

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

市柔道連盟 宇都宮 光樹 選手



第57号

~~ 目 次 ~~

P2、3・・・

スポーツで楽しいまちづくり！！
私たち、コーディネーターが
みなさまをサポートします！！

P4・・・

スポレク公開競技募集要項

P5・・・

「明日に向かって」市柔道連盟
宇都宮 光樹 選手

P6・・・

「この道ひとすじ」
市レスリング協会
副理事長 衣川 知孝

P7・・・

特別会員を訪ねて(4社)
* (有)大下大松園
* (有)広成堂
* (有)ダブルオー
* オリエンタルホテル広島

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
* 広島メイプルレッズジュニア
スポーツクラブスポーツ少年団
* 可部リトルスターズスポーツ少年団

P10・・・

スポーツ施設紹介
「佐伯区スポーツセンター湯来体育館」

P11・・・

元気DEスポーツ
佐伯区スポーツセンター湯来体育館の巻
「たんぽぽ」

P12・・・

スポーツと食事
「水分補給のテクニック」

P13・・・

スポーツイベントボランティア日記

P14、15・・・

トップス広島情報コーナー
「JTサンダース」

P16・・・

フラッシュニュース
* コカ・コーラウエストレッドスパークス
日本リーグ 準優勝

2009. 6. 30発行

スポーツで楽しいまちづくり！！ 私たち、コーディネーターが みなさまをサポートします！！



ご存じですか！市内8区のスポーツセンターには、**地域スポーツ振興担当コーディネーター**（以下、**コーディネーター**）がいます。

コーディネーターは、豊かなスポーツ環境の実現を目指した『**市民の元気（活気あふれる市民）、まちの賑わい（明るく活気あるまち）**』を創出するため、「**する**」・「**みる**」・「**ささえる**」スポーツのそれぞれの立場から**アクティブな（前向きな・意欲的な）**諸事業を展開し、市民のみなさまの生涯にわたるスポーツ・レクリエーション活動をコーディネートします。

まちの賑わいスポーツプラン



コーディネーターの
行動プランです。

1. 市民スポーツ活動の 意欲の促進

シニア層をターゲットに、ニーズに対応したスポーツ機会を提供します。



地域スポーツ
活動推進事業

市民のスポーツ活動意欲の促進を図るため、社会情勢を踏まえた「健康・体力づくり」に視点をのいた事業を展開するとともに、アクティブなシニア層から指導者の発掘・育成・活用を行います。

（地域団体との協働事業や地域事業への支援、児童館への出張指導、社会局と連携した介護予防、スポーツボランティア育成など）

- ☆ 健康・体力づくり（メタボ対策・介護予防）に関する事業への参加者を増やす。
- ☆ 地域で活動する指導者を増やす。

2. トップスポーツへの 応援機運の醸成

「トップスポーツチーム」と市民が共感できる一体感のあるまちづくりを展開します。



取 り 組 み

トップスポーツ
連携事業

トップスポーツへの応援機運の醸成のため、トップスポーツチームの応援拠点としての情報発信を行うとともに、連携事業を推進します。

（トップスポーツチーム情報コーナーの設置、観戦・応援ツアー実施へ向けての取り組み、チームとスポーツ協会・地域が連携した事業の実施、チームが関係するイベント等への支援・協力など）

達 成 目 標

- ☆ 観戦者数の増を目的とした事業を増やす。
- ☆ トップスポーツチームとの連携強化を図る。

- ☆ 週1回スポーツをする市民の割合を増やします。
- ☆ トップスポーツチームの試合観戦者数を増やします。
- ☆ スポーツ実施者の増加に向けた体制を整えます。

スポーツで楽しい
まちづくり！！



3. 地域における スポーツ環境の充実

市民がスポーツ活動を行うための身近なスポーツ環境を充実させます。



地域スポーツ
普及事業

地域におけるスポーツ環境を充実させるために、地域を拠点とした「健康・体力づくり」に関する事業を導入するとともに、地域の特色を活かしたスポーツの活性化を図ります。

（健康・体力づくりに関する事業の導入方法の検討、学区体育協会と地域諸団体による協働事業の実施、地域の実態に応じた事業の実施、地域での指導者発掘の取り組みなど）

- ☆ 地域の事業（イベント）への参加者数を増やす。

コーディネーターの活動風景

地域スポーツ活動推進事業



高齢者へ体力測定指導・相談



ノルディックウォーキング指導

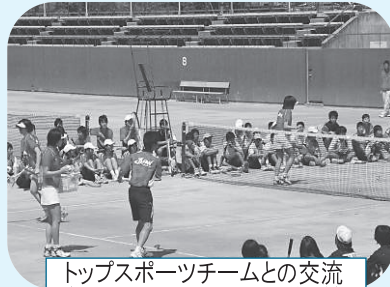


老人クラブ連合会への運動指導

トップスポーツ連携事業



トップスポーツチームの応援・支援



トップスポーツチームとの交流
(ソフトテニスシニアルチーム合同練習会)



トップスポーツチームの情報提供

地域スポーツ普及事業



子ども会での指導者育成
(雪合戦)



学区体育協会の新たな
取り組みへの支援



総合型地域スポーツクラブ
設立へ向けての支援

安佐北区担当 コーディネーター
倉谷 忠司

サンフレッチェ広島をはじめ、トップスポーツ各チームのさまざまな情報をお届けするとともに、各チームの応援ツアーやみなさんが選手とスポーツを楽しめる事業の実施に積極的に取り組んでいきます。

さあ、みなさん、広島が誇るトップスポーツ各チームを応援して、広島を盛り上げましょう。



中区担当 コーディネーター
館野 美栄子

多くのみなさんが、日ごろ、関心を寄せている「健康・体力づくり」に関する事業を実施したり、情報を提供するとともに、地域でのスポーツ活動への取り組みに対して、適切なアドバイスをしていきます。

また、シニア層のニーズに応じたスポーツの機会の提供や地域での指導者育成等に努めていきますので、よろしくお願いします。



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、流通のエキスポとして、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。

みんな
来てね!

