライアル

当日参加できる種目はこちら。気軽にご参加ください！

会場：広島広域公園（広島ビッグアーチ）

（安佐南区大塚西五丁目1-1）

種 目・内 容	対 象	定 員	予定時間	一 口 メ モ
50mかけっこ	3歳以上	800人 注※	12:50～13:50	ビッグアーチを走って大感激！ 記録証をお渡しします。
100mタイムトライアル	小学生以上	300人 注※	14:30～15:00	
玉入れ大会	自由参加	なし	11:50～12:00 15:10～15:20	各区に分かれて大ハッスル！
大ジャンケン大会	自由参加	なし	15:20～15:30	豪華賞品をゲットしよう！
ウォークラリー	家族・グループ (2～6人以内)	午前:80組 午後:100組 注※	9:15～12:00 13:15～16:00	ゲームやクイズをしながら ウォーキング！
ニュースポーツ体験	自由参加	なし	10:00～16:00	スタッフが親切に指導します。 スタンプラリーに参加して、 お楽しみ抽選にチャレンジ！
伝承あそびコーナー	自由参加	なし	10:00～16:00	お手玉やけん玉など昔から伝え られてきた遊びにチャレンジ！
新体力テスト	6歳以上	なし	10:00～12:00 13:00～15:00	あなたの体力年齢は？

※ 定員のある種目は、定員になり次第、締め切ります。

笑顔いっぱい！みんなのふれあい広場！

さわやかスポーツデー！すこやかエコデー！

午前10時
～
午後4時



今年度の「ふれあい広場」は、より心とむ！より居心地のよい！
笑顔いっぱいの広場へとさらにパワーアップしました！！
そして、今年も「やさしい地球環境づくり」を目指したエコ活動を取り入れ、各種のイベントを実施します。
スポーツをする人は、もちろん！スポーツをしない人も楽しめるイベントたくさん用意していますので、みなさ～ん、参加してくださいね！

ステージの主な 出演者の紹介



LOVERIN TAMBURIN
(ラブリン タムブルイン)
広島東洋カープ新球場応援
テーマソング「∞ファイター」
やtssフライダル情報センター
CM「Don't touch me」を歌
う広島出身のロックバンド



山陽高校和太鼓部
創立百年を越える伝統校である山陽高校
で創立12周年を迎えた和太鼓部。その演奏
活動は市内イベントから海外へと活躍の場
が広がっています。



波田 健一 (ハタ ケイチ)
tssの気象予報士として、また、N
PO法人気象キャスターネットワークの
会員として小・中学校で地球温暖化をは
じめとする環境問題に関する出前授業を
するなど活躍中！



トップス広島
トップススポーツクラブが競技種目の枠
を越え連携して行動することにより、市民
にスポーツの素晴らしさや楽しさを伝え、
夢と潤いのある「スポーツ王国ひろしま」
の実現と地域の活性化に貢献することを目
指し、9つのクラブが所属しています。

その他のコーナー

ザ・ぱんぷきんず
フォークソング世代のメンバーが、環境問題
を身近に考えていただくため、ストーリー仕立
のうたとお話で分かりやすく実演します。

その他の出演者
反田哲顕（マジック）、山門弘幸（歌）
広島環境サポーターネットワーク（工作）
古矢智子（太極拳）ほか

◎グルメ部門

ふるさと産品、弁当、焼きそば、飲料、ビールなど「ひろしまのグルメ」を堪能でき、ひとときのやすらぎの場を提供します。

◎ディスプレイ部門

地元で活躍するトップススポーツチームをはじめ、各地域で活動しているクラブ（団体）やスポーツ振興のために寄与された協賛企業を紹介します。

◎その他

環境サークルによるゴミの分別収集等のエコ活動やエコ・リサイクルマーケットを開催します。

【 問い合わせ先 】 広島市スポーツ・レクリエーションフェスティバル実行委員会
TEL(082)243-0579 FAX(082)249-3641

安全・安心・美味しさをお届けします。



広島駅弁当株式会社 広島市東区矢賀5丁目1-2 <http://www.ekibento.co.jp>
TEL(082)286-0181 FAX(082)285-2272 営業部 向井

本協会加盟団体が『明日』を期待するアスリートを紹介します。

広島県立広島工業高等学校 アーチェリー部



今回は、広島市アーチェリー協会から広島県立広島工業高等学校アーチェリー部を紹介していただきました。

同部は、創部40年以上の歴史があり、全国高等学校体育大会(以下「インターハイ」といいます。)や全国高校選抜大会の個人戦で多数の優勝者を輩出するとともに、インターハイの男子団体戦では、平成17年度から連続でベスト8入りし、平成19年度に準優勝、平成20年度に第3位とすばらしい成績を収めています。

今回は、チームを代表して上田将史主将(左)にお話を伺いました。

▲ インタビューの時の穏やかな表情とは違って変わり、的に向かう上田将史主将の表情は、真剣そのもの。

Q. どんなクラブですか？

A. とにかく明るく、とても元気のあるクラブです。
部員は、現在、男子20人、女子1人の21人で、高校からアーチェリーを始めた部員ばかりですが、日々、楽しく元気いっぱい練習しています。

Q. どれくらい練習していますか？

A. 練習は毎日あり、平日は全員で午後4時から6時まで、残って練習する部員は午後8時ごろまでやっています。土曜日は、午前8時半から午後3時まで、日曜日は、正午まで練習をしています。



Q. どんな練習をしていますか？

A. ランニング・体操のあと、近射(きんしゃ)と言って、鏡の前に立ってフォームの確認等しながら、ただみに向かってシューティングします。
そのあと、おのおのが、30m・50m・70m 先の的に向かって練習をします。

Q. チームの強さの秘密は何ですか？

A. 個々人が、常に一番になりたいと思い、練習していることと練習量の多さだと思います。
毎日、筋力トレーニングは欠かさないですし、シューティング本数は、とても多いです。

Q. アーチェリーの楽しさはどんなところですか？

A. 結果が点数としてはっきり表れますので、上達していることが目に見えてわかり、その点が楽しいです。
もちろん、的の中央に矢が当たったときは、とても気持ちいいです。

部のモットーは「楽しく勝つ」!



