



生涯スポーツとやま

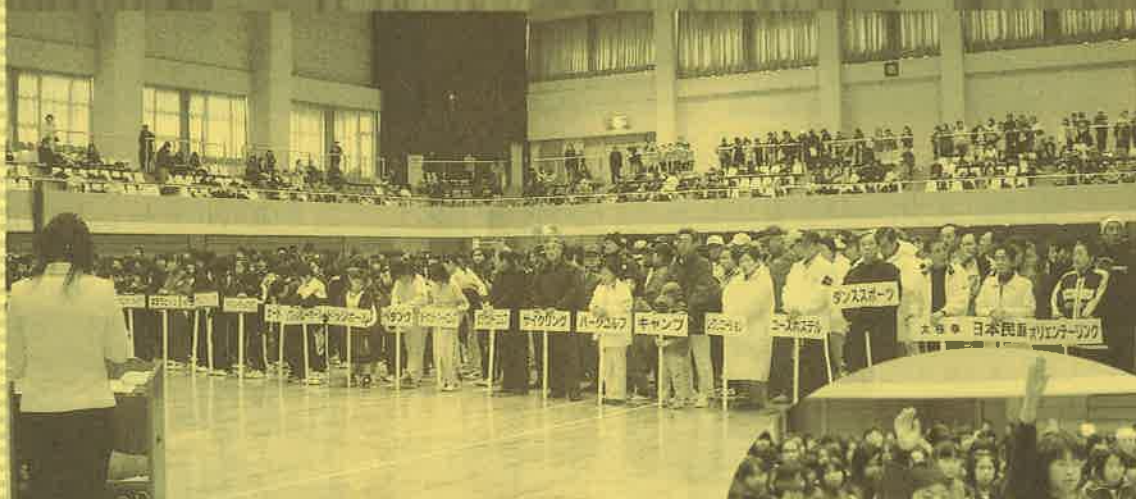
Life-Long Sports



分家射水市長 歓迎の言葉

一周年記念 第15回 富山県民スポーツ・レクリエーション祭冬季大会

雪のシンフォニー



選手宣誓 細谷隆さん・金子茉樹さん



オープニングアトラクション「よっしゃKOI」の華麗な舞

発行日/平成19年3月

発行/富山県生涯スポーツ協議会

〒939-8252 富山市秋ヶ島183 富山県総合体育センター内

TEL076-428-8522 FAX076-428-8577

印刷/(株)なかに印刷

生涯スポーツ協議会ホームページ URL <http://www.sportsnet.pref.toyama.jp/member/syougai-sports>



第42号

2007

第15回富山県民スポーツ・レクリエーション祭 冬季大会

雪のシンフォニー

in射水

平成19年2月4日(日) 新湊総合体育館、奈呉の江西公園グラウンド他

射水市誕生1周年記念事業とあわせて開催した本大会は、地元射水市の分家静男市長をはじめ、多数の来賓の方々をお迎えし、新湊総合体育館で盛大に総合開会式を挙行了たしました。

坂田大会委員長の力強い開会宣言に始まり、米原県議会議長から激励のこたばを、分家市長から歓迎のこたばをいただきました。また、参加者を代表し、市民スポーツのドッジボール大会に出場する細谷隆(中太閤山小)さんと金子菜樹(新湊小)さんが元気に宣誓し、寒さに負けず最後まで活動することを誓い合いました。

また、総合開会式に先立ち行われたオープニングアトラクションでは、地元よさこい愛好グループ「よっしゃKOI」のメンバーによる、勇壮で華やかな演舞が行われ会場を魅了いたしました。



市民スポーツ大会ドッジボール

参加 31チーム 参加者 550名

	優勝	2位
男子の部	大門ファイターズ	大島フレンズA
女子の部	新湊ミニバス	小杉JVC
	3位	3位
男子の部	太閤山少年野球クラブ	大島ベアーズ
女子の部	塚原ラビッツ	下村バレーボールクラブ



雪上ゲートボール

参加 18チーム 参加者 160名

	優勝	2位
1コート	牧野チーム(高岡)	庄川雄神(庄川)
2コート	大滝(福岡)	安養寺A(富山)
3コート	福光(福光)	五鹿屋(砺波)



スノーバレー

参加チーム 14 参加者 99名

	優勝	2 位
混合の部	山田シース	海王丸
ファミリーの部	塚原 V 6 on	塚原 V 6 win
	3 位	4 位
混合の部	うなっきー	山田エース
ファミリーの部	新 保	カモン



雪上ドッジボール

参加者数 140名

優勝	2 位	3 位	3 位
針原パイレーツ (富山市)	太閤山元気ボーイズ (射水市)	五福ダイヤモンドサンズ (富山市)	杉っ子ドッジファイターズ (射水市)