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

参加
無料

一般公募種目 広島広域公園などで10月11日(日)開催

種目		部門		対象	チーム編成・内容	定員	会場	開始予定時間						
50mかけっこ				3 歳 以 上	1 人 50m 走ります	800 人	広島ビッグアーチ	12:50～						
100mタイムトライアル				小学生以上・一般	1 人 100m 走ります	300 人		14:30～						
一般男子リレー				小学生以上の男子	4 人×100mリレー	16 チーム		13:50～						
一般女子リレー				小学生以上の女子		16 チーム								
ファミリーリレー				家 族		16 チーム	14:10～							
フットサル				小 学 生	1 チーム 5～10 人で編成し、グループに分けリーグ戦で競います	72 チーム	広島広域公園 第一球技場	9:30～						
フットベースボール				小 学 生 の 女 子	1 チーム 11～15 人で編成し、グループに分けリンク戦で競います	60 チーム	広島広域公園 第二球技場							
ミニテニス		ファミリーの部		1～3年と保護者または成人	1 チーム 2 人で編成し、部門別のグループに分けリーグ戦で競います 1 ゲーム 6 ポイント先取で、2 ゲーム先取で勝ち	16 組	東区スポーツセンター 大体育室	10:00～						
				4～6年と保護者または成人		16 組								
		女子ダブルスの部		経験年数 1 ～ 2 年		16 組								
						混合ダブルスの部			16 組					
									一般の部	16 組				
剣道		小学生の部 中学 生 の 部		1 ～ 4 年 生 の 部	1 チーム 5～8 人で編成し、部門別のグループに分けリーグ戦で競います	あわせて 48 チーム	広島市立大学 体育館	9:30～						
				5 ・ 6 年 生 の 部										
				中 学 生 の 部										
グラウンド・ゴルフ		ファミリーの部 フレンドの部		小学生と保護者	1 チーム 2 人で 16 ホールをラウンドします	あわせて 128 組	広島広域公園 投てき練習場	9:00～						
				小学生以上の 2 人組				1 人 16 ホールをラウンドします	あわせて 256 人	13:30～				
		シニア男子の部 シニア女子の部 一般男子の部 一般女子の部		6 5 歳 以 上 中 学 生 ～ 6 4 歳										
					午 前 の 部 午 後 の 部	家族またはグループ					1 チーム 2～6 人でコースをまわり得点を競います	80 チーム 100 チーム	広島広域公園内	9:15～ 13:15～
												ドッチビー		小学校低学年の部 小学校高学年の部 一般の部

◆ 参加資格

広島市内・市外を問わず、事前申し込みによりどなたでも参加できます。

◆ 申し込み

各競技団体への登録等にかかわらずどなたでも参加できます。

必ず往復はがき(1人または1チームにつき種目ごと1枚)に種目・部門・住所・名前・年齢(小・中・高校生は学年)・性別・電話番号を記入し、締め切り日に必着で下記の送り先へ郵送してください。

チームで参加する種目については、種目・部門・チーム名・代表者の住所・名前・年齢・電話番号参加者全員の名前・年齢(小・中・高校生は学年)・性別を記入してください。

※ 応募者多数により定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。

※ 抽選の場合は、広島市在住の応募者を優先します。

※ 個人情報、当実行委員会のみで使用し、第三者に提供することはありません。

9月10日(木) 必着

〒730-0042 広島市中区国泰寺町1-4-15 (財)広島市スポーツ協会内
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



◆ 締め切り

◆ 送り先 問い合わせ先

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。

今回は、広島市柔道連盟から崇徳高校柔道部に所属する宇都宮光樹選手を紹介していただきました。宇都宮光樹選手は、中学校3年生の時に全国大会や国際大会で優勝するなど、これまでに素晴らしい成績を収めており、現在、日本の男子ジュニア強化選手(高校生)に選ばれているトップアスリートです。これからの日本柔道界を代表する選手として、活躍が期待される宇都宮光樹選手にお話を伺いました。



得意の内股で、目指すは世界一！

う つ の み や

み つ き

(崇徳高校2年生)

宇都宮 光樹 選手



Q. 柔道を始めたきっかけは？

A. 4歳上の兄が柔道をしていたことがきっかけです。すごくかっこよかったので、自分からどうしても柔道をやりたいと言って、5歳の時に始めました。

Q. 現在、どれくらい練習していますか？

A. 毎日3時間程度、練習をしています。強くなるために、練習後もひとり残り練習をしています。「常に日本一になりたい。」という気持ちで取り組んでいます。

Q. 中学校3年生のとき、個人戦で日本一になっていますが、柔道を始めた頃から強かったのですか？

A. 小学校の時は、学年別で戦うのですが、低学年の頃には、広島で1位か2位になっていました。



Q. 柔道の楽しさは、どんなところですか？

A. 同じ技を掛けるにしても、選手一人ひとりの体形や能力により工夫しており、技への入り方や組み手が違うところは、柔道のおもしろさだと思います。

試合では、投げ技が決まると気持ちいいです。

Q. 印象に残る試合や大会は？

A. 中学校3年生の時に出場した第38回全国中学校柔道大会です。個人戦としては、初めて全国大会に出場したのですが、「絶対に優勝する。」という思いで頑張り、優勝できたからです。決勝の相手は、これまで練習試合で2回負けていた相手だったので、「絶対に負けない。借りは必ず返す。」という強い気持ちで戦いました。