Q. 部活動をして良かったことは何ですか？

A. 「ライフスキル」と言うのですが、あいさつをしたり、ゴミを率先して拾ったり、時間を守ったりといった良い習慣が身についたことです。
また、部活動をするにあたり、両親やまわりの人への感謝の気持ちが持てるようになったことです。

Q. 印象に残る大会は？

A. 3位になった去年のインターハイです。選手として大会に参加しましたが、自分は予選で良い結果が出なかったため、団体戦のメンバーとして最終的に試合に出ることができなかったからです。
チームが3位になったことはうれしかったのですが、個人的には悔しい思いをしました。

Q. 今後の目標は？

主将としてチームを引っ張っていくとともに、去年の悔しさをバネにインターハイでは頑張っていきたいです。

集中力を高め、はるか先にある的に向かいます。



近射(きんしゃ)では、フォームを確認し、シューティングします。



【取材後記】インタビューでは、とてもハキハキと礼儀正しく答えてくれる上田主将でした。8月のインターハイは、団体戦で予選を1位通過するものの、決勝ラウンドで惜しくも4位という結果に終わりましたが、最後まであきらめことなく精一杯戦いました。来年こそは、優勝の栄冠を勝ち取ることを期待しています。頑張れ、広島県立広島工業高等学校アーチェリー部。(板野)

大好評

Do! 元気DEスポーツ! Enjoy!

南区スポーツセンター出島屋内プールの巻



スポーツをしている人は、明るくて活力があります。このコーナーでは、本協会の施設で元気に楽しくスポーツをしている個人（団体）の普段の活動の様子をご紹介します。

なんと5か月でマイナス10kg!!

いしだ よしひさ

プールで泳いでダイエット!!

石田 禎久さん

今回は、今年3月から出島屋内プールに通い始め、7月末までの5か月でなんと約10kgもダイエットされた石田禎久さん(左)にお話を伺いました。

ダイエットに大成功!!

毎日のプール通いがとても楽しみです。

私が出島屋内プールを利用し始めたのは、ダイエットで始めた散歩やウォーキング以外に何か楽しみながらできる運動はないだろうかというインターネットで調べていて、こちらのプールで一度泳いでみようと思ったことがきっかけです。

ダイエットは、人間ドックであまり結果の良くない項目があり、体重も86kgあったことから「これはいけない」と思い、始めました。

プールに通い始めたころは、まず、目標回数を決め、25mを1往復して1度休憩を取るといった方法をとりました。その結果、1か月で体重を約3kg減らすことができました。

しかし、その後、体重が減らなくなったので、より脂肪が燃焼するだろうと1回あたり最低15分、休まずに25mを何回も続けて泳ぐ方法に変えてみました。

もちろん、食事にも気をつけ、昼のお弁当の半分を野菜にするなどしましたが、その結果、なんと5か月で約10kg減の75~76kgまで体重を減らすことができました。

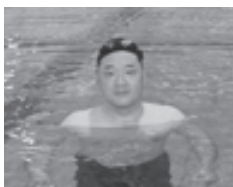


高い目的意識を持って、泳ぐ石田さん。約10kgのダイエットの成功も納得です。

おかげで、人間ドックで結果が良くなかった項目も改善され、「問題なし」の状態になりました。

今は、週6日、1日60分程度泳いでいます。

出島屋内プールで、毎日泳ぐことが楽しくて仕方ありません。



『これまで利用したプールの中で、出島屋内プールが水質も施設も一番きれいですね。毎日、とても気持ちよく利用しています。』

「誰でも変われる、誰にでもできる」

初めは私も、ここまで続けていけるとは思っていまなかったが、目標をしっかりと持って頑張っていけば、「誰でも変われる」と思います。

また、「誰にでもできる」と本当に思います。

速く、長く泳げるようになりたい。

最近、筋肉がつき、体重は減ったことで、趣味のゴルフをするときは足が痛くなくなりましたし、翌日の筋肉痛も全くなくなりました。

また、若者向けの細身のスーツも着れるようになり、とてもうれしいです。自分でも、本当に驚くばかりですし、いい事尽くめです。

今後の目標ですが、同じ時間帯に利用される人でとても上手に速く泳がれる方がいらっしゃるのので、その人に負けないよう、速く、長く泳げるようになりたいです。

【取材後記】健康のために、毎日、出島屋内プールに通い続けられた石田さんの強い意志には、ただただ「すごい」の一言です。まさに「継続は力なり」です。これからも楽しく水泳を続けていただきたいと思います。(板野)



スポーツ交流割引制度のお知らせ

近年旧国土庁で提案された、全国総合開発に關しての「地域連携軸」の考え方がクローズアップされています。当社ではこの考え方に協賛し、海上交通の更なる充実を計ると同時に、ソフト面での交流を促進する為にスポーツ交流などのバックアップをいたします。

適用航路と割引
広島・呉～松山
(相互間)

■スーパージェット ⇒通常料金の30%OFF!
■クルーズフェリー(旅客) ⇒通常料金の50%OFF!
■クルーズフェリー(車輛) ⇒通常料金の30%OFF!

■詳しくは弊社予約フロントまでお問い合わせください。是非この制度をお役立ていただきますようお願いいたします。



携帯電話でアクセス



瀬戸内海汽船

〒734-8515 広島市南区宇品海岸1-12-23 <http://www.setonaikaikisen.co.jp/> TEL (082)-253-1212

広島市弓道連盟



会長
横山 博司

弓道との出会い

私が弓道と出会ったのは、高校に入学した時です。もともと虚弱体質でしたし、はかま姿にもあこがれていたのと武道に対する畏敬の念を抱いていたので入部しました。高校の3年間は顧問の先生に基本を厳しく指導いただき、また、先輩からは道具の取り扱いや行儀作法などを教わりました。そのことが以後どれほど役に立ったか知れません。

そして、大学に進学してからも弓道を続け、大学3年生の時に三十三間堂で行われた全日本遠的選手権大会において、個人優勝をすることができました。

卒業後は弓から離れておりましたが、40歳になり再開しました。

学生と社会人の弓道に対する取り組み方の違いに当初戸惑いもありましたが、弓を引きたいとの一念で続けてまいりました。

平成2年から当時の広島県立体育館（現広島県立総合体育館）にあった旧弓道場が建て替え工事のため使用できなくなり、練習場所がなく途方に迷っていましたところ、個人道場が本浦にあると聞き、早速訪ねました。この道場主との出会いがあったおかげで教士七段にまでなることができました。

