

第68号
2012/3/31

ウ イ ン グ



公益財団法人 広島市スポーツ協会

CONTENTS—広島市の魅力あるスポーツの情報—

- P02 ● 平成24年度広島市スポーツ協会事業
～04
- P05 ● 一緒にスポーツを♪サークル紹介
- P06 ● スポーツと食事【賢く食べて、筋力アップ!!】
- P07 ● 明日に向かって
【広島市グラウンド・ゴルフ協会 横町正男さん】
- P08 ● 広島市スポーツ少年団情報コーナー
- P09 ● 【高陽落合柔道教室スポーツ少年団】
【高陽スポーツ少年団】
- P10 ● トップス広島情報コーナー
～11 ● 広島出身の選手をリサーチ☆
サンフレッチェ広島 森崎和幸選手
サンフレッチェ広島 森崎浩司選手
- P12 ● この道ひとすじ
【広島市学区体育団体南区連合会会長 森本利雄さん】
- P13 ● スポーツイベントボランティア日記
- P14 ● 支えるスポーツ！賛助会員のご紹介
～15
- P16 ● フラッシュニュース



スポーツ協会って？

広島市各区スポーツセンター等を
拠点に、市民のみなさまの
「する・みる・ささえる」スポーツの振興に取り組んでいます。



高陽スポーツ少年団 河部 大輝 君

サンフレッチェ広島 森崎 和幸 選手
(C)2011 S.F.C

サンフレッチェ広島 森崎 浩司 選手
(C)2011 S.F.C

<http://www.sports-or.city.hiroshima.jp>

公益財団法人広島市スポーツ協会ホームページ・・・

広島市スポーツ協会

検索

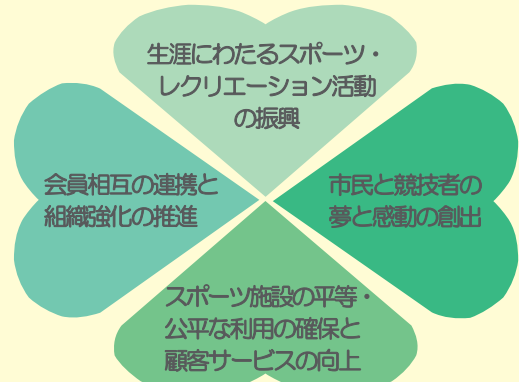
平成24年度広島市スポーツ協会事業

本協会は、公益財団法人として2年目を迎えます。本協会のスローガン「スポーツで元気！げんき再発見！」のもとに取り組む、

実施方針と 4つの柱

広島市をはじめ加盟団体や関係スポーツ団体・機関、さらには地域諸団体との連携を密にしながら、「する」「みる」「ささえる」スポーツの振興に努めます。

また、市民のみなさまのスポーツ・レクリエーションに対するニーズに敏速かつ的確に対応するとともに、新たな地域コミュニティの活性化が図れるよう、効果的、効率的な諸事業の展開に努めていきます。



公益目的事業 1

スポーツ活動拠点での健康・体力づくり事業などの実施およびスポーツ活動拠点の運営

地域スポーツの振興 (詳しい内容は4ページに掲載しています)

地域などの各種団体と連携して事業を展開し、スポーツ・レクリエーション活動を推進します。

各種大会などの共催・後援

関係機関と協力してイベントの開催などを行います。

(広島市スポーツ・レクリエーションフェスティバル、区民スポーツ大会、広島市小学生スポーツ交歓大会、ひろしまストリート陸上)

スポーツ活動拠点の運営

健康・体力づくり事業の実施 (詳しい内容は4ページに掲載しています)

生涯にわたりスポーツが生活の中に取り入れられるよう支援します。

拠点施設の運営 (広島市指定管理事業)

お客様の視点で、安心安全なスポーツ施設(37施設)の管理・運営を行います。



「いろいろなスポーツ教室があるよ♪わたしはヨガで17レッスン！」

スポーツ活動の研究・支援

広島市から事業を受託して、スポーツ推進委員の育成や市民の健康の保持増進事業などを行います。

(スポーツ推進委員指導育成事業、情報システム管理事業、広島市転倒予防事業、

40代からのメタボリックシンドローム対策支援事業、アクティブシニア健康増進リーダー養成事業)



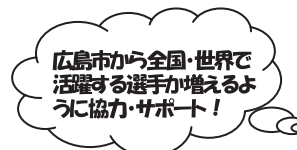
公益目的事業 2

スポーツ振興のための選手強化事業などの実施およびスポーツ団体・人材の育成

競技スポーツの振興

「ジュニア選手の育成・強化」「優秀な指導者の育成」「スポーツ医・科学の活用」を柱とし、加盟競技団体と連携して選手の競技力向上と強化を図ります。

(強化指定選手育成事業、国民体育大会等を目指すジュニア選手育成事業、ジュニア選手メディカルチェックの実施、競技別指導者養成事業、スポーツカード支援国際大会出場選手への助成、スポーツ指導者シンポジウムの開催など)



「広島市から全国・世界で活躍する選手が増えるように協力・サポート！」



スポーツ少年団の育成振興

スポーツ少年団が実施する各種事業を推進し、団員の育成と組織の拡大を図ります。

(スポーツ少年団交流事業、スポーツ少年団指導者養成・研修事業、スポーツ少年団リーダー養成事業、スポーツ少年団国際・国内スポーツ交流事業など)