Q. 今後の目標は？

A. 今年、来年と夏の全国高等学校総合体育大会(インターハイ)の個人戦で優勝し、2連覇したいです。もちろん、団体戦も全国大会で、みんなと優勝したいです。将来は、オリンピックに出場して、優勝し、金メダルを獲得したいです。

宇都宮選手の指導にあたる崇徳高校柔道部の加美富章監督にお話を伺いました。

宇都宮選手は、目的意識がとて高く、他の選手と比べて、非常に集中力があります。

けいこでは常に集中し、持てる能力を十分出しきって柔道に取り組んでおり、人一倍努力していますので、現時点において、十分、日本一になる力を持っています。

このまま頑張っていけば、いずれ世界へ出て戦う選手になると思っています。これから数多く出会うであろう困難に打ち勝ち、人間性を磨き、世界の舞台で勝てるように、オリンピックでメダルを獲れるように頑張ってもらいたいです。

【主な成績】

平成19年8月	平成19年度全国中学校体育大会・第38回全国中学校柔道大会	男子個人戦 81kg級 優勝
平成20年3月	プレーメン国際柔道大会	17歳以下 81kg級 優勝
平成20年6月	第61回広島県高等学校総合体育大会	男子個人戦 81kg級 優勝
平成20年8月	平成20年度全国高等学校総合体育大会・第57回高等学校柔道大会	男子個人戦 81kg級 ベスト16
平成21年3月	平和カップ広島柔道大会	高校男子団体戦 優勝

【取材後記】とても明るく笑顔でインタビューに答えてくれる宇都宮選手でした。今後、日本柔道界を代表し、世界の強豪と戦い勝利する姿を、そして、金メダルを胸に輝かせ、表彰台に上がる姿を楽しみに応援していきたいです。(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、全国総合開発に於ける「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(車両) ⇒ 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けますようお願いいたします。



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

広島市レスリング協会



副理事長 衣川 知孝

レスリングとの出会い

私とレスリングの出会いは、小学校5年生のころに見た東京オリンピックで日本人選手が活躍し、5人もの選手が金メダルを獲得する姿に「おもしろいスポーツだ」と興味を持ったことだったように思います。

格闘技が大好きだった私は空手や柔道などのスポーツの経験を経て、広島市立工業高校でレスリングの同好会を作りましたが、練習場所も確保できない当初は屋上に畳とマットを合わせ引き詰め練習をしていました。

学校にはレスリングを指導できる先生は一人もいませんでしたが、頼み込んで監督を引き受けてくれた向井先生のお世話になり、ほかの高校やレスリングの強かった山口県のクラブ・高校に出がいこを繰り返し、国土舘大学のレスリング部から入学の誘いを受けました。

父を早くに亡くした私は金銭的に大学の入学は難しいと思っていましたが推薦をいただき、その上、建築が夢だった私は工学部の建築科にも入学することができました。そのころにお世話になった方には、今でもありがたく思っています。

みなさんへの恩返し

私はレスリングで知り合ったいろいろな人との人間関係に助けられていると思います。

そのため、少しでも恩返しができたらとの思いからジュニア選手の指導を始めました。

毎年各地で開催される全国少年少女レスリング選手権大会は、1,000人から1,500人が参加する大きな大会です。

私は2人の子どもが小学生の時、レスリングをしていていたので、毎年この全国大会に参加することがとても楽しみでした。

その当時は仕事も忙しく、年に一度の家族旅行はこの全国大会だけでしたが、楽しい思い出をたくさん作れたと思います。

広島で全国大会を

今年の1月18日には、東広島で中四国少年レスリング選手権大会を開催させていただきました。世界で活躍する女子選手の新海真美選手・西牧未央選手を迎えて、にぎやかで楽しい大会となりました。

その時に全国少年少女レスリング連盟副会長の今泉さん（現会長）から、「来年は広島で全国少年少女の大会を開いてみてはどうか。」と申し出を受けました。

広島で日本レスリング界の最も大きな全国大会を成功させることができるのか不安も大きいですが、子どもたちの励みになり、選手強化・選手拡大につながり、そして、広島県・広島市レスリング協会の組織強化にもつながるとの思いから平成22年に誘致しようと動き出しました。

小学生選手、同行する保護者ともに1,000人以上、役員・補助役員100名以上の日本一大きなレスリング大会を成功に収めることができるのかとのプレッシャーも大きいですが、広島で開催することで子どもたちに少しでもレスリングの楽しさと広島の良い思い出を、そして、広島のレスリングが元気になることを夢見たいと思います。



特別会員を訪ねて Part47 (敬称略)



「緑とハートで地域と社会に
貢献する」

有限会社 大下大松園
代表取締役 大下 隆

弊社は、「緑とハートで地域と社会に貢献する」をモットーにする造園緑化事業の会社です。

小さな個人庭園から公共の緑化工事等、昭和30年の創業以来、いろいろと手がけてまいりました。私は、まわりのたくさんの人たちに助けられ、また、励まされながら、何とか今日まで続けてくることができたように思います。

本年は、新しい広島市民球場が完成し、少しながら球場周辺の植栽工事をお手伝いさせてもらうこともでき、少しでも地域に貢献できたのではと思っている次第です。

これからいろいろなスポーツ施設に緑や芝生等さまざまなことでかかわることができればと、社員一同、技術の向上をしていく所存でございます。

「さまざまな活動を企画し、
スポーツを通して
地域に貢献したい」

有限会社 ダブルオー
代表取締役 大山 純市



弊社は、J-CAFE、つけ麺本舗ばくだん屋、もつ鍋小鉄と3業態の飲食事業を広島から全国に展開しております。

地域貢献の一環として、社を挙げて、子どもたちのサッカー大会の開催やサンフレッチェサポーターとして「ビッグアーチを紫に染めよう！」という活動などを行ってまいりました。