弓道を通じて国際交流を

競技会の運営での思い出は、平成8年に行われた広島国体です。総勢100余名のスタッフで執り行い、準備期間を含めると開始3年前から準備作業に入りました。幾度となくリハーサルをやっては手直しをし、連日皆汗だくになりながら行いました。

その結果、無事成功裏に終わり、弓道競技において、女子は総合優勝という栄誉にも輝きました。

また、ドイツのハノーバー市と広島市が姉妹都市を結んでいる関係で平成13年8月に広島市弓道連盟から8人（団長、故三戸省三教士六段）が渡独し、ハノーバー弓道連盟を訪問しました。その後、ハノーバー市から広島市に毎年数人の弓引きが訪れ、講習会を行っております。

弓道を通じて国際交流の一助になっているかと思っております。

弓道の普及のため、ハード・ソフト両面の充実を

今、私が重点をおいているのは、弓道教室と強化練習です。弓道教室は毎年秋ごろから開校し、多数の卒業者を輩出しております。今年度から新たに経験者の掘り起こしを図るべく、経験者を対象とした教室を9月から水曜日の夜に開校します。強化練習は、毎週火曜日と木曜日に実施し、今年も広島市から男子2人、女子2人の国体選手を送り出すことができ、活躍を期待しているところです。

それから文部科学省が打ち出した中学校の武道（柔道、剣道、相撲等）必修正課化が、平成24年度から完全実施されます。

これを受け、われわれも小・中学生を対象に日本の伝統文化である弓道の普及、振興を図るため、ハード・ソフト両面とも充実を図らねばならないと思っております。



特別会員を訪ねて Part48 (敬称略)

スポーツを通じた「人との出会い」の大切さ

弊社は、免許・許可制による公共・一般の各県市町・民間各施設の維持管理と団地・マンションの総合管理業務を通じて、快適環境社会への一翼を担っており、今年で創業65周年を迎えます。

私は、これまでのスポーツ活動を通じた“人との出会い”で人生が大きく開かれることの大切さを知りました。

“出会いの場所”をより意義あるものとし、一人ひとりの手で自分自身の“思い出アルバム一言メモ史”なるものを作り、また、全員で“日々、思い出日記帳”なるものを作り、宝物としたいものです。

スポーツに参加できた喜び、感動を伝え、スポーツを通じて大切な人間の輪を築き上げていける情報発信基地として、スポーツ協会のさらなる内容の充実を期待しております。



株式会社 ヒロエー
代表取締役 石田 文優

“料亭の味そのままに”を合言葉に、 お客様にご満足いただける食事サービスを



加茂川グループ
株式会社 弁当センター
代表取締役 教蓮 幸生

弊社は、コンプライアンスを順守し、消費者の皆様に「食の安全」、「食の安心」を確保するために、徹底した衛生管理・食品の製造管理を実施しております。

平成19年に「広島県食品自主衛生管理」の認証を受け、創業以来56年間、万全の体制で、“料亭の味そのままに”を合言葉に、お客様にご満足いただける食事サービスを提供し続けております。

ゴルフに野球にスポーツは、大好きです。マツダスタジアムには、開幕戦のカープの応援に行きました。

スポーツ王国広島の復活のために、スポーツ協会のスポーツ振興事業に期待しております。

本コーナー「特別会員を訪ねて」は、今回の Part48をもって、終了することとなりました。

本コーナーにご協力いただきました特別会員の皆さま、誠にありがとうございました。

本協会は、「スポーツで元気！げんき再発見！」というスローガンのもと、生涯スポーツの振興や競技スポーツの振興(競技力の向上)等を図るとともに、スポーツを通じて、明るく活力あるまちづくりにこれまで以上の力を注いでまいりますので、引き続き、特別会員の皆さまのご理解・ご支援をよろしくお願いいたします。



株式会社 **イズミ**
本社/〒732-0828
広島市南区京橋町2-22
TEL (082) 264-3211 (代)



ゆめタウン広島

暮らしの夢を
ひろげたい。
時代の流れとともに、刻々と変化する
お客様のニーズ。数ある商品の中から、
常に新しい価値を厳選して
お届けするゆめタウンは、
流通のエキスパートとして、
暮らしのパートナーとして、お客様とともに
暮らしの夢をさらにひろげたいと考えています。
もっと大きな明日へ。
動き続けるゆめタウンです。

広島市スポーツ少年団情報コーナー (敬称略)

第36回日独スポーツ少年団同時交流

第36回日独スポーツ少年団同時交流として、ドイツスポーツユースの受入を行った原ジュニアバレーボールスポーツ少年団の代表指導者である大石信洋さんに、今回の交流について報告してもらいます。

『もうお別れ！？あっと言う間の日独同時交流(受入)から』

原ジュニアバレーボールスポーツ少年団

代表指導者 大石 信洋

以前、日独同時交流で訪独した際、多感で吸収力の高い青少年期に異文化に触れ、同世代との交流を持つことの重要性を強く感じました。しかし、訪独するとなればいろいろな条件が整わなければ参加が難しく、誰もが体験できるものではないところがネックでした。そこで、とても短い期間ですが、受入となれば多くの団員たちがドイツの人たちと接し交流することが可能なので、本団でも数年前から話題にしていました。そして、今年度、中学生・高校生団員の家庭を中心に受入態勢が整い、今回の同時交流(8月2日～8月6日)が実現しました。

数ヶ月前から受入家庭、中学生・高校生団員と準備を進めてきましたが、初めてのことで不安が頭から離れませんでした。

しかし、2日の夜、歓迎パーティーで対面してからは、そんな不安を考える間もなく、あっと言う間に日々が過ぎていきました。日中の行事は主に同行した高校生や大人と、夜はそれぞれの家庭で交流し、短い広島滞りを楽しんでもらえたのではないかと思います。