スポーツ団体・人材の育成

「する」「みる」「ささえる」スポーツ振興の観点から、スポーツ団体および人材の育成・支援を図ります。

(広島市スポーツ協会表彰の実施、スポーツ大好き人・新春のつどいの実施、各種表彰候補者の推薦、広島県民体育大会広島市予選会の実施、スポーツ・サポート・センターの運営、賛助会員などの加入促進など)



←広島市スポーツ協会VISAカード

年会費永年無料！スポーツ賠償責任保険もついています。ポイントを貯めてプレゼントがもらえるほか、利用金額の0.5%が本協会に寄付され、その寄付金はスポーツ振興に役立てます。



カードを使ってお得に、スポーツ振興にも役立っちゃう！新規加入お願します！

スポーツ情報の発信

広報紙「ウイング」の発行やホームページの運営を行います。



施設の情報や加盟団体・スポーツ少年団の紹介をしているよ！

スポーツ基金の運営

スポーツ指導者の資質向上、市民スポーツ活動の普及振興を図ることを目的にスポーツ振興基金の事業を実施するほか、少年野球振興のための基金の積み立てを行います。また、アジア地域のスポーツ振興に貢献するため、シェイク ファハド 広島・アジアスポーツ基金を活用した事業を実施します。

シェイク ファハド 広島・アジアスポーツ基金では、平成24年度は青少年スポーツ交流事業を実施します。



収益事業など

スポーツ施設で利用者の利便を図るとともに、本協会が実施する公益目的事業の財源を確保するため実施します。(売店、自動販売機、レストラン・喫茶、アイススケート貸靴、臨時駐車場など)



レストランは広域公園に、喫茶はアハウス湯の山にあるよ！

地域スポーツの振興と 体力・健康づくり事業について

各区スポーツ施設では、市民のみなさまがスポーツに親しみ、健康づくりに役立てていただける多くの事業を実施します！

その事業をピックアップしてご紹介します。
ご参加お待ちしております♪

地域スポーツの振興



▲レッドスパークスホッケー部の選手の皆さんに教えてもらったホッケー教室

1 地域スポーツ活動推進事業

地域諸団体との協働事業、メタボ対策や介護予防などの健康・体力づくり事業、地域指導者の発掘及び育成事業を展開します。

2 トップスポーツ連携事業

トップス広島をはじめとするトップスポーツチーム応援事業や交流事業を展開します。

3 地域スポーツ普及事業

学区体育協会や総合型地域スポーツクラブの活動を支援・協力するスポーツライフ向上事業、地域スポーツ活性化および指導者発掘事業を展開します。

健康・体力づくり事業



▲とび箱にチャレンジ！体操教室

1 スポーツスクール事業

複数教程型の教室です。生活の中にスポーツを取り入れてはいかがですか。
(水泳、アクアビクス、水中ウォーキング、エアロビクス、ヨガ、ベビーヨガ、
体操、スケート、テニス、柔道、剣道、アーチェリーなど)

2 スポーツ体験事業

1日型の教室です。まずは体験してみませんか。
(命を守る着衣泳、基礎から学べるソフトテニス、アイスホッケー、高飛び込み、親子スイミング、
日本泳法、太極拳、弓道など)

3 スポーツ活動促進事業

生活スタイルに合わせて手軽に体験できます。
(トレッキング&クアハウス入浴、プールdeシェイプアップ、
ヨガ&ピラティス、ノルディックウォーキングなど)

4 スポーツ相談事業

スポーツ活動や健康づくりに関する相談(悩み、疑問、実践方法など)について、
アドバイスします。
(泳力測定会、転倒予防、スポーツドクター医事相談、ふれあいストレッチ、
スポーツワンポイント指導、トレーニング入門など)

5 スポーツイベント事業

各種団体と協力し、人と人との交流と賑わいにあふれたイベントを行います。
(ふれあいイベント、水泳交歓会、スケートリンク開場祭、スポーツフェスタ、
元気じゃけんクアハウス、スポーツ&コミュニティ、ふれあいウォーキング、
フットサル交流会など)



▲楽しく水慣れ！親子スイミング



▲気分爽快！ウォーキング

☆ 施設によって開催内容・時期などが異なります。詳しくは、各施設までお気軽にお問い合わせください！ ☆

施設名	電話番号	施設名	電話番号	施設名	電話番号
広域公園	848-8484	東区スポーツセンター	222-1860	安佐南区スポーツセンター	848-2411
広域公園テニスコート	848-9540	南区スポーツセンター	251-7721	安佐北区スポーツセンター	843-4999
中区スポーツセンター	241-9355	東雲屋内プール	286-6909	安芸区スポーツセンター	893-1998
吉島屋内プール	249-8591	宇品体育館	255-3022	佐伯区スポーツセンター	924-8198
中央庭球場	224-2191	出島屋内プール	254-2891	湯来体育館	0829-40-5100
総合屋内プール	222-1860	西区スポーツセンター	272-8211	クアハウス湯の山	0829-83-1198



一緒にスポーツを♪サークル紹介



「仲間と楽しく運動したい」、「自分にあったサークルがあったら入りたい」という皆さんに、新規会員募集中のアウトホームなスポーツサークルを紹介します！！

スタート フィッシュ (水泳)



東雲屋内プール

正しくきれいなフォームで カラダも心もリフレッシュ！

「スタート フィッシュ」は、男性1人女性11人のサークルで、コーチのきめ細かい指導のもと、基本を大切に楽しく練習しています。

理想的な泳ぎ方を教わりながらも、自分の年齢や体力に無理のないよう、気持ちよく泳いでいます。

美しいフォームを身につけて、水の中で最高の気分に浸りましょう♪

【活動日】毎週水曜日 午後10時～正午

【対 象】25m程度泳げる方(年齢・性別問わず)