また、今年度からはカープも含め、広島のスポーツを盛り上げたいという思いから、さまざまな活動を企画しております。

スポーツを通して地域に貢献できるよう、今後も努めてまいりたいと考えております。



「誠実と社会に貢献」

有限会社 広成堂
代表取締役 岡田 行博

弊社は、平成元年にオフィス用品販売、不動産事業、住宅火災防犯設備を取り扱う会社として創業し、「誠実と社会に貢献」を社風に歩んでまいりました。

広島は、平和都市として、スポーツを通して世界の平和を訴えてきた側面を持っています。

このことは、中央で活躍するアスリートの輩出を始め、青少年のスポーツによる人間的成長のパワーの源ともなっております。

本来、スポーツは、国境や人種を越えて、人類の幸福と喜びを共有するものだと思っています。

弊社社員一同、スポーツに携わる関係者のご尽力に感謝し、今後とも、より一層スポーツが発展されますよう微力ながら貢献してまいります。

「“剣心一如”の精神で」

オリエンタルホテル広島
総支配人 荒木 潤一



弊社は、「都市と文化が響き合う、知的時間」をコンセプトに平成18年の秋にオープンしたホテルです。

私は仕事上、日々、アートや音楽の知識を磨いていますが、やはり精神力を鍛えるためにスポーツも必要です。

私事ですが、長年、剣道をしていたこともあり、座右の銘は“剣心一如”。この言葉は「剣は人なり、剣は心なりといわれるよう、剣は心によって動くものであり、正しい剣の修行をすれば、正しい心を磨く結果になる」という意味を持ちます。

ホテルマンとして正しい心でお客様に接するよう、自らにもスタッフにも厳しくありたいと思っています。

広島市スポーツ少年団情報コーナー (敬称略)

どなたでも楽しめるオープン交歓会を開催します！

「ヨットに乗って 海を感じてみよう！」

(1人乗りのヨットに乗ってみませんか?)
オープンヨット交歓会



- 1 日 時：7月12日(日) 10時～16時半
〈受付9時30分～〉
- 2 会 場：広島観音マリーナデインギヤード
(マリーナホップすぐそば)
- 3 内 容：小型ヨット〈1人乗り〉セーリング体験
大型ヨット乗船体験など
- 4 参加料：500円〈昼食代含む〉
- 5 定 員：市内小・中学生 20人(先着順)
- 6 連絡先：広島観音マリーナデインギヤード
電話(082)296-7725

「初心者でも大丈夫!! テニスを始めて みませんか？」

オープンテニス交歓会



- 1 日 時：8月18日(火) 15時～17時
〈受付14時30分～〉
- 2 会 場：リョーコーテニスクラブ
(広島スタジアムすぐそば)
- 3 内 容：テニス教室、テニスゲームなど
- 4 参加料：500円
- 5 定 員：市内小・中学生 40人(先着順)
- 6 連絡先：広島市テニス協会 スポーツ少年団係
電話(082)209-5201

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掲載しています。

「中学校バレーボールの部活動とスポーツ少年団」

事業推進部 福田 嗣伸



現在、中学校では中学校体育連盟主催の公式戦が、年間を通じて4大会(新人戦、地区大会、選手権、総合体育大会)あります。

もちろんチームの事情によりますが、3年間必死に頑張ってきたけれど、公式戦においてベンチにも入れないという選手がいます。

また、「バレーボールがやりたいのに自分の中学校にはバレーボール部がない。」ということもあります。

そのような状況の中、中学生のスポーツ少年団の交歓大会は、年間を通じて5大会あります。

大会規定を満たしていれば1団体から複数のチームが参加することも可能であり、中学校体育連盟主催の大会では出場する機会がなかった生徒が、試合経験を通じていろいろなことを学べます。

中学校でバレーボール部がない生徒は、クラブチームに所属し、スポーツ少年団の大会に参加できます。

子どもたち全員に試合を通じて経験できる楽しさや悔しさを、ぜひ増やしてあげたいものです。

あなたと地球の
未来のために。



地球環境問題の解決は、私たち一人一人の宿題です。

中国電力では、これまで培ってきた技術・経験を活かして、世界各地で環境にやさしいさまざまな活動を行っています。



◎風力発電開発支援
(コロンビア)



◎石炭火力発電のエネルギー
効率改善活動(トルコ)



◎小水力発電の新規開発のための
現地調査(インドネシア)



◎炭鉱メタンガスを利用した
発電・熱供給プロジェクト(ポーランド)

中国電力株式会社 www.energia.co.jp

全国大会に出場できるように 団員一同、頑張っています

広島メイプルレッズジュニアスポーツクラブ
スポーツ少年団 代表指導者 吉近 充洋

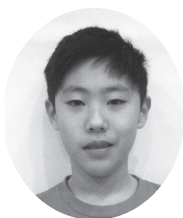
広島メイプルレッズジュニアスポーツクラブスポーツ少年団は、東区東浄小学校グラウンドの「東浄教室」(水曜日の午後5時から7時まで)と、西区己斐上のひろぎんの森体育館の「ひろぎんの森教室」(土曜日の午後2時から4時まで)の2つの教室があります。両教室合同の練習会も、毎月行っています。

みんな学校は違って、一緒にハンドボールを楽しむ仲間。練習を手伝ってくれるお父さんやお母さんたちと、時々、ゲームをしたり、楽しく活動をしたりしています。

練習には「広島メイプルレッズ」の選手も可能な限り指導に当たってくれます。トップレベルの選手から直接指導を受けることができる少年団は、他にはないと思います。

昨年度は、高学年男子チームが始めて県大会で優勝し、西日本大会に初出場することができました。選手から教わった技術をゲームで生かせるように練習を積んで、今年も全国大会に出場できるように団員一同、頑張っています。