意見が十分出るか心配していたテーマディスカッションは、最終日の前日の夜に行いました。高校生団員が事前に調査したことなどをパワーポイントを用いて発表、その後質疑を行い、徐々に話が盛り上がり、日独双方の団員たちがどんどん意見を交換し合いました。日本の団員は発言をあまりしないとい一般的に言われていますが、今回は上手に進行し、積極的に発言する中学生・高校生団員の成長ぶりをうかがえたことが大きな収穫でした。

次の朝は早朝より平和記念式典参列のため、ディスカッションはまだ発言が続く中で終了しなければならず、また、ようやく互いに慣れ親しくなり始めたときにはすでに最終日を迎えることとなり、大変残念でなりません。



受入家庭では、それぞれ仕事等で3泊でさえ受け入れることは大変だったのですが、「これから、というときにもうお別れなので、もう少し滞在期間が長くてよかったね」という声が多くありました。それくらい、あっと言う間に過ぎ、短く感じた数日間でした。

また、「ドイツに行きたい！また会いたい！」という話が盛り上がり、受入を行って本当によかったと思いました。きっと何人かの団員が、近いうちに訪独し、再会を果たすのではないかと思います。ほんの数日の出会いでしたが、今後の永い国際交流の始まりになることを願っています。

ほっ！とニュース

広島市スポーツ少年団本部委員の思いや出来事などを『ほっ！とニュース』として掲載しています。

「トップスポーツ応援事業に参加して」

企画総務部 岡崎 常雄

トップスポーツ応援事業に参加して、今年初めてマツダスタジアムに団員9人と行き、一緒に野球観戦を行いました。

球場はとてすばらしく、テレビで見るアメリカメジャーリーグの球場に行き、試合を見ているようでした。

子どもたちも初めて来る球場なのでしょう、一人ひとり大きな歓声を上げていました。球場のコンコースを一回りして、いろいろな店に立ち寄り、いろいろな物を買って求めているようでした。そこには、いろいろなグッズ等がたくさんありました。

そして、皆一緒に観客席に着いて、練習を見ながら弁当を広げ、腹ごしらえです。座席もセンター・ベンチ裏の席の前で、前から4段目・5段目です。子どもたちは、選手の名前を連呼しながら腹ごしらえに一生懸命です。

試合は、横浜戦で午後6時に始まり、先発投手は、広島・今井選手、横浜・グリーン選手の投げあい始まり、4回まで両チームとも0点で進みました。

5回表に横浜が2点を先行するも、その裏にカープが3点を取り、逆転。しかし、すぐ6回表に同点にされました。

8回裏には、一死満塁でカープのフィリップス選手のライトフライを古村選手がエラーして2点を勝ち越し、その後、今年横浜からカープに移籍した石井選手が見事なスクイズで3点目が入ると、最後は、カープの押さえ投手永川選手が3人でピシャリと押さえ、カープの勝利です。

この日は、永川選手が通算150セーブを達成し、その試合をこの球場で見られたことを大変ありがたく思いました。

このイベントを支えていただいた『そごう広島店販売促進部』の皆さまに厚くお礼を申し上げます。

本当に楽しい一夜でした。子どもたちが、右手にメガホン・左手にグローブを持ち、一生懸命応援した顔は、何か達成感があり、自分たちが新しい球場で試合をしたような生き生きとした本当に素晴らしい顔をしていました。

その夜の最後がまた大変で、空から何やら怪しい水……これは大変と思うや否や一瞬の出来事で上から下まで、びしょりずぶぬれで、服のまま海に飛びこんだようにビチャビチャで駅に向かいました。

その雨も新市民球場の上だけとは、本当に不思議なことでした。

【試合結果：広島東洋カープ 6対3 横浜ベイスターズ】

チーム名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	スコア
横浜ベイスターズ	0	0	0	0	2	1	0	0	0	3
広島東洋カープ	0	0	0	0	3	0	0	3	×	6



「ソフトテニス」ができる幸せと 「感謝の気持ち」を感じながら成長してほしい

江波ジュニアソフトテニススポーツ少年団

代表指導者 坂根 正恭

江波中学校ソフトテニス部には、もともと、「江波スポーツ少年団」がありましたが、できるだけ多くの生徒を大会に参加させたいという思いから、3年前に「江波ジュニアソフトテニススポーツ少年団」を立ち上げました。

江波中学校には、常設のテニスコートがないため、現在、グラウンドの中にポールを立て、石灰でラインを引いて練習しています。また、休日・祝日は、できるだけきちんとしたコートで練習できるようにと部員の保護者にコート代を援助していただき、徒歩約1時間の道のりを歩き、南観音の三菱コートを借りて練習しています。

約6年前に地域にあったテニスコートがなくなり、それ以降テニスコートのない困難な状況の中、当時の指導者の熱意を引き継ぎ、保護者からのご支援・生徒の頑張りにより4年連続で県大会に出場しています。

どんな状況にあってもソフトテニスができる幸せ、それを支えてもらっている周囲の方々への「感謝の気持ち」を常に感じながら、この活動を通して人間として健やかに成長してほしいと願っています。



みんなで力を合わせて、 向上心を持って頑張っていきます

江波中学校2年生
木村 帆南海

現在、新チームになって2年生が2人、1年生が21人の23人の部員がいます。

私が、今、頑張っていることは、大変ですが1年生を立派な選手に育てることです。

みんなで力を合わせて常に向上心を持って頑張っていきます。

「他人を思いやる心・感謝する心」を 持って、大きくなってほしい

梅林スポーツ少年団

代表指導者 内田 賢司



私たち「梅林スポーツ少年団」は、男子20人、女子30人の総勢50人で活動しています。

活動日は、毎週火・水・金曜日の午後5時から7時までと、第2・第4土曜日の午前9時から12時までが主となっています。

小学校の先生、佐東体育協会、地域の保護者の方々に支えられ、日々の練習に励んでいます。また、卒団した先輩たちも練習に参加し、後輩に指導・アドバイスをしてくれています。

私の好きな言葉で、「継続は力なり」という言葉があります。毎日の練習をコツコツ積み重ねていくことが、いつの日か信じられないような力になる。

これは、バレーボール以外のことで同じことだといつも団員たちに話しています。

なかなか結果が出せないチームですが、バレーボールを通して他団との交流を深め、一人でも多くの友達を増やし、他人を思いやる心・感謝する心を持って大きくなってくれればと願っています。



アタックが決まるように 頑張っています

梅林小学校6年生
石垣 愛里

私が、今、頑張っていることは、バレーボールでアタックが決まるようにすることです。アタックが決まった時の音などは、すごく気持ちいいです。

でもまだ、狙った場所に打つことができないので、頑張っています。

これからも、チームのみんなと一緒にバレーボールを頑張っていきたいです。

疲労回復のための食事テクニック!!