雪上ペタンクティール

参加者 22名

	優勝	2 位
ティールの部	新屋榮太郎(砺波・庄川)	川辺 俊雄(砺波・庄川)
シングルス	新屋榮太郎(砺波・庄川)	斉藤 孝平(砺波・庄川)
	3 位	
ティールの部	斉藤 孝平(砺波・庄川)	
シングルス	大浦 勇三(砺波・庄川)	



雪上ターゲット・バードゴルフ

参加者 52名

	優勝	2 位
男子の部	清原 孝明(砺波)	境 正男(砺波)
女子の部	近江 信子(砺波)	吉田エイ子(入善)
	3 位	4 位
男子の部	宮森 重秀(上市)	林 茂樹(立山)
女子の部	高多 謹子(砺波)	山田 笑子(上市)
ホールインワン賞		
清原 孝明(砺波)	土倉 豊治(砺波)	土井 勝利(立山)



雪上グラウンド・ゴルフ

参加者 116名

	優勝	2位
男子の部	佐野 繁之(高岡市) 打数54	倉山 信雄(高岡市) 打数57
女子の部	加藤美代子(射水市) 打数63	吉田 麗子(射水市) 打数64
	3位	4位
男子の部	松原 敏治(高岡市) 打数58	橋本 忠二(高岡市) 打数59
女子の部	脇田 光子(砺波市) 打数66	斉藤 和子(砺波市) 打数66



雪上自転車BMX・MTB

参加者 51名

	優勝	2位	3位	4位
BMX女子小学 4～6年生	京谷 未央 (新湊小学校)	越後 瞳 (新湊小学校)	荒木 未美 (作道小学校)	磯部 遥 (作道小学校)
BMX男子小学 4～6年生	越後 直人 (新湊小学校)	久郷 平郎 (新湊小学校)	戸田 庄一 (新湊小学校)	氷海 茂 (新湊小学校)
BMX女子 一般	青見 久子 (富山市)	甲 洋子 (高岡市)	福村むつ子 (富山市)	藤井 和子 (高岡市)
BMX男子 一般	田中 明男 (南砺市)	西田 信 (富山市)	山谷 文雄 (高岡市)	鎌谷 賢治 (高岡市)
サンドバギー オープン	森 辰夫 (南砺市)	伊藤 安史 (富山市)	二塚 淳 (高岡市)	斉藤 昭雄 (南砺市)



雪上パークゴルフ

参加者 165名

- ・9ホール・ストロークプレイ
- ・ホールインワンゲーム・5ホール(15点満点)



雪の造形

参加者 68名

雪だるまコンテスト		
優勝	2位	3位
あかべー (富山市)	じゅらびー (射水市)	おやこ (射水市)
紙粘土で		
優勝	2位	3位
たかた ひかる (富山市)	あみ ちはる (射水市)	いそべ はるか (射水市)



みんなでチャレンジ GO"GO"

参加者 81名

	優勝	2位	3位
子供の部	表 わかな (下村小学校)	堀 隆哉 (戸出東部小学校)	島倉 成美 (下村小学校)
大人の部	中山 晃 (射水市)	京谷 清 (射水市)	松嶋 智 (高岡市)



わんぱくゲレンデ

参加者 264名

	優勝
小学校高学年	石動 成章(長岡小学校)
保育園児	石動まさあき(徳岡幼稚園)



日本民踊

参加者 120名

- ・会員、一般参加者が年齢を問わずフリーで参加
- ・日本民踊の講習、各地の民踊を楽しく指導



ダンススポーツ

参加者 120名

チーム名	種目・曲名
(1)新湊実年ダンスクラブ	ジルバ、ルンバ
(2)新湊カモンスポーツクラブ・ダンススポーツクラブ	ルンバ、ワルツ
(3)氷見ジュニアダンススポーツクラブ	リズム体操、チャチャチャ
(4)かがやきジュニアダンススポーツクラブ	リズム体操、チャチャチャ
(5)かがやきダンススポーツサークル「きらめきチーム」	フォーメーション「ワルツ」
(6)野村禮二・藤井恵美子 組	ワルツ
(7)福田光栄・福田美雪 組	チャチャチャ、ルンバ
(8)JDSF公認技術認定会 参加者38名	課題曲とアマルガメーション



太極拳

参加者 180名

- ・表演発表: 県内加盟団体会員(10団体:10種目)
- ・体験講習: 年齢・性別を問わず、どなたでも参加のできる講習会



ウォークラリー

参加者 23名

	優勝	2位
一般男子	成瀬 行雄	中島 謙一
一般女子	小中 好子	堀井 春美
少年	山口 正純	伊東 三郎
	3位	4位
一般男子	堀井 寛治	越田 政春
一般女子	中島 邦子	越田 道子
少年		