【連絡先】福田 ☎ (082) 284-3895

柔道を通じて、強いからだ 正しい生活態度を身につけよう！

現在、河内柔友会は、幼稚園児・児童・生徒32人で活動しています。広島県代表を決める試合の団体の部においては、一昨年3位、昨年2位と、県下でもトップレベルの成績を残しています。

柔道の強さだけではなく、社会に出ても通用する礼儀や仲間を思いやる心の鍛錬にも力を入れています。

子どもと保護者と指導員の三位一体で楽しく柔道をやっていますので、ぜひ一度見学にきてください。

【活動日】毎週月・木・金曜日 午後6時半～8時半

【対 象】6歳くらいから中学生までが中心

見学・体験ご希望の方は、佐伯区スポーツセンター ☎ (082) 924-8198までご連絡ください。

河内柔友会 (柔道)



河内体育館

広報紙ウイング
広告募集中

1
発行部数
3,000部/1回
(年4回発行予定)

2
主な配布先
■広島市内スポーツ施設、
公民館、図書館
■広島市内小学校
■本協会加盟団体・スポーツ
少年団・賛助会員
ほか

3
問い合わせ先
広島市スポーツ協会
事務局事業課
企画広報係
☎ (082) 243-0579

スポーツと 食事

賢く食べて、筋力アップ！！ ～競技力向上とケガ予防のためにできること～

何からどう取る？たんぱく質

からだを作る材料である**たんぱく質**はとても重要で、主菜(メインのおかず)となる肉・魚・卵・大豆製品・乳製品、主食であるご飯・パンなどに多く含まれます。

競技をする人は、1日に**体重1kgあたり1.5～2.0g**(体重60kgであれば、90～120g)を目安に摂取しましょう。

					※ []内は 含有たん ぱく質量
チーズ 15g[3g]	牛乳 200g[3g]	ヨーグルト 100g[4g]	食パン 6枚切 1枚[5g]	ご飯 200g[5g]	
					
豆腐 100g[6g]	卵 1個(50g)[6g]	納豆 1パック(40g)[6g]	肉類 100g[20g]	魚類 100g[20g]	

☆エネルギー源である炭水化物(ご飯・パン・麺類・いもなど)や、腱・靱帯、骨を強くするビタミンC、カルシウムも重要です。いろいろな食材を組み合わせ、バランスよく食べましょう！

食事のタイミング

運動によって筋肉が受けるダメージを、**いかに上手に修復するか**が筋力アップのポイントです。
運動後すみやかに**たんぱく質**と**炭水化物**を補給しましょう。

食事①(補食) 運動後 30分以内

おにぎり、肉まん、サンドイッチ、バナナ、オレンジ100%ジュース、牛乳、チーズ、ヨーグルトなどを組み合わせて補食をとる

食事②

食事①(補食)とあわせてバランス良く！食事①でとりにくい野菜をたっぷり取る

しっかり休養して
ダメージを修復
夜ふかしはNG！



午後運動

運動後 30分以内

夕食

就寝

たんぱく質

炭水化物

野菜たっぷり



たんぱく質いっぱい！ お手軽トマトスープ



材 料
(1人分)

うまみ成分が豊富でたんぱく質の消化を助けるトマト
さらにリコピンの抗酸化作用でつよいからだに

トマト缶詰	100g
玉ねぎ	50g (中 1/4 個) 1cm 角に切る
ミックスビーンズ (水煮大豆でもOK)	40g
ベーコン	1/2 枚 1cm 幅に切る
卵	1 個
固形コンソメ	1/4 個
水	150ml
オリーブオイル	小さじ 1/2
塩・こしょう	適量

作 り 方

- ① オリーブオイルで玉ねぎとベーコンをいためる
- ② 玉ねぎが少し透明になってきたら水、トマトの缶詰(ホールトマトの場合はつぶしながら)、ミックスビーンズ、コンソメ 1/4 個を入れて 15 分ほど煮る
- ③ 塩こしょうで味をととのえ、卵を割りいれて好みの固さになるまで加熱する
☆ミックスベジタブルを入れると簡単野菜たっぷりスープに！

管理栄養士 上岡はつみ (安田女子大学 管理栄養学科 助手)

和になれ 輪になれ 丸くなれ！

明日に
向かって
第36弾

★広島市グラウンド・ゴルフ協会 期待の選手に インタビュー★



よこまち まさお
横町 正男さん
(安佐南区在住 74歳)

広島市グラウンド・ゴルフ協会の理事として、また、広島県グラウンド・ゴルフ協会の評議員として、競技の普及発展に尽力されています。

★グラウンド・ゴルフの主な実績★

平成14年9月
日本グラウンド・ゴルフ協会認定
3級普及指導員〈シルバー〉取得

平成21年9月
2級普及指導員〈ゴールド〉取得

平成23年4月
全国スポーツ・レクリエーション祭
広島大会 優勝

平成23年10月
第21回ひろスタグラウンド・ゴルフ
交歓大会 2位・ダイヤモンド賞
獲得

平成23年11月
全国スポーツ・レクリエーション祭
“エコとちぎ” 2011 出場

※その他、広島市・県、中国地区、
全国など、年間約30の大会に出
場しています。

Q1 グラウンド・ゴルフを始めたのはいつですか

会社を定年退職した60歳の時です。何かしなければと思っていたところ、友達がグラウンド・ゴルフをしないかと誘ってくれ、初めてクラブを手にしました。

最初は何となく高齢者の遊びのような気がして・・・しかし、グラウンド・ゴルフが生涯スポーツとして広がりつつあることを本で知り、自分もやってみよう！と、練習に参加するようになりました。