疲労回復には運動量に見合ったエネルギーと栄養素をしっかりとることが重要です。今日の疲れを明日へ持ち越さないために、しっかり食べて、ベストコンディションで日々のトレーニングに励みましょう。



「5つの料理」を取りそろえた バランスのとれた食事を!

5つの料理（主食、主菜、副菜、果物、乳製品）をそろえることで、必要な栄養素をバランスよく摂取することができ、疲労回復に役立ちます。昼食・夕食だけではなく、朝食にも「5つの料理」を取りそろえましょう。

「5つの料理」とは

- ① 主食（ごはん、パン、麺など）：エネルギー源
 - ② 主菜（肉・魚・卵・大豆などがメインのおかず）：からだづくり
 - ③ 副菜（野菜、いも、汁物などサブのおかず）：コンディショニング
 - ④ 果物
 - ⑤ 乳製品
- ①・②・③での不足分を補うため



空腹状態で運動をしない!

空腹状態で運動をすると、疲労感を覚えたり、集中力が落ちるなど運動能力を低下させてしまう恐れがあります。空腹の場合は、トレーニング前に糖質（炭水化物）を中心とした補食を摂取しましょう!!

開始約2時間前の場合



主食中心（ゆっくり吸収される糖質）の油の少ない軽食を
（おにぎり、パン、もち、うどん、あんパン、団子、果物など）

開始30分～1時間前の場合



素早く吸収される糖質を少量
（スポーツ飲料、100%果汁ジュース、果物、エネルギーゼリーなど）

運動直後に栄養補給を!

運動直後にエネルギー補給（糖質＋たんぱく質）をすると、回復力が早くなるといわれています。



1～2品程度を目安に、次の食事は補給した分を控えて
（100%果汁ジュース、バナナ、おにぎり、サンドイッチ、牛乳、ヨーグルト、チーズ、ゆで卵など）

ビタミンB群は元気のもと!

ビタミンB群はエネルギーを産生するために必要であり、不足すると疲労の原因となります。

ビタミンB1



ビタミンB2



十分な 休養を!



夜更かしせずに、トレーニングに見合った休養をとりましょう。

広島原爆障害対策協議会
健康管理・増進センター
管理栄養士 福島徳子

このコーナーは、スポーツイベントボランティアの活動をいろいろな角度から紹介します。

スポーツイベントボランティア Q&A

今回は、「スポーツイベントボランティアに参加してみたいけれど、自分にもできるかな。どんなことをするのか」というみなさんのご質問にお答えします。

あなたの知りたいことが、これでよくわかりますよ！あなたもスポーツイベントボランティア活動に参加してみませんか。

Q. どんなスポーツイベントで活動しますか。

- A. サンフレッチェ広島、広島東洋カープの試合で主に活動します。そのほか、ヒロシマ国際ハンドボール大会や広島市スポーツ・レクリエーションフェスティバルなどで活動します。
昨年度は年間活動数101回、延べ2,944人が活動しました。

Q. どんな役割がありますか。

- A. 入場券の検札、座席案内、試合会場入口での総合案内、試合終了後の美化活動などが主な役割です。

Q. どんな人たちが活動していますか。

- A. 高校生、大学生、社会人、シニア世代まで幅広い世代の人が活動しています。
平成21年8月末現在で、278人（17～76歳）がボランティア登録し、活動しています。



開門前の配布物等の準備



チャリン等の配布

Q. 1年中、活動していますか。

- A. 毎年、Jリーグが始まる3月から始まり、12月で、ほぼ1年の活動が終わります。

Q. 1日の活動時間はどれくらいですか。

- A. イベントにより異なりますが、サンフレッチェ広島の試合の場合は、おおむね6時間程度になります。
試合開始の約3時間半前に集合し、全体ミーティング、各持ち場での開場準備等を行い、その後、検札等各自の担当業務を行います。最後に後片付けと反省会をして、1日の活動が終了となります。

Q. 活動希望日はどうやって決まるのですか。

また、希望日に必ず参加できますか。

- A. 活動希望日については、ボランティア登録者から事前に希望日程表を提出していただき、当協会事務局で活動日を調整のうえ、ご連絡させていただきます。
基本的に希望日に活動していただくようにしていますが、希望者が多い場合は、希望日に参加できないことや他の活動日をお願いすることもあります。

Q. どんな服装で活動すればいいですか。

- A. 動きやすい服装なら何でも結構ですが、長ズボンと履き慣れた運動靴（スカート、サンダルやかかとの高い靴などは不可）などの着用をお願いしています。
なお、試合会場では、ボランティアスタッフとわかるよう、専用のジャンパーやボロシャツを着用していただきます。

Q. どんなところが楽しいですか。また、どんなところにやりがいを感じますか。

ボランティア間でいろいろな話をし、世代を超えた交流ができることがとても楽しいところです。
また、自分たちが応援し、支えるチームが勝ったり、お客様とコミュニケーションが図れたり、「ありがとう」の言葉をもらえたりすると、とてもうれしくやりがいを感じます。
青空のもと、すがすがしく活動できることは、とても気持ちいいものです。

Q. どんなところがたいへんですか。

- A. 慣れるとそうでもないですが、暑い日・寒い日・雨の日がありますし、活動中は基本的に立ったままという点が、少しいへんです。
そのほか、来場されたお客様とコミュニケーションをうまく取ることができず、残念な思いをすることもあります。

Q. 活動してみたいのですが、どうしたらいいですか。

- A. 今年度は、10月末がボランティア登録期限になっていますので、すぐにも活動してみたいという人は、お早めに当協会事務局事業課までご連絡ください。
なお、来年度のボランティア登録は、翌年2月から受付を開始し、4月から活動を行う予定です。