みなさんも一緒にハンドボールを楽しみませんか？



**どんな苦しい練習も
一生懸命頑張っています**

庚午小学校6年生
高橋 志門

僕は、ハンドボールを3年間続けてきました。小学校6年生になって、最後の全国大会に向けて、みんなをまとめるために自分からすすんで大きなかけ声を出し、どんな苦しい練習も一生懸命頑張っています。

フットベースボールの 新設団の増加に努めたい

可部リトルスターズスポーツ少年団
代表指導者 大橋 一正



可部リトルスターズスポーツ少年団は、学区子ども会のチームとしての活動を続けながら、広島市で初のフットベースボール競技のスポーツ少年団として、平成16年4月1日に発足し、現在に至っています。

フットベースボール競技は、『捕る・投げる・ける・走る』の各運動が盛り込まれ、小学校低学年からできる団体競技(球技)で、選手の技術だけでなく、指導者の能力や周りで支える母集団の活気が、チームの勝敗や選手たちの成長に影響を与える競技者も母集団も一緒に楽しめるスポーツです。

しかし、昨今の少子化の影響による競技人口の減少が、新設単位団増加の妨げとなっており、単位団としても新設団の呼びかけにも苦慮しているところです。

そんな中でも、広島市スポーツ少年団にオープン交流会を開催していただいたり、当団としても親善大会を開催したり、競技の楽しさや少年団活動の目的などをお知らせしているところです。

引き続き、多くの交流チームに呼びかけを行い、少しでもスポーツ少年団加入チームの登録が増加するように努めていきたいと思っています。



もっと遠くに飛ばしたい

可部小学校6年生
平田 和穂

私が、今、頑張っていることは、フットベースボールです。私が小学校2年生の時、お姉ちゃんと一緒にスポーツ少年団に入りました。フットベースボールをすごく長い時間やっているけど、もう今年で最後の年です。

特に今、私が頑張りたいことは、けりでもっとボールを飛ばせるようにすることです。

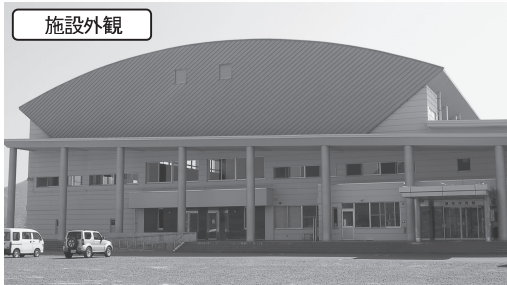
私は、あまり遠くに飛ばせないなので、もっと飛ばせるようになりたいです。

スポーツ施設紹介

広島市佐伯区スポーツセンター

湯来体育館

施設外観



自然あふれる湯来のまちでスポーツを楽しもう！

広島県の奥座敷、天然温泉と豊かな自然があふれる湯来地区の入り口に湯来体育館があります。

湯来体育館は、平成10年11月に開館した総合体育館で、体育室のほか、剣道場やトレーニング室があり、湯来地区はもとより、市内中心部からも利用者が訪れ、バスケットボールやフットサルなどで、多くのみなさまにご利用いただいています。

特に中体育室で利用できるフットサルは人気があり、団体利用のみならず、個人での利用も多くあります。また、公式試合で利用可能なフットサルゴールを備えるほか、体育室の半面利用でも対応できる



トレーニング室

よう、簡易なミニゴールもご用意しています。

また、運動広場（ナイター設備あり）と庭球場（クレイコート2面）も隣接しており、軟式野球、ソフトボール、サッカーなどもご利用いただけます。

快適な環境でスポーツ合宿はいかがですか？

湯来体育館は、平成18年度、19年度にバスケットボール男子日本代表が合宿を行った施設です。

近隣の宿泊施設とタイアップしたお得な合宿プランを提案しますので、ぜひ、スポーツ合宿にご利用ください。

また、地域や小グループのレクリエーション活動にもご利用いただけますので、自然豊かで静かな環境の中、楽しくレクリエーション活動を行ってみてはどうですか。

快適な環境を提供します！



中体育室



1階ロビー

健康づくりを応援します！

ヨガなどの教室開催をはじめ、トレーニングの指導・助言や体力づくりについての実技指導など、個人レッスンプログラムを実施し、一人ひとりの健康づくり・体力向上をサポートします！ぜひ、みなさんご参加ください。



運動広場

【施設概要】

- 中体育室（35m×28m）
- 剣道場（30m×15m）
- ランニングコース（1周150m）
- トレーニング室（筋力トレーニングマシン、有酸素運動マシン、フリーウエイト）
- 会議室

【開館時間】

- 午前10時から午後10時まで

【休館日】

- 火曜日（休日の場合を除く）、8月6日、12月28日から翌年1月4日まで

【交通案内】

- 五日市駅南口から・・・広電バス 湯来・杉並台団地方面行き 砂谷中学校前下車

【所在地】

- 〒738-0512 広島市佐伯区湯来町白砂1215-1
TEL：(0829) 40-5100 FAX：(0829) 86-1600

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 ウェスト 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。

大好評

Do! 元気DEスポーツ! Enjoy!