Q2 魅力は何ですか

団体戦も個人戦もあり、小学生から90歳以上の高齢者まで、みんなが対等にプレーできることです。

結果だけを求めるスポーツでなく、マナー・エチケット・ルールを大切にプレーし、その結果、優勝あるいはホールインワンが生まれ、みんなが祝福してくれる。そんな人間の「和」ができるときは、最高にうれしく思います。

Q3 印象に残る出来事はありませんか

昨年10月、広島県総合グラウンドで開催された、参加選手270人の大会で準優勝し、ダイヤモンド賞

(1ラウンド8ホールにおいて、3回以上ホールインワンを達成すること)も獲得したことです。

また、昨年11月に開催された、全国スポーツ・レクリエーション祭“エコとちぎ”に参加できたことです。グラウンド・ゴルフ競技に参加した多くの選手が那須温泉に宿泊した際、夕食ではいろいろな方言が飛び交い、楽しい一時を過ごしました。また、同競技のフィナーレでは、地元の子どもたちが一生懸命に行った踊りや太鼓の演奏が素晴らしかったです。



▲全国スポレク祭“エコとちぎ”
出場メンバー(中央が横町さん)

Q4 今後の目標を教えてください

グラウンド・ゴルフは、平成27年の国民体育大会で公開競技となる予定です。今からジュニア育成が必要と思っています。地域の高学年の小学生に月1～2回指導を行っており、これからも、地域の子どもたちから若い世代まで、グラウンド・ゴルフの「輪」を広げていくつもりです。

グラウンド・ゴルフ豆知識

コースは距離15～50メートルの8ホール。専用のクラブでボールを打って転がし、30センチほどのホールポストに入れるまでの打数を競います。

運動場や河川敷、公園など、どこでも自由にコースが設定でき、ボールを転がすので、安全に、子どもから高齢者まで大勢の人が一緒に楽しくプレーできるのが利点です♪



広島市スポーツ少年団情報コーナー

受賞おめでとうございます！

「平成23年度広島県スポーツ少年団顕彰」

《登録指導者》

動道 博幸（広島己斐剣心会スポーツ少年団）
濱本 和信（川内剣道教室スポーツ少年団）
吉川 光司（段原剣道スポーツ少年団）

《単位スポーツ少年団》

川内バレーボールスポーツ少年団
安東スポーツ少年団
広島市南錬成会スポーツ少年団
広島三篠剣道クラブスポーツ少年団

《退任指導者》

故 武田 正晴（広島市スポーツ少年団前本部長）



ほっ！とニュース

市スポーツ少年団常任委員の思いや出来事などを掲載しています。

「好き」を原点に、「ありがたい」をいつも心に

指導育成担当(バドミントン競技) よねもと こうじ 米元 広治

中学校の部活を通してバドミントンを初めて経験するという子どもたちに、スポーツ少年団活動への参加を促して練習時間を確保しながら、心と体の成長のお手伝いをしています。心も体も大きく変化をする中学生にとって大事なことは何かを考え、練習にいくつかの決まりごとを加えたりします。

練習でも普段でも負の言葉を使わない。「ダメ」を生活から排除するのは苦勞しますね。そして、明るい言葉、元気な言葉、前向きな言葉をみんなで使うよう努力する。「笑顔」や「感謝」は毎日のように口にします。

練習の最後に、全員で短い筋力トレーニングをしています。と言っても5分か10分程度で、内容もさまざま、遊びみたいなものです。その筋トレは無理してでも、笑顔で楽しそうな顔で大きな声を出してやる。「はーい、もっと笑顔になれるねえ、さあもう一回！」という感じで再スタートがあったりします。

目を見て話し、大きな声を出し、手を触れ合い、笑う。頭を下げ、礼儀を尽くし、真面目で、目標に向かって努力し、人を大切にして感謝する。コートの中で声を出して発散し、動いて発散し、楽しんで発散する。目的は、人もバドミントンも「好き」になること。

「好き」になれた子どもたちは、毎日、「ありがとう」を口にできている。感謝の気持ちが心にしみつくようにまで、なっしてほしいと思っています。



スポーツ少年団を訪ねて

「子どもたちを第一に考えた道場」

高陽落合柔道教室スポーツ少年団

指導者 おかひら 岡平 てつし 哲司



高陽落合柔道教室では、柔道という武道を通じて子どもたちの健全育成を目的とした練習を行っています。当道場は名前の通り、高陽柔道教室と落合道場が平成23年に合併した道場です。これは、同じ地域で別々の活動をするよりも、同じ道場で子どもたちにのびのびと柔道をさせることを目的としています。

試合に勝つことよりも、相手の痛みが分かり、思いやりのある豊かな大人に成長してもらいたい、そんな願いを込め、日々厳しいながらも笑顔を絶やさない練習を心掛けています。

出稽古や合同練習・合宿などにもできる限り参加し、他道場との交流を深め、たくさんの友達やライバルが作れる環境作りにも力を入れています。

また、常に保護者の方とコミュニケーションをとることで、バーベキュー・海水浴・クリスマス会・ゲーム大会など、年に数回のレクリレーション活動を実現させています。

今後も子どもたちを第一に考えた活動をしていきたいと思っています。

「これからも柔道がんばります」

団員代表 かんべ 神部 あつや 篤哉

今年の4月から、中学生になります。親元を離れて寮生活になりますが、不安は全くありません。

早く練習に合流し、団体メンバーのレギュラーになれるようにがんばります！
応援よろしくお願いします。



「技術と心を磨く練習」

高陽スポーツ少年団

代表指導者 かつら 桂 だいすけ 大輔

高陽スポーツ少年団は、3競技(卓球・バレーボール・ソフトテニス)の活動をしており、「ルールとマナーを重んじる」をテーマに、ルールやマナーを守することはもちろんのこと、日常生活でもあいさつや掃除、時間を守ることなどを心がけています。