スタンド入場時のチケットの確認

【問い合わせ先】 (財)広島市スポーツ協会 事務局事業課 TEL: (082) 243-0579



24時間のために 自然災害と向きあう人がいる。

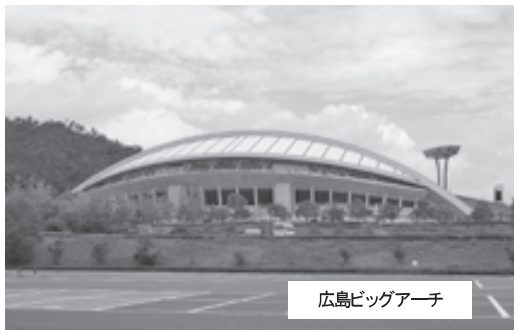
思いもよらない被害をもたらす台風などの自然災害。
これからも、一刻も早く電気をお届けする復旧作業に努めます。

中国電力 www.energia.co.jp

広島広域公園

(ビッグアーチ、補助競技場、第一球技場、第二球技場、テニスコート)

数多くの大会を開催！広島が誇るスタジアム！



広島ビッグアーチ

広島広域公園は、広島市中心部から約8 km北西部に位置し、市民の皆さまが四季を通じて多様なスポーツやレクリエーション活動が行える場として、平成5年4月にオープンしました。

開場以来、「第12回アジア競技大会」、「第51回国民体育大会」、「サッカー国際Aマッチ」など、数多くの国内外の大規模大会が開催されており、今年6月には、国内最高峰の陸上競技大会である「第93回日本陸上競技選手権大会」も開催されました。

また、毎年10月には広島市で最大のスポーツイベント「広島市スポーツ・レクリエーションフェスティバル」が開催され、スポーツにイベント、たくさんの出店と楽しさ盛りだくさんで、大いににぎわいを見せ、6万人を超える人たちがスポーツの秋を満喫します。

公園内のメイン施設となる「広島ビッグアーチ」は、Jリーグ「サンフレッチェ広島」のホームスタジアムとしても全国的に知られており、試合の日は、たくさんのサポーターによりスタンドはチームカラーの紫色に染まります。

過去には、「SMAP」や「ミスターチルドレン」などのコンサートも行われ、スポーツ以外のイベントにも利用されています。

青空の下、広々とした各施設で陸上やサッカー、テニスなどスポーツを楽しもう！！

補助競技場、第一球技場、第二球技場では、競技種目や大会規模などにあわせて、市民レベルの競技会や各種大会が専用利用できます。また、補助競技

場のトラック部分やテニスコートは、個人での利用も可能となっています。全20面のテニスコートは、全国大会や国際大会の開催はもちろん、日ごろから気軽にテニスを楽しみたいという皆さまのニーズにお応えできる施設となっています。



▲電話で利用予約ができる広島広域公園テニスコート。平成6年8月の開場以来、たくさんのテニス愛好家に親しまれています。

緑あふれるやすらぎの空間で、つと、あそび、くつろぎの時間を

公園内には、数多くの樹木や花があり、桜、梅、ツツジ、イチョウなど四季折々の表情を楽しむことができ、散歩やウォーキングではそよ風が吹くなか気持ちのいいひと時が過ごせます。

また、自由広場や子ども向けの遊具が整備されたファミリー広場もありますので、家族みんなで楽しく遊び、くつろぎの時間を過ごしてみたいいかがですか。

▼きれいな花が皆さんを出迎えます。



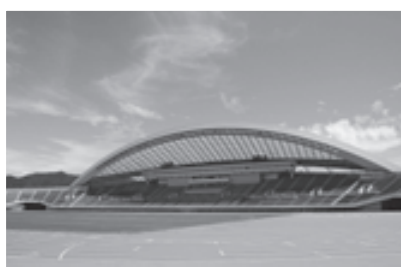
▲子どもたちに人気のファミリー広場



▲ビッグアーチ正面のイチョウ並木

ユニークな講座も開催！参加を待っています！

広島広域公園では、初心者向けのテニススクールやさらなるレベルアップを目指す人を対象としたテニスクリニック、小学生を対象としたインラインスケート、ホッケー、かけっこなどの体験教室、そのほか、ガーデニング講座、クリスマスリースづくり、正月飾りづくりなどユニークな講座を開いています。ぜひ、みなさんご参加ください。



▲数多くのドラマが生まれた広島ビッグアーチ。きれいに整備された緑の芝生と昨年度新たに改修されたトラックが自慢です。

主催事業のご案内

事業名	対象	実施日	時間	参加料	定員	申込方法
テニスクリニック	18 歳以上 (市テニス協会D級レベルの経験者)	10/28(水)	午後7～9時	各800円	各24人(先着順)	開催日の1日午前9時から 電話で受付(1月開催分は 1月4日から受付)
		11/25(水)				
		12/16(水)	午後1～3時			
		1/27(水)				
園芸クリニック グリーンアドベンチャー	小学生以上 (小学生は 保護者同伴)	11/ 7(土)	午前10時～正午	600円	各20人(先着順)	10月15日午前9時から 電話で受付
園芸クリニック クリスマスリースづくり		11/15(日)		各600円 (材料費、別途)		11月1日午前9時から 電話で受付
		11/22(日)				
正月飾りづくり講座		12/12(土)	午後1～3時			11月15日午前9時から 電話で受付
ASOBI・イン・ザ・パーク 凧づくり	幼児から小学 生と保護者	12/23(祝)	午後1～4時	500円 (材料費、別途)	30人(先着順)	12月1日午前9時から 電話で受付

※ 主催事業の日時等は、9月24日現在の内容です。日時等、詳しくは、広島広域公園陸上競技場管理事務所にご確認ください。

【施設概要】

施設名	収容人数	内 容
ビッグアーチ	50,000人	第1種公認陸上競技場(400m×8レーン)、天然芝フィールド(107m×73.3m)
補助競技場	—	第3種公認陸上競技場(400m×6レーン)、天然芝フィールド(108m×73.8m)
第一球技場	10,000人	天然芝フィールド(157m×80.8m)
第二球技場	3,000人	人工芝フィールド(140m×69m)
テニスコート	3,000人	ケミカル(合成樹脂系)コート(20面:屋外16面、屋内4面) ※ 収容人員は、センターコート