佐伯区スポーツセンター 湯来体育館の巻

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。



たんぽぽ

（卓球）

代表者の上川清さん(左)にお話を伺いました。

私たちにできるスポーツをして楽しもう！

私たちのクラブは、湯来体育館で個人利用としてバドミントンなどを楽しんでいた仲間たちが集まり、「湯来町に新しくすばらしいスポーツ施設ができたので、わたしたちにできるスポーツをして楽しもう。」という思いから、平成12年度に発足しました。

誰にでも簡単にでき、なじみやすいということで、発足後は卓球を楽しんでいます。



現在の会員は、男性4人、女性2人で、毎週月曜日の午後1時から4時まで湯来体育館で活動しています。活動前には、20～30分程度、トレーニング室で施設の職員の方に無料でストレッチ指導をしてもらうこともあります。

とてもいい準備運動にもなりますし、健康づくりにも役立っています。



プレー中は、卓球を楽しむ明るい声が絶えません。1プレー1プレー、一喜一憂しながら、卓球を楽しみます。

気持ちの良い汗で、満足感はいっぱい！

活動は、ラリーを中心に行っていますが、相手のレベルに合わせて練習し、ときには指導し合い、活動が終わってみれば、『気持ちの良い汗をかいたなあ〜。』と、満足感でいっぱいです。

活動時間の合間に入る休憩では、広々とした湯来体育館のロビーで町内のちょっとした出来事を話したり、世間話をしたりして、本当に気が合うメンバーで楽しい時間を過ごしています。

「無理せず、マイペースで！」

週1回の活動ですが、とてもいい運動になりますし、これからも「無理せず、マイペースで」という気持ちで、自分たちの体力維持など健康づくりに役立てていきたいと思っています。

会員は、男・女問わず、高齢者の方を募集しています。とてもきれいな湯来体育館で、私たちと楽しい時間を過ごしませんか。興味を持たれた人は、湯来体育館までご連絡ください。お待ちしております。



【取材後記】はつらつとプレーし、「やった〜。」「うまく打てた〜。」と明るい声で卓球を楽しまれる姿がとても印象的でした。これからも自然あふれる湯来体育館で、楽しい時間を過ごしていただきたいと思っています。（板野）

安全・安心・美味しさをお届けします。

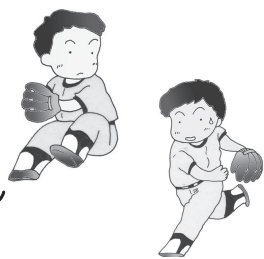
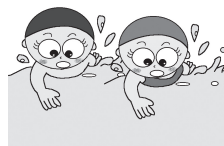


広島駅弁当株式会社 広島市東区矢賀 5 丁目 1-2 <http://www.ekibento.co.jp>
TEL(082)286-0181 FAX(082)285-2272 営業部 向井

水分補給のテクニック

スポーツ選手にとって運動中の水分補給は熱中症の危険から体を守るためだけでなく、競技パフォーマンスの低下を防ぐためにも重要です。ベストパフォーマンスを発揮するために、以下のポイントに注意し、自分に適した水分補給を習得しましょう。

運動の種類と水分補給の目安

運動の種類	持続時間	水分摂取量の目安	
		競技前	競技中
トラック競技 野球 サッカー バレーボール バスケットボール マラソン など 	3 時間以内	250 ~ 500 ml	500 ~ 1000 ml (1 時間あたり)
ウルトラマラソン トライアスロン など 	3 時間以上	 こまめに水分補給を しましょう！	500 ~ 1000 ml (1 時間あたり) 100ml あたり、ナトリウム量 40~80 mg の飲料が理想

注意点

- 練習前後の体重をチェックする（体重±1%以内を目標に）
- 口あたりがよく飲みやすいものを選ぶ
- 水温は5 ~ 15 °Cが望ましい
- 5 %程度の糖質（炭水化物）を含んだものが適当
- 1 回あたり 200 ml 程度を目安に 15 ~ 20 分おきにこまめに摂取する
- 感染症予防（インフルエンザなど）のため、回し飲みはしない
- 練習後の尿（量や色など）をチェックする

糖質炭水化物成分表

エネルギー	000 kcal
たんぱく質	00 g
脂質	00 g
炭水化物	00 g
ナトリウム	00 g
その他	00 g



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。

スポーツイベントを支えるボランティアの一日に密着！！

みなさんは、サンフレッチェ広島の実で黄色のピブスを着たスタッフや広島東洋カープの実で赤いポロシャツを着たスタッフが、入場ゲートやスタンドで活動している姿を見たことはありませんか。

それは、広島市スポーツ協会にボランティア登録している『スポーツイベントボランティア』のみなさんです。

今回は、広島ビッグアーチで活動するスポーツイベントボランティアの一日をご紹介します。

9:30	受付	各担当業務のボランティアリーダーは、おおむね開門2時間半前に集合します。集合すると、すぐに『リーダーミーティング』を行い、当日の業務内容等について事前の確認を行います。 リーダー以外のボランティアは、開門1時間半前に行われる『全体ミーティング』の開始時間までに集合します。
10:00	リーダーミーティング	
10:30	全体ミーティング	
10:50	各持ち場にて開門前準備	『全体ミーティング』では、当日の活動内容やこれまで業務内容との変更点・注意点などが説明されます。その後、リーダーを中心に担当業務ごとの打ち合わせを行います。 担当業務ごとの打ち合わせが終了すると、各持ち場へ移動し、お客様の来場に向けて、準備を行います。  開門前の配布物等の準備  全体ミーティング
11:30	年間パス保有者入場	
12:00	開門 (改札や座席案内などの業務)	
14:00	試合開始	入場ゲートでは、入場券の確認やチラシなどの配布を行います。そのほか、スタンドでは座席案内を行ったり、総合案内所ではお客様の様々な質問にお答えしたりします。 試合開始後は、業務の合間に交代で休憩を取ります。  スタンドでの案内  チラシなどの配布  総合案内所での応対
	休憩	
	試合終了	
15:45	ゴミ回収など	試合終了後は、通路やメインスタンドでゴミの回収など、簡単な清掃作業を行い、業務が終了します。
16:00		
16:05	反省会	
16:30	解散	業務終了後は、お客様の意見や当日の活動において問題があった点などを話し合い、今後の活動に生かすよう反省会を行います。反省会が終了すると一日の活動が終わり、解散になります。