わたしが指導する卓球競技の普段の練習は、放課後の限られた時間のため基本練習を中心に行い、学校が休みの日には、基本練習のあとにリーグ戦など試合を意識した練習を行っています。その中で集中力をきらさない練習を考えて行っています。例えば、卓球台に順番を決め、勝負して勝った方が上の台へあがるという練習です。勝負の形も、3分と時間を決めての勝負、ジュースからの勝負、6対8からの勝負、サーブとレシーブだけの勝負など、さまざまな形式で行っています。

団員は卓球が大好きなメンバーばかりです。試合や練習を通して技術を磨くだけでなく心も磨いていけるように、メンバー全員が切磋琢磨しながら日々の練習をがんばっています。



「自分で考えて練習」

団員代表 かわべ 河部 ひろき 大輝

ぼくたちのチームでは、みんなが試合で見つけた課題・目標を頭に入れ、日々の練習の中で改善できるようにがんばっています。

ぼくは、チームでの活動を通して、みんなで一つのことに取り組むすばらしさを知りました。このチームでより良い成績が残せるようにがんばっていきたいです。



広島出身の選手に 注目！みんなで応援しよう♪



もりさき かずゆき
森崎 和幸 選手

◆ プロフィール ◆
昭和56年5月9日生まれ。30歳。
広島市安芸区出身。177㌢、74㌔。
矢野小→矢野中→
吉田高等学校(広島県安芸高田市)・
サンフレッチェ広島 FC ユース→
平成12年サンフレッチェ広島トップ昇格

◆ これまでの主な成績 ◆
小学6年：全日本少年サッカー大会
ベスト16
中学3年：全国中学校サッカー大会
ベスト16
高校1年：Jユースカップ 準優勝
高校3年：国民体育大会広島県代表
U-18日本代表
Jリーグ初出場(現役高校生として
はチーム初)
平成12年：U-19日本代表
イランアジアユースU-20
日本代表
チーム初のJリーグ新人王受賞
平成13年：アルゼンチンワールドユース
U-20日本代表
平成14年：釜山アジア競技大会U-22
日本代表
平成17年：チームキャプテン就任
シーズン全試合出場
平成23年：J1リーグ通算250試合
出場達成

サンフレッチェ広島 所属
「昨シーズンよりいい成績を収めたい。
苦しい時こそ、チームの“団結”で
乗り切ります！」



森崎兄弟がサッカーを始めたのは小学二年の時。当時、クラスでも背が高く、サッカーをやってみないかと誘われたのがきっかけでした。初めて出会った指導者の山出久男さん当時矢野小学校教諭で矢野FC指導者。現サンフレッチェ広島普及部長には、サッカーの基本と楽しさを教わりました。小学校六年の時、Jリーグが開幕。Jリーグブームの当時、ボジションが同じだったヴェルディ川崎現・東京ヴェルディのラモス瑠偉選手や三浦知良選手に憧れを抱いたことも。

「プロになるにはどうしたらいいか・・・」いろいろな人に相談した結果、地元の広島ユースに進む道を選びました。



もりさき こうじ
森崎 浩司 選手

◆ プロフィール ◆
昭和56年5月9日生まれ。30歳。
広島市安芸区出身。177㌢、76㌔。
矢野小→矢野中→
吉田高等学校(広島県安芸高田市)・
サンフレッチェ広島 FC ユース→
平成12年サンフレッチェ広島トップ昇格

◆ これまでの主な成績 ◆
小学6年：全日本少年サッカー大会
ベスト16
中学3年：全国中学校サッカー大会
ベスト16
高校1年：Jユースカップ 準優勝
高校2年：国民体育大会広島県代表
高校3年：国民体育大会広島県代表
U-18日本代表
平成12年：U-19日本代表
イランアジアユースU-20
日本代表
平成13年：アルゼンチンワールドユース
U-20日本代表
平成16年：アテネオリンピックU-23
日本代表
平成20年：ゼロックス・スーパーカップ
チーム初優勝

サンフレッチェ広島 所属
「まずは今、できることを、しっかりと
続けていくこと。
それが自分にとって大事なことです！」



二卵性双生児の兄・和幸選手が生まれた約一時間後に誕生した浩司選手。三歳年上の姉と三人きょうだいでした。

浩司という名前を、山本浩二さんにちなんで命名したという野球好きの父と、ママさんバレーボールなどを楽しんでいた母。スポーツ好きな両親のもと、双子の兄弟はすくすくと育ちました。

そんな兄弟も、性格は対照的な面があるようで、兄の弟評によると、「誰とでも仲良くなれるタイプ」。一方で兄は自身を「口数が少なめ。話じつらいと言われるけど、実は話したいんです笑」。チームを引っ張る兄と、ムードメーカーの弟。兄弟はよき理解者として、また格好のライバルとして、いつでも一緒に歩

マストアイテム(必需品)



↑ 今シーズン使用するスパイク！
右足には自分の名前、左足には家族の名前が入っています。
試合前に必ず眺めて、モチベーションをアップします。

〜和幸選手から
広島の子どもたちへ〜
何か一つ、毎日楽しく過ごすために「目標・夢」を持つてがんばってください。
やりたいことを見つけて続けていくこと。それはきっと、人生にも生きてくると思います😊