【開場時間】

- 午前9時から午後9時まで(補助競技場は午後5時まで、季節によって異なります。)

【休場日】

- 公園としての休場日はありませんが、競技施設(テニスコートは除く)は、原則、「木曜日(祝日と重なるときは、直前の平日)、8月6日、12月29日から翌年1月3日まで」が休場日、テニスコートは、「8月6日、12月29日から翌年1月3日まで」が休場日です。

【所在地】

- 広島広域公園陸上競技場管理事務所
〒731-3167 広島市安佐南区大塚西五丁目1番1号 TEL:(082) 848-8484 FAX:(082) 848-8460
- 広島広域公園テニスコート
〒731-3167 広島市安佐南区大塚西五丁目2番1号 TEL/FAX:(082) 848-9540



▲ 広島広域公園補助競技場



▲ 広島広域公園第一球技場



▲ 広島広域公園第二球技場

頑張るみんなの
応援団でありたい。



スポーツの感動。
それは、人と人がいて、はじめて生まれるもの。
オリンピックやFIFAワールドカップ™から、地域の大会まで、
コカ・コーラはさまざまなスポーツイベントを応援しています。

Live Positively  世界をプラスにまわそう

Coca-Cola West コカ・コーラ ウエスト 株式会社 <コカ・コーラ指定会社> <http://www.ccwest.co.jp>
COCA-COLA、コカ・コーラ、COKEはThe Coca-Cola Companyの商標です。

湧永製薬ハンドボール部



今回は、ハンドボール男子日本リーグ1部に所属する『湧永製薬ハンドボール部』をご紹介します。

『湧永製薬ハンドボール部』は、日本ハンドボール界の盟主として活躍してきた強豪チームであり、創部以来、「一流のスポーツマンは一流の企業人であれ、社会人であれ」をモットーに、選手一丸となって、日々、トレーニングに励んでいます。

9月に開幕する第34回日本ハンドボールリーグに向けて練習に励むチームを代表して、今年度、新たにキャプテンに就任した福田大樹選手(左)にチームの状況や今季の抱負などをインタビューしました。

Q. 湧永製薬ハンドボール部は、どんなチームですか？

A. とても個性的なメンバーがそろっていて、明るく、にぎやかな雰囲気ของทีมです。

私は神奈川県出身ですが、ほかの部員も全国各地から集まっており、特に沖縄県出身の東長濱選手は、独特な雰囲気でもとてもおもしろく、周りが見ていてとても楽しいプレーをしますので注目してください。

現在、部員は、部長1人、監督1人、選手16人の計18人で、ほかのチームからは「少数精鋭のチーム」と言われています。

Q. ふだん、どれくらい練習をしていますか？

A. 土曜日・日曜日を除き、毎日、午後6時から8時まで、2時間練習をしています。平日は、午後5時30分まで仕事がありますので、その後、練習となります。

場所は、ハンドボール専用体育館である湧永満之記念体育館になります。

Q. 湧永製薬ハンドボール部のプレイスタイルを教えてください？

A. 全員で守って、速攻でつなげるといったプレイスタイルです。ゴールキーパーは、2人とも日本代表選手ですし、どちらかというと守備中心のチームです。

守備については、ゴール前に選手がフラットに並び、相手にボールを回されやすいので、ゴールキーパー以外の選手をゴール前から順に3人-2人-1人と配置し、前線から相手にプレッシャーをかけるようにしています。



写真提供: 湧永製薬ハンドボール部

Q. チームをまとめ、引っ張っていくために、普段、心がけていることはありますか？

A. キャプテンになって日が浅いですが、選手一人ひとりの状況を見て声をかけたり、練習では積極的に声を出したりするようにしています。

器用なほうではないので、練習に取り組む姿勢でチームを引っ張っていきたいです。



写真提供: 湧永製薬ハンドボール部

Q. 今年のチーム目標を教えてください？

A. 日本リーグなどの大会において、タイトルを1つでも多く取ることです。

Q. 日本リーグなどの大会では、近年、2位や3位が続いていますが、チームの目標を達成するために、どのような点を強化していく必要がありますか？

A. 優勝しているチームとの差は、大きくないと思っています。ただ、勝負どころで、「おれが決めてやる」といった気持ちの選手がまだまだ少ないので、練習でどんどんチャレンジして、プレーできるようにしていきたいです。

練習から消極的になってしまうと試合でも出てしまうので、チーム内で争って、練習から積極性を出していければ、もっと質の高い練習ができ、いいチームになると思っています。

Q. 今年の個人の目標を教えてください？

A. コンタクトスポーツなのでけがが多いのですが、けがをせず、全試合コートに立てるようにしたいです。

また、守備の中心的な役割をしていますので、常に声を出さないといけないですし、練習や試合において、チームメイトから頼られるような存在になりたいです。



写真提供: 湧永製薬ハンドボール部

チーム名の由来

チーム名「LEOLIC（レオリック）」は、湧永製薬の製品の愛称「レオピン」とその原料「ガーリック（にんにく）」からとった造語です。「レオピン」の名前の由来は、ライオンとヒョウをかけ合わせた「レオポン」という動物。ライオンのように勇猛でヒョウのように機敏な動きで攻撃し、古来より強壮や魔よけに用いられてきたガーリックにあやかって、タフで鉄壁の守りができるチームをイメージしています。



Q. トップス広島の活動として、広島市内の小学校にハンドボールを教えに行かれることなどあるかと思いますが、活動されてよかったことはありますか？

A. 初めてハンドボールをする子どもが多いのですが、とても楽しそうにしてくれますし、興味を持って話かけてくれるのでとてもうれしいです。

また、指導の最後に「試合を見に来てください」と話をするのですが、家に帰ってお父さんやお母さんに話をして、一緒に試合を見に来てくれることもあり、「この間は、ありがとうございました」と声をかけられると「頑張っていこう」という気持ちになります。

そのほか、地元安芸高田市甲立町では、3つの学校に教えに行っています。小学生から見ている子どもが高校に行っても活躍していると聞いたときは、「よかったなあ」とうれしく思いました。