大会を振り返り

一昨日に雪が降ったものの暖冬異変により、雪のシンフォニーらしくない雪のシンフォニーとなりました。雪不足のためあちこちから雪をかき集めに走った会場づくり、ぬかるんだグラウンド状態のため思うようにコントロールができず笑いを誘った活動、射水特産の海鮮鍋にかぶりつく姿などなど、この賑わいを大いに楽しみ満喫した一日となったと強く感じます。関係者の皆様方のおかげをもちまして盛会裏に大会を終了することができましたこと、深く感謝いたします。

第20回 全国スポーツ・レクリエーション祭

スポレクあおもり2017

大会スローガン

熱くなれ みんな輪になれ りんごの国で

開催期間

平成19年 9月22日(土)～25日(火)

アップリート君



都道府県代表参加種目 (18種目)

グラウンド・ゴルフ	大鰐町	ターゲット・バードゴルフ	弘前市	壮年ボウリング	八戸市
ゲートボール	つがる市	男女混合綱引	平内町	マスターズ陸上競技	青森市
壮年サッカー	青森市・弘前市	年齢別テニス	八戸市	インディアカ	むつ市
ソフトバレーボール	黒石市	年齢別ソフトテニス	青森市	フォークダンス	青森市
女子ソフトボール	三沢市	バウンドテニス	十和田市	エアロビック	平川市
ラージボール卓球	五所川原市	年齢別バドミントン	弘前市	トランポリン	野辺地町

フリー参加種目 (8種目)

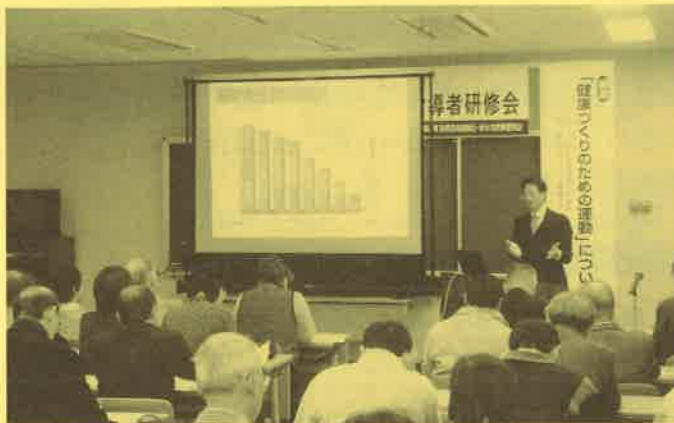
健康マラソン	深浦町	スポーツチャンバラ	おいらせ町	ユニバーサルホッケー	青森市
太極拳	八戸市	パークゴルフ	十和田市	ユニカール	青森市
3B体操	六戸町	フライングディスク	むつ市		

指導者研修会開催

- 日時 平成19年1月27日(土)
- 会場 射水市 新湊総合体育館
- 講師 富山県健康スポーツ財団
チーフリーダー
三辺 忠雄氏

今回は、健康スポーツ財団の三辺忠雄氏をお招きし、「健康づくりのための運動」と題した講演を拝聴いたしました。

冷たい風が吹きすさぶ中、約110名が参加し、熱っぽく語られる三辺先生の話に聞き入りました。



《講演要旨》

1 肥満（皮下脂肪厚）の解消が健康づくりへの第一歩

生活習慣病は、摂取エネルギー（食事）と消費エネルギー（運動）との均衡が崩れたアンバランスな状態にあると捉えられる。過剰となったエネルギーが皮下脂肪や内臓脂肪として蓄えられ、過剰に蓄えられた内臓脂肪によって脂肪過多、高血圧、高血糖などの症状を引き起こす。男性では腹囲が85cm以上、体脂肪が20%以上、女性では腹囲が90cm以上、体脂肪が26%以上が、内臓脂肪型肥満の判断の一般的な目安となる。

肥満に加え、高血圧や高血糖などが重なったりすると死亡率も高くなるといわれている。内臓脂肪量を抑えていくことが健康づくりの第一歩となる。

2 運動習慣を定着させることが健康改善への道

体重をおとしても、体脂肪率がおちないと改善されたとはいえない。健康は、しっかり体を動かすこと（運動）で改善される。これは運動を行うことで、筋肉、骨、ホルモン、自律神経などが刺激され、身体の機能がより働くようになるからである。