そして今、「サッカーを通してたくさんの仲間と出会えた。そしてサポーターのみなさんがいたからこそ、苦しい時ががんばれた。自分で限界を作るとそこまでしか伸びないので、限界を作らず、常に向上心を持ってやっていきたい」と話す和幸選手。在籍年数では浩司選手と共にチームで最も古株となり、「同じボジションの若い選手に、気づきや経験を伝えていければ」と自然体ながらしっかりと前を見据え、チームを支えています。

マストアイテム(必需品)



↑ リラックスするためのガム！
練習のときだけでなく、試合に出るときも、ガムをかんでリラックスして臨めるようにしています。

〜浩司選手から
広島の子どもたちへ〜
サッカーをしている子どもたちは、サッカーが好きでやっていると思いますが、できればテレビよりも、実際に広島ビッグアーチで試合を見てもらえるとうれしいです。その方が、きっとみんなにとってもサッカー選手になりたい、という目標をもっと高くもてるのではないかと思います。
ぜひ、広島ビッグアーチでサンフレッチェ広島を応援してください😊

〜浩司選手から
広島の子どもたちへ〜
そしてこれからも・・・生粋の広島っ子である二人の共演は続きます。

〜和幸選手から
広島の子どもたちへ〜
んできました。それは本格的にサッカーを始めた時から、Jリーグ史上初の双子選手になり、地元サンフレッチェ広島で活躍し続けている今も、変わりはありません。

この道ひとすじ PART 41

スポーツで南区のまちを元気に！



広島市学区体育団体南区連合会

会長 森本 利雄

16学区を擁する南区連合会としては、毎年秋に開催され、平成23年度で17回目を迎えた「広島市スポーツ・レクリエーションフェスティバル」で、市内8区の中から各区選出の選手やチームの成績によって総合優勝を決定する「区対抗種目」において、4年連続12回目の総合優勝を果たしました。「区対抗種目」のレクリエーション運動会は、長なわとび、リレー、ムカデ競争など、選手の皆さんが練習の成果を大いに発揮され、大変盛り上がりました。さらなる記録更新を願って、役員と選手が一体となってがんばっていきます。

南区は、緑豊かで桜の名所としても有名な比治山や黄金山があり、また、瀬戸内海に面した島も有している、とても自然に恵まれた区です。その中に小学校区単位に16の学区体育協会があり、地域におけるスポーツの普及・振興のため、学区住民を対象としたスポーツ大会や各種のクラブ活動を行っています。

わたしが会長を務める向洋新町学区体育協会は、青崎学区体育協会から分離する形で、平成9年4月、向洋新町小学校が開校した翌年に創立されました。

創立から15年目となった平成23年度は、学区民にスポーツの花が開きました。国民体育大会や全国高等学校総合体育大会などへの出場選手がたくさん輩出されたのです。向洋新町地区社会福祉協議会の協力をいただき作成した応援の横断幕6本をメインストリートに掲示して、学区の皆さんに披露しました。皆さんのスポーツに対する思いが強くなったのか、学区町民大運動会もいつもより増して大盛況だったように思います。

また、向洋新町ソフトボールスポーツ少年団の卒団式に出席した際、1年で獲得した優勝旗13本を見せていただき、チーム創部以来最高の成績に驚くとともに、大変うれしく思いました。



各学区体育協会会長・南区役所職員・南区スポーツセンター職員の皆さんと記念撮影(前列右から3番目が森本会長)

レクリエーション運動会
ムカデ競争の様子



今期サンフレッチェ広島に監督に就任された森保一氏と、3シーズン目になる広島東洋カープ監督の野村謙二郎氏。広島にある2つのプロ団体の監督がいずれも南区在住ということで、今年はより一層優勝に向けた応援で盛り上がる一年になると思います。

スポーツで地域の活性化を図り、南区のまちを元気にすることができればと、さらなる発展を目指していきたいと思っています。



昨年も多くスポーツイベントで活動しました

サンフレッチェ広島ホームゲームが20試合、広島東洋カープホームゲームが69試合、9月に広島ビッグウェーブで行われた水泳交歓会、10月に広島ビッグアーチで行われた広島市スポーツ・レクリエーションフェスティバルなど、年間108回ものスポーツイベントで、延べ2,738人が『もてなしの心』で活動しました。



▲ゲートでのチケットチェック



第2回スポーツサポートボランティア研修会を開催しました

スポーツボランティアサービスのスキルアップを図るため、広島経済大学の松本耕二准教授を講師に迎え、「望まれるスポーツボランティア～ボランティアマネジメントの課題と実際～」と題して研修会を開催しました。本協会のスポーツ・サポート・センターに登録している59人が参加しました。

その中で、よりよい活動に必要なものは何か、グループワークを行いました。一人ひとりが普段思っていることをみんなで話し合い、ボランティア同士のコミュニケーションも図れました。

「一人ひとりの自己満足ではなく、みんなが共通認識とおもてなしの心を持って活動に取り組むこと。」

今後の活動につながる有意義な一日となりました。



▲研修会の様子



▲グループワークの発表



今季の活動がスタート!