写真提供：湧永製薬ハンドボール部

Q. 最後に、ファンや市民へ一言、お願いします。

A. 少しでもハンドボールに興味のある人は、ぜひ、試合会場に足を運んで応援してください。

また、最近は街中やサイン会で声をかけていただくことも増えてきました。みなさんも気軽に選手へ声をかけてください。どうぞよろしくお願いします。

【第34回日本ハンドボールリーグ日程（広島開催分：10月～）】

10/10(土) 13時～ 対 北陸電力(湧永満之記念体育館)
10/24(土) 16時～ 対 大崎電気(東区スポーツセンター)
11/ 8(日) 14時～ 対 琉球コラソン(湧永満之記念体育館)
1/23(土) 15時～ 対 トヨタ紡績九州(中区スポーツセンター)

沿革

1969年に湧永製薬2代目社長である湧永儀助氏（故人）の発案で創部。1970年に全国実業団選手権大会及び国民体育大会（岩手県）で初優勝を飾ると、1972年には全日本総合選手権大会で初優勝し、強豪チームの道を歩むことになりました。

チームは、当初、大阪市を本拠地としていましたが、1976年に練習環境の改善を求め、広島工場（広島県高田郡甲田町（現安芸高田市））に本拠地を移し、さらなるチームの強化を図りました。

日本ハンドボールリーグには、1976年の発足以来1部リーグに所属しており、リーグ優勝は8回、そのほか、全日本総合選手権大会では7連覇を含む13回、全日本実業団選手権大会では15回、国民体育大会では17回優勝しており、また、4大会すべてに優勝しての4冠を2度達成するなど、1970年代から1990年代にかけて、日本ハンドボール界の盟主として活躍してきました。

ここ数年は、各大会で2位や3位といった安定した成績を収めているものの、優勝まであと一歩という成績に終わっています。日本リーグをはじめとするすべての大会での優勝を目指し、チーム一丸となって頑張りますので、応援をよろしくお願いします。

近年の主な戦績

2008年・・・

第49回全日本実業団ハンドボール選手権大会 2位
第33回日本ハンドボールリーグ 13勝1分4敗
(3位→プレーオフ3位)
第60回全日本総合ハンドボール選手権大会 3位
第63回国民体育大会（大分県） 4位

2009年・・・

第50回全日本実業団ハンドボール選手権大会 3位

湧永製薬ハンドボール部 ホームページ

<http://www.wakunaga.co.jp/handball/handball.html>

（財）広島市スポーツ協会は、トップス広島を応援しています。

For the real game

「プレーヤーの技術や意志が100%発揮される時、スポーツは本物になる」
私たちモルテン・ブランドは、この信念をもとに
世界に類のないボールとスポーツエキップメント・メーカーとして
つねに完璧な製品づくりを目指しています。

株式会社 モルテン 広島本社 〒733-0013 広島市西区横川新町1-8
www.molten.co.jp

(財)広島市スポーツ協会 スポーツ推進指導員 古矢 智子 (中区スポーツセンター勤務)
第26回全日本武術太極拳選手権大会 伝統競技部門伝統拳術C女子の部 優勝!!



7月10日から12日に東京体育館で開催された第26回全日本武術太極拳選手権大会の伝統競技部門伝統拳術C女子の部に本協会職員である古矢智子が出場し、初優勝を飾りました。

Q. 出場した伝統競技部門伝統拳術Cは、どんな演武をするのですか？

A. 鷹爪拳（ようそうけん）と言って、タカが翼を広げて飛ぶような姿で相手を攻撃したりする動きを演武します。

Q. 初優勝の感想は？

A. とてもうれしかったです。去年はひざのけがなどで2位に終わり、今年も去年と逆のひざを痛めるなどけがで練習があまりできず、万全の体制で大会に臨むことはできませんでしたが、5回目の出場となる今年の大会を最後のつもりで頑張り、優勝できてよかったです。

Q. 今後の目標は？

A. まだまだ納得できるレベルの演武ができていないので、より高いレベルを目指すとともに、新しい演武にも取り組んでいきたいと思っています。
 また、あまり知られていない競技なので、多くの人に知ってもらいたいですし、普及もしていきたいと思っています。



トッパス広島が設立10年目を迎え、記念祝賀会を開催!!

サンフレッチェ広島、JTサンダーズなど広島に拠点を置くトップスポーツクラブで構成する「トッパス広島」が設立10年目を迎え、8月24日（月）に広島市南区の猫田記念体育館で祝賀会を開き、加盟団体間の交流を深めました。



トッパス広島は、「オール広島！オール・スポーツ！」実現のため、競技種目の枠を超えて各加盟団体が協力し、夢と潤いある「スポーツ王国ひろしま」の実現と地域の活性化に貢献したいと活動しています。私たちも「トッパス広島」とともに、スポーツで広島をどんどん盛り上げていきましょう。



写真提供:トッパス広島

【加盟団体】(8競技9団体)

サンフレッチェ広島、JTサンダーズ、湧永製薬ハンドボール部、広島メイプルレッズ、広島ガスバドミントン部、NTT西日本広島ソフトテニスクラブ、中国電力陸上競技部、コカ・コーラウエストレッドスパークス、広島東洋カープ

サンフレッチェ広島、絶好調！ 8戦負けなしの第3位！目指せ、優勝！

サンフレッチェ広島が、7月19日のジェフ千葉戦以降、8戦負けなしの6勝2分でリーグ戦第3位に！
 目指すはリーグ優勝！

さあ、みんなで広島ビッグアーチにサンフレッチェ広島を応援に行こう！

(順位・成績は、9月19日現在)

【試合日程】(広島ビッグアーチ)

10/17(土) 14時 VS ガンバ大阪
 11/21(土) 17時 VS 名古屋グランパス
 12/ 5(土) 15時半 VS 京都サンガ F.C.



経営に関する相談



各種営業情報のご提供
 経営コンサルティング
 事業承継対策
 創業支援

くらしの相談



金融資産運用相談
 相続相談
 不動産有効活用相談
 年金相談

お客様サポート部(各種経営相談・資産運用・相続問題)

TEL(082)245-0513 FAX(082)245-0666

年金相談室(年金に関するご相談)

TEL(082)245-2086 FAX(082)241-0532

広島信用金庫

〒730-8707 広島市中区富士見町3-15
 (ひろしん)ホームページアドレス <http://www.hiroshin.co.jp/>