※ 本スケジュールは、サンフレッチェ広島の実での活動例です。対象となる試合により、活動の内容や時間が、若干、異なります。

あなたも参加してみませんか。スポーツイベントボランティア募集中！！

スポーツイベントボランティア活動に興味のある方、活動内容を詳しく知りたい方は、(財)広島市スポーツ協会事務局事業課までお問い合わせください。TEL: (082) 243-0579

JTサンダーズ



今回は、Vプレミアリーグに所属する『JTサンダーズ』（男子バレーボールチーム）をご紹介します。「JTサンダーズ」は、Vプレミアリーグでのひたむきなプレーや競技教室など、バレーボールを通じて、『皆様に最高の勇気と感動をお届けしたい。そのために、進化しつづけたい。』という想いで活動に取り組み、選手一丸となって、日本一を目指し、日々、頑張っています。

昨年度、日本代表コーチとして北京五輪に参加し、今年4月から新たにJTサンダーズのコーチに就任した久保義人さん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. JTサンダーズは、どんなチームですか？

A. チームは、闘争心を前面に出してくるチームと闘志を内に秘めて戦うタイプの2つがありますが、どちらかと言うと後者のタイプで、比較的小となしい雰囲気ของทีมです。

ただ、選手自体は、とても明るいキャラクターの選手が多いです。

Q. JTサンダーズのプレースタイルを教えてください。

A. 伝統的にディフェンシブで、しっかり守って相手のミス誘うといったスタイルです。ディフェンスのレベルは、とても高いチームです。

昨年度は、特に組織的なブロックができていました。ゴードン監督がチームにもたらした改革がうまくいった結果だと思っています。

これからは持ち味の守備を生かしながら、点を奪い取れるよう、攻撃力のアップが非常に大事だと思っています。

Q. JTサンダーズのコーチに就任される前は、チームに対してどのようなイメージを持っていましたか。

また、就任後、そのイメージは変わりましたか。

A. 私は、以前、他のチームにいたため対戦したこともありますが、やはりディフェンスが強いチームといったイメージがあり、就任後でそれほどイメージが違うということはありません。

ただ、チームに入ってみると思った以上に各選手の能力が高いなと思いました。各選手、それぞれ秀でているものをもっており、とても楽しみです。

しかしながら、今後、チーム全体の力を積み上げていくには、各選手にある一定以上のレベルがあることが前提になってきますので、「チャンスボールは確実にセッターに返す」、「トスはスパイカーが打てる場所へ上げる」など基本的なことをきっちりこなせるようにしていきたいと思っています。

また、もっと気持ちを前面に出して、相手を威圧するようなチームになるといいなと思っています。



写真提供: JT サンダーズ

Q. 昨年度リーグ戦を5位で終え、3年ぶりのファイナルラウンド進出を惜しくも逃してしまいましたが、チームのレベルアップを図り、上位進出を目指すには、どのような点を強化する必要がありますか。

A. 先ほどもお話しましたが、持ち味の守備を生かしながら、点を奪い取れるよう攻撃力のアップが非常に大事だと思っています。1本目の「ボールを上げる」ということについては、レベルが高いので、2本目の「つなぐ」、3本目の「決める」といった点を強化していきたいです。

トスの精度やスパイカーの工夫なども大事ですし、ゴメス選手を中心にしながら、他の選手もバランスよく攻撃できるよう、攻撃のバリエーションを増やしていくことも必要だと思っています。



写真提供: JT サンダーズ

Q. ひと言で言うところのどのようなチームにしたいですか。

A. 常にタイトルを獲得するような常勝チームにしたいです。

「全日本の選手と言えば、JTの選手」と言われるよう、日本を代表する選手が集まり、それでいておごることなく、ひたむきにバレーボールに取り組みむようなチームにしたいです。

Q. 今年のチーム目標を教えてください。

A. 天皇杯やVプレミアリーグ、国民体育大会など参加するすべて大会で、頂上を目指し、タイトルを獲得することです。

Q. 選手を指導するにあたり、普段、心がけていることはありますか。

A. 指導者は、結果をすぐに求めがちで、うまくいかない手とり足とり指導してしまいがちですが、そこをぐっと我慢し、選手に考える余地、変わる余地などを与え、自分で考え、変わっていきけるようにという思いで指導するよう心がけています。

すばらしい環境にありますし、バレーボールで結果を出し、タイトルを取ることが絶対条件でバレーボール部に所属していると思いますので、選手には、そのことをしっかり理解してもらい、24時間、バレーボールのことを考え、食事や身体のケアなど常に自分の行動を意識し、日々、取り組んでもらいたいです。

チーム名の由来

チーム名「JTサンダース」は、天空を引き裂く、強大な自然のエネルギー、人を驚かす雷鳴、そして美しい稲妻。
JTチームの天空を引き裂く様なスパイク、観客席が、敵、味方を越え、驚く様なファインプレー、そして美しいまでのコンビプレー
これが、JTのサンダースのイメージです。