今年の活動は、3月10日(土)に広島ビッグアーチで開催された2012Jリーグ開幕戦とともに始まりしました。試合はサンフレッチェ広島対浦和レッズ戦で、ホーム開幕戦では過去最多、歴代でも7位となる約2万9,603人と多くのお客様(サポーター)が詰め掛け、会場は大変な熱気であふれていました。69人のボランティアスタッフは、入場口の改札や場内案内など、おもてなしの心で元気よく活動しました。

また、新規登録希望者への説明会を3月10日(土)にマツダスタジアムで、24日(土)に広島ビッグアーチで行いました。新スタッフは、4月から活動をスタートします。

【問い合わせ先】 公益財団法人広島市スポーツ協会事業課内 スポーツ・サポート・センター TEL(082)243-0579



ひろしま駅弁

もっと安全に、もっとおいしく!!
食文化の新時代を拓きます。

高級仕出し
あじや

地産地消
広島ゆず家
Hiroshima yuzuya



そうざい-カフェ
ポンルパ

安芸高田
アグリフーズ

お問い合わせ TEL (082) 286-0181

担当: 米田 昌弘



支えるスポーツ！ 賛助会員 のご紹介



公益財団法人広島市スポーツ協会の活動内容にご賛同いただき、広島のスポート振興を資金面から支えていただいている、賛助会員の皆さまをご紹介します。

法人・団体会員

(順不同) 平成24年3月現在 151団体

(株)アールピーズ (株)愛知スイミング広島支店 アシード(株)広島支店 アシックス中四国販売(株) (株)アスティ
(株)アンデルセン・パン生活文化研究所 (株)石崎本店 (株)イズミ (有)伊藤久芳堂 (株)イトー (株)いとや
(株)インパルスコーポレーション (株)永和 (株)エディオン エビス電工(株) (有)大下大松園 (株)大方工業所
大塚食品(株)広島支店 大塚製菓(株)広島支店 (株)大野石油店 医療法人社団追風会大本内科医院
(株)オール・オン・スポーツ (株)小川長春館 奥アンソーカ(株)広島営業所 尾崎商事(株)広島営業所 (株)加藤商会
(株)加茂川 (株)河崎組 (有)カワダ 川本泰清税理士事務所 (株)関西緑建 (株)紀陽 (株)京都嵯峨野
協和メンテナンス工業(株) キョーリツコーポレーション(株) キリンビール(株)中四国統括本部広島支社
(株)久保田本店 グランドプリンスホテル広島 クリーン産業(株) (有)黒田造園 (株)芸北造園土木
広成建設(株) (有)広成堂 (株)高陽ドルフィン コカ・コーラウエスト(株) 医療法人近藤小児科内科医院
(株)サニクリーン広島 三栄産業(株) (株)サンフィールド (株)サンフレッチェ広島 (株)JTB中国四国広島支店
(有)杉山スポーツ スポーツ設備興業(株) (株)スポーツユニオン 星光ビル管理(株)広島営業所 成和産業(株)
瀬戸内海汽船(株) ゼネラル興産(株) セノー(株)広島支店 瀬野川カンツリー倶楽部 (有)創元社
(株)体育社 (株)田頭タイル 竹井機器工業(株)大阪支店 田中電機工業(株) (有)ダブルオー (株)多山文具
チサンホテル広島 (株)千鳥 中国企業(株) (株)中国しんきんカード (株)中国しんきんリース
(株)中国新聞社 (株)中国タクシー (有)中国建物管理 (株)中国放送 中電技術コンサルタント(株) (株)中電工
つばめ交通(株) T&Tタウンファーマ(株) (有)ディーファースト (株)デルタプリント (株)テレビ新広島
学校法人同志舎リハビリテーションカレッジ島根 東洋観光(株) (有)トータル・テクニカル・サービス
都市道路開発(株) 長沼商事(株) 中村角(株) (株)中本本店 錦建設(株) (有)西日本造園 (株)ニッソー
日本環境整備(株) (株)日本製鋼所広島製作所 日本たばこ産業(株)広島支店
パナソニックE Sエンジニアリング(株)中国支社 (株)ビバックス (株)ヒロエー (株)ヒロカシ (株)広交本社
広島駅弁当(株) 広島ガス(株) (株)広島銀行 広島県信用組合 広島県スポーツ用品協同組合
広島市信用組合 広島市農業協同組合 広島市文化交流会館 (財)広島市未来都市創造財団(広島サンプラザ)
広島市流通センター(株) 広島信用金庫 広島総合開発(株) 広島総合警備保障(株) 広島テレビ放送(株)
広島東急イン (株)広島東洋カープ 広島トヨタ自動車(株) (株)広島パークレーン 広島日野自動車(株)
(株)広島縫製 (株)広島ホームテレビ 広島リゾート&スポーツ専門学校 (株)広島リビング新聞社
広島緑地建設(株) 広島YMCA ウエルネス・スポーツセンター (株)福屋 (株)不二ビルサービス 堀田建設(株)
ホテルヴィアイン広島 (株)ホテルグランヴィア広島 (株)ホライズン・ホテルズ広島ホテル事業所
マツダオートザム梅林(株)シンモト自動車 マツダ(株)総務部総務グループ (株)ミカサ 三島食品(株)
ミズノ(株)広島営業所 三井ガーデンホテル広島 みつぎ産業(株) (株)むさし 名鉄観光サービス(株)広島支店
メディカルパーク野村病院 メルパルクHIROSHIMA (株)もみじ銀行 (株)モルテン ハ洲管理(株)
山根木材(株) ユーアイ・バルモニー(株) (株)リーガロイヤルホテル広島 (株)緑松 ワタナベスポーツグループ