富山県国際健康プラザで実施している生活習慣改善コースの調査から、体重が減少した人達を、さらに運動量を増やしたグループとそうでないグループとに分けて比較した場合、体力テストは両グループとも改善され向上しているものの、体脂肪率、血圧、血糖、高脂血症などの改善は運動量を増やしたグループに多く見られた。このことから体の改善を図るには、運動を取り入れながら減量を行うことが効果的であり、生活の中に運動習慣を定着させることが重要である。

3 「1日1万歩」で健康づくり

運動時間が長いほど脂肪の燃焼割合が増加し、活動的な生活を送るようにすれば寿命も延びるといわれている。運動をするにあたっては、自己の体力を考えて強度や時間、頻度を決めて行うことが必要である。運動を最初に始める時は、強度は1分間の脈拍数が100程度、時間は1日30分程度、頻度は週2～3回程度が目安となる。また、運動を安全に行うには水分補給にも気配りが必要である。

生活習慣病の予防・改善には食事と運動は欠かすことはできない。また、体を動かすことは、体力維持や保持増進に効果が期待できる。気軽にできる運動から始め、継続する意志をもって、1日1万歩を目安に健康づくりを目指すすよい。



第16回富山県民スポーツ・レクリエーション祭 夏季大会

平成19年度から富山県民スポーツ・レクリエーション祭と富山県民体育大会、富山県スポーツ少年団競技別交流大会の開会式を統合し、新たに富山県スポーツ大会合同総合開会式が実施されることになりました。

平成19年度実施種目については、今までと同様のスタイルで、砺波地区を中心会場に展開いたします。(下表の実施会場等一覧参照)参加を希望される方は、市町村教育委員会、市町村関係種目団体、県関係種目団体のいずれかへお問い合わせいただき、参加申込書によりお申し込みください。なお、各種目の実施要項は本協議会ホームページから閲覧することができます。

✧ 合同開会式 ✧

日時 平成19年 **5月26日**(土) 10:00 開会

場所 富山市総合体育館

✧ 種目開催日 ✧

日時 平成19年 **5月26日**(土)～**5月27日**(日)

場所 砺波地区(南砺市、砺波市、小矢部市)他



実施種目	会場地
グラウンド・ゴルフ	砺波総合運動公園(河川敷)
ゲートボール	クロスランド小矢部
壮年サッカー	砺波総合運動公園(多目的、河川敷)
ソフトバレーボール	県西部体育センター
女子ソフトボール	旅川グラウンド、福野小学校
ラージボール卓球	福光体育館
ターゲット・バードゴルフ	城南公園ターゲットゴルフ場
男女混合綱引	城端西部体育館
年齢別テニス	小矢部総合運動公園庭球場
年齢別ソフトテニス	いなみ木彫りの里テニスコート
バウンドテニス	B&G海洋センター体育館
年齢別バドミントン	福野中学校第2体育館
壮年ボウリング	ニチマボウル
マスターズ陸上競技	小矢部総合運動公園陸上競技場
インディアカ	福野南部コミュニティセンター
フォークダンス	砺波青少年の家
エアロビック	県西部体育センター

実施種目	会場地
トランポリン	県西部体育センター
日本民謡	小矢部市民体育館
サイクリング	県民公園太閤山ランド
家庭婦人バレーボール	県西部体育センター
ペタンク	旅川グラウンド
オリエンテーリング	砺波青少年の家
チャレンジ・ザ・ゲーム	井波小学校
キャンプ	砺波青少年の家
ビーチボール	井波社会体育館、井波中学校
ホステリング	26日やまぶき荘泊、27日牛岳登山
3B体操	富山市総合体育館
フレッシュテニス	福野体育館
パークゴルフ	イオックスアローザパークゴルフ場
ダンススポーツ	砺波体育センター(26日午後準備)
ドッジボール	庄川体育センター
エンジョイテニス	福光屋内グラウンド
太極拳	蟹谷中学校

◆ 編集後記 ◆

前日の残雪に期待を込め会場整備をしていただいた関係者の皆さん、大変ご苦労様でした。開会式が始まる頃にはほとんどの雪が解け、暖冬と雄大な自然の業になすすべもなかったとしか言い様がありません。

わが取材班も雪を求めて右往左往、かろうじてパークゴルフ会場で雪上での競技を発見しましたが、3年続きの雪なしシンフォニーとなり、とても残念な気持ちです。

広報編集会議の席でも、県が進めている「新たなスポーツ大会」のことが話題となりましたが、まだよく分からないというのが実感です。しかし、2010年開催の全国スポレク祭富山大会の成功に向け、「生涯スポーツとやま」を通して、よく多くの人に生涯スポーツを認識していただくこととスタッフ一同確認しました。

(中野 記)