Q. 注目選手を教えてください。

A. 日本代表のスパイカー小川旭選手と期待のセッター井上俊輔選手です。

小川選手は、日本代表としてひと回り大きく成長してもらいたいです。

井上選手は、セッターなのでキャリアをたくさん積む必要がありますが、十分日本代表を目指せる逸材だと思っています。



写真提供: JT サンダース

Q. トップス広島の活動で、バレーボール教室を開催したり、地域に出向いたりすること多いと思いますが、この活動についてどう思いますか。

A. 選手は、自分たちを知ってもらいたい機会になりますし、子どもたちとふれあうことができますので、たいへん素晴らしい活動だと思います。

「選手は大きいなあ」、「すごいスパイクを打つなあ」と思ってもらだけでも、子どもたちのいい経験になると思いますし、たいへん喜んでもらっています。

将来、JTのユニフォームを着る選手が、出てきてくれるとうれしいですね。

Q. 最後に、ファンや市民へ一言、お願いします。

A. 応援してくれる人に喜んでもらうことは、やはり、「勝つこと」だと思いますので、そのために最大限の努力をしています。みなさん、どうぞ、応援をよろしくお願いいたします。

JTサンダース ホームページ

<http://www.jti.co.jp/knowledge/thunders/index.html>

沿革

原爆による記録資料の消滅により、詳細な創部時期は不明ですが、大正時代末からあった女子部の練習相手をしていた男子選手が中心となり、1931年に正式に発足したと言われています。

戦時中は、一時部活動を休部したものの、1952年には『専売広島』として「全日本実業団選手権」に出場し、1955年には同大会でベスト4の成績を収めました。また、1962年には、のちにオリンピックで金メダルを獲得するなど大活躍し、「世界一の名セッター」と言われた猫田勝敏氏（故人）が入部し、猫田勝敏氏を中心とする『専売広島』は、1973年に「第7回日本リーグ」で準優勝を果たしました。

チームは、1985年に名称を「日本たばこ」へ、1988年には「JT」に改名し、1994年から始まったVリーグでは、リーグ開始時の8チームのひとつとして参加し、この十年は、Vリーグや全日本選手権でも、たびたび優勝争いに加わる強豪チームとなっています。

近年では、2001年、2004年に「黒鷲旗全日本男女選抜バレーボール大会」で優勝、2008年には「天皇杯・皇后杯 全日本バレーボール選手権大会」で優勝を収めていますが、Vリーグでは準優勝が4回と、あと一歩で優勝を逃しています。

「2009/10Vプレミアリーグ」においては、悲願のリーグ初優勝を目指し、また、皆様に『最高の勇気と最大の感動』をお届けできるよう頑張りますので、JTサンダースの応援をよろしくお願いします。

昨年度のチーム成績

2008/09Vプレミアリーグ 5位(14勝14敗)

天皇杯・皇后杯 全日本バレーボール選手権大会
ファイナルラウンド2回戦進出

第58回黒鷲旗全日本男女選抜バレーボール大会
ベスト8

(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、この信念のもとに

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

高円宮杯 2009ホッケー日本リーグ 10勝2分2敗と勝敗で
並ぶも得失点差で2位

コカ・コーラウエストレッドスパークス 惜しくも準優勝



4月11日に開幕した高円宮杯2009ホッケー日本リーグで、コカ・コーラウエストレッドスパークス（女子ホッケーチーム）が、初優勝を逃すも、これまでで最高成績となる準優勝を収めました。

昨年度の日本リーグは、4位に終わったものの、国民体育大会と全日本女子ホッケー選手権大会では、準優勝と着実に結果を残して臨んだ今年の日本リーグ。

上位チームの実力が拮抗し、1つも落とせない試合が続くなか、第3節終了時点で4勝1敗1分の3位。しかしながら、第4節の5月16日に過去1度も勝利していない天理大学に2対0で勝利すると、第5節ではDF小野真由美選手のゴールなどで南都銀行、立命館大学に快勝して4連勝。4試合を残し、コカ・コーラウエストレッドスパークスは、8勝1分1敗で単独首位に立ちました。



第6節の6月13日は、初優勝に大きく前進するためにも絶対に負けられない相手、昨年度の覇者ソニー宮との対戦となりました。

地元広島で開催された試合であり、たくさんの声援が送られるなか、FW 爲藤夏弥選手のゴールなどで前半を2対1とリードしましたが、後半に2得点され、2対3で逆転負け。翌14日の東海学院大学に勝利したものの、9勝1分2敗の勝ち点28で、9勝2分1敗勝ち点29のソニー宮に勝ち点1差の2位に後退しました。

優勝に望みをかけた最終節。優勝は、ソニー宮の試合結果次第という状況になりましたが、残り2試合を全勝するという強い気持ちで、コカ・コーラウエストレッドスパークスの選手は戦いました。

迎えた最終節、20日の天理大学戦は2対1で逆転勝利を収め、初優勝に望みをたないものの、最終戦では勝ち越しの1点が奪えず、山梨学院大学に2対2で引き分け。最終成績でソニー宮に10勝2分2敗勝ち点32で並んだものの、得失点差で2位となり、初優勝を収めることはできませんでした。

惜しくも準優勝となりましたが、優勝を目指して、最後の最後まで選手たちは戦い抜きました。初優勝を逃した悔しさを、選手たちは、必ず次の戦いにつなげてくれるはずです。

頑張れ！コカ・コーラウエストレッドスパークス！

【最終成績】

	勝	分	負	勝ち点	得点	失点	得失点差
1位 ソニー宮 BRAVIA Ladies	10	2	2	32	36	8	28
2位 コカ・コーラウエストレッドスパークス	10	2	2	32	32	9	23
3位 グラクソ・スミスクライン	8	1	5	25	32	17	15
4位 南都銀行	7	4	3	25	27	11	16
5位 天理大学 ヘアーズ	7	2	5	23	21	18	3
6位 山梨学院大学 CROWNING GLORIES	3	5	6	14	18	25	-7
7位 立命館大学 ホリーズ	2	0	12	6	13	50	-37
8位 東海学院大学	0	2	12	2	5	46	-41



写真提供：コカ・コーラウエストレッドスパークス ホッケー部



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/>