個人会員

(順不同・敬称略) 平成24年3月現在 108人

浅川 伸二	朝倉 正三	阿部 節子	尼子 昌夫	荒川 延浩	安東 善博	生田 文雄
井坂龍之助	石井 知	板摺トキ卫	入船 信之	右近 義信	大前 秀樹	岡田 義之
尾兼 弘幸	岡本 茂信	岡本 甫	小川潤一郎	沖川 隆史	奥田 正治	加計 邦夫
笠原壽太郎	梶師 巧博	片岡 新平	金寄 耕壮	可部 順二	上川 孝明	川口 孝夫
河野 學	木川 昌二	木原 一行	木原 征治	木原 晴彦	久保木敬子	栗迫 信行
慶徳真由美	後藤美智恵	後藤 憲靖	斉藤 雅照	坂本 公子	迫谷 富三	佐々木寿彦
貞森 京子	里信 昌男	重村 充恵	島本 登夫	末広 厚美	杉野 俊昭	杉本 厚生
住田 征荘	曾川 直也	高橋 由啓	高見 正治	田川 修司	武田 昭典	竹中 義彦
竹本 久男	田中 和雄	田村 鋭治	調子 昭雄	津久江一郎	津島 則之	角田 高義
時安 賢	十島 博徳	鳥居 比路	永田 和久	中谷 勝征	中西 忠彦	中野 豊
中山 正則	鍋岡 聖剛	西上 紀生	西萬 忠人	西山 時義	野島 千佳	萩原 眞
土生 明	浜本 幸男	林 春樹	原 一孝	平田 正文	深堀 勝	藤島 弘志
堀江 滝子	堀尾 武	松尾 厚弘	松野 晃幸	松本 邦子	松本 道忠	三浦 秀行
水野 功明	三好 明雄	村尾 修司	本山 政晴	守田 貞夫	森田 弘志	柳田 弘司
屋葺 道信	山下 泉	山丈 晴彦	山根 恒弘	山本 恵子	山本 一	山本 英生
山本 光生	吉長 孝治	渡部 朋子				

賛助会員の皆さま方には、平素より、本協会の活動内容にご理解・ご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

本協会は、今までに蓄積した実績、そして、ますますの創意工夫により、これまで以上にスポーツの振興を推し進め、スポーツを通じた豊かなまちづくりを行ってまいりますので、これからもご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

～あなたの力で「新しいスポーツ王国ひろしま」を実現しませんか？～

スポーツ振興を支援いただく、賛助会員を募集しています。



【賛助会員加入のご案内】 法人・団体会員 年間1口 50,000 円
 個人会員 年間1口 10,000 円
 パートナー会員 終身1人1口 500 円
 【詳細などお問い合わせ先】 公益財団法人広島市スポーツ協会事務局
 ☎ (082) 243-0578



詳細は、本協会ホームページでもご覧いただけます！ [広島市スポーツ協会 賛助会員](#) [検索](#)



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)

毎月1日・20日は
ゆめタウンデー



※一部専門店を除きます。

ゆめカード
 値引積立額
5倍



ゆめタウン
 イメージキャラクター
 関根 麻里

Pick Up 01

たかがわつね お
高川 経生選手 現役引退へ
(NTT 西日本広島ソフトテニスクラブ)

3月11日、地元広島で開催されたアジアカップひろしま国際大会を最後に、現役引退した高川選手(39)。

東京都出身で、NTT西日本入社後は、昨年引退した中堀成生選手とともに全日本選手権の優勝は最多の9度。16年連続日本代表に選ばれ、アジア競技大会には5大会連続出場。2006年ドーハ大会では日本初の団体金メダルを、2010年広州大会では団体銀メダルとダブルス銅メダルを手にするなど、大偉業を達成されました。

◆市民の皆さんへメッセージ◆

あたたかいご声援、本当にありがとうございました。
一線は退きますが、今後もソフトテニス界に貢献できるよう精進して参ります。



Pick Up 02

おがた つよし
尾方 剛選手 現役引退へ
(中国電力陸上競技部)

北京オリンピックから2大会連続出場に向けてエントリーしていたロンドンオリンピック代表選考レースの欠場を機に、競技の第一線から退く決断をした尾方選手(38)。

広島県立熊野高等学校3年の時、国民体育大会1万5000mで2位。山梨学院大学では箱根駅伝でも活躍し、その後中国電力(株)に入社。

2004年福岡国際マラソンでマラソン初優勝。続く2005年は世界陸上選手権で銅メダルを獲得。2008年は北京五輪13位と、多くの輝かしい成績を残されました。

◆市民の皆さんへメッセージ◆

長い間応援いただき、ありがとうございました。一線は退きますが、これからも陸上競技に携わっていきますので、引き続きよろしくお願い致します。



Pick Up 03

“スケート感謝祭～広島ビッグウェーブ(総合屋内プール)～”を開催します♪

今シーズン、たくさんの方にスケートリンクをご利用いただいた感謝の気持ちを込めて、スケート期間終了日に各種イベントを開催します。

- 【日時】 平成24年4月22日(日)
- 【内容】 ① 自由滑走9時～16時45分
② 靴の履き方講習9時～16時
③ 氷上O×クイズ9時45分開始
④ ふれあいもてなし市9時～売場終了
⑤ フィギュアスケートエキシビション12時20～40分
- 【参加料】 大人700円・小人500円(通常の約半額)
幼児無料(ただし1人の幼児につき1人の保護者同伴)
別途貸靴(14～30cm)一足300円 ※手袋要(販売あり)
※当日はイベントへの参加料のため、手帳などの提示による
使用料減免はありません。

【詳細など問い合わせ先】

広島ビッグウェーブ(総合屋内プール) 東区牛田新町一丁目8-3 ☎(082)222-1860



経営に関する相談



皆様の経営課題の解決と豊かな暮らしの実現をサポート

〈ひろしん〉お客様相談サービス

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/>