

人のチカラ・スポーツのチカラでまちづくり

# 京たんにゴスポーツ

Kyotango Sports

スポーツを  
愛する  
町には  
野村さん



vol.8

平成26年  
12月10日発行



▲盛んな拍手と声援が送られた「ちびっこわんぱく相撲」

## 10月19日 市制10周年記念 大相撲京丹後場所

大相撲の秋巡業「大相撲京丹後場所」が10月19日、大宮社会体育館で開催されました。横綱白鵬をはじめ人気力士の取組のほか、子どもたちが力士に挑む「ちびっこわんぱく相撲」もあり、招待された大宮中学3年生と市内小学生の親子284人を含む約2000人が大相撲の迫力を間近で楽しみました。

# ちびっこわんぱく相撲 小学生力士が 奮闘

### 「かつこよくて強かった」

市や市商工会など39の団体が、京丹後市の市制10周年を事業所で行く同実行委員会が、京丹後市の市制10周年を

記念して企画。この日は好天に恵まれ、開場前の午前8時には入場を待つ市民たちで行

列ができるほどの盛況ぶりであり、会場には「満員御礼」の垂れ幕が下げられました。

ちびっこわんぱく相撲には、公募で選ばれた市内の男女児童30人が参加。土を固めた本場所さながらの土俵上で、嘉風、豊響、蒼国来など人気力士5人に2人がかりで真っ向から勝負に挑みました。子どもたちが力士にまわしをつかま

### 横綱同士の取組で熱気最高潮

力士約150人が公開稽古や白熱した取組を次々に披露。相撲の禁じ手をおもしろおかしく紹介する「初切」や相撲甚句、横綱の綱締め実演など地方巡業ならではの多彩な催しが繰り広げられました。

取組では、人気の遠藤と大砂嵐が好勝負を展開。琴奨菊や稀勢の里、豪栄道が見応え十分の熱戦で土俵を沸かせまし

た。結びの一番で白鵬が鶴竜を上手出し投げで下すと、会場の熱気は最高潮に達しました。

この日は、会場内に力士との握手会や相撲グッズの販売コーナーが設けられ、アグリセンター大宮では遠藤と大砂嵐が一日警察署長を務める防犯啓発活動（京丹後警察署主催）も行われるなど、多くの相撲ファンで終日にぎわいました。



▲大盛況となった「大相撲京丹後場所」(大宮社会体育館)

10月14日

## 大相撲講演会に100人 北陣親方相撲人生語る



▲母との絆や大鵬との思い出を語る北陣親方

菊のついで  
花見の時  
は  
大相撲京丹後場所  
2014.10.19



はなれこま  
放駒親方  
(元関脇玉乃島)

プロフィール／幕内成績395勝441敗4休。元大関清國の甥、元プロボクサー・タートル岡部の次男。元横綱朝青龍、武蔵丸から金星をあげる。

京丹後場所の担当親方として10日前から準備に入り、「縁の下の力持ち」になって巡業を支えた。

この「京たんにゴスポーツ」は、スポーツ振興くじ助成金を受けて発行しています。



最後に「人は目標に向かって努力するが、その目標の半分もうまく行かない。これが人生。それでも心を奮い立たせて向かっていくことが大切」と訴えました。

大相撲京丹後場所の開催を記念し、10月14日、市内のホテルで「大相撲講演会」が開かれました。「七転び八起き」をテーマに日本相撲協会の北陣親方（元関脇・麒麟児）が相撲を通じて人生観を語り、約100人が熱心に耳を傾けました。北陣親方は昭和の大横綱と称された大鵬（故人）に、14歳で二所ノ関部屋へ入門。心の支えだった母親との思い出や、ちゃんこ番だった時に大鵬の茶碗を割ってしまい謝罪に行くと、けがをしなかったか心配されたエピソードなどを話しました。



▲ボールを追いかけるなでしこTangoの選手たち

### 10月18、19日 八丁浜で女子サッカー大会

「第5回丹後ガールズスカップ(キッズ&ガールズ実行委員会主催)」が10月18、19の2日間にわたり、網野町の八丁浜芝生広場サッカー場で開催されました。

秋晴れの下、京都府と兵庫県内の選抜6チームによるリーグ戦で行われ、少女たちは保護者らの熱い声援を受け、互いに親睦と交流を深めました。



▲優勝してもなお、課題を見つけてはトレーニングに励む村野君

「第69回国民体育大会」(公益財団法人日本体育協会など主催)カヌースプリント決勝が、10月16日長崎県諫早市多良見特設カヌー競技場で行われ、久美浜高2年の村野武広君(久美浜町奥馬地)が少年男子カヤックシングル200mで優勝しました。

会場は河口域で時折波の立つ荒れた水面。村野君は持ち前の力強いパドルを漕ぎ、先頭を突き抜けていき、ゴール直前に「今年最後の大会に勝つて世界ジュニアに出場したい」と意気込みを語りました。

### 10月12日 西日本SUPサーフィンコンテスト

## 八丁浜で初 全国の150人が技競う



▲パドルを巧みに使い波に乗る選手

10月12日「第1回西日本SUPサーフィンコンテストin八丁浜」が網野町八丁浜海岸で開催され、早朝の浜辺で全国から集まった約150人のサーファーが技を競いました。

今大会は、日本スタンドアップパドルボード協会が公認する西日本初のSUPサーフィンコンテストで、全日本大会の予選会を兼ねて開催。台風の接近で天候が心配される中、北海道地方の低気圧から来る風で絶好のコンディションとなりました。

### 11月9日 ドコバレー杯ソフトバレーボール交流大会



▲男女混合年齢200歳以上の部で白熱した試合をする選手たち

11月9日、「第8回ドコバレー杯ソフトバレーボール交流大会」(市ソフトバレーボール協会主催)が大宮社会体育館で開催されました。

来月1月18日には同会場で小学3年生から参加できる新春ソフトバレーボールフェスティバルが開催され、経験に関係なく楽しめるソフトバレーボール人口の増加が期待されます。

## 保護者らの声援受け交流

「第5回丹後ガールズスカップ(キッズ&ガールズ実行委員会主催)」が10月18、19の2日間にわたり、網野町の八丁浜芝生広場サッカー場で開催されました。

秋晴れの下、京都府と兵庫県内の選抜6チームによるリーグ戦で行われ、少女たちは保護者らの熱い声援を受け、互いに親睦と交流を深めました。

「第69回国民体育大会」(公益財団法人日本体育協会など主催)カヌースプリント決勝が、10月16日長崎県諫早市多良見特設カヌー競技場で行われ、久美浜高2年の村野武広君(久美浜町奥馬地)が少年男子カヤックシングル200mで優勝しました。

会場は河口域で時折波の立つ荒れた水面。村野君は持ち前の力強いパドルを漕ぎ、先頭を突き抜けていき、ゴール直前に「今年最後の大会に勝つて世界ジュニアに出場したい」と意気込みを語りました。

来月1月18日には同会場で小学3年生から参加できる新春ソフトバレーボールフェスティバルが開催され、経験に関係なく楽しめるソフトバレーボール人口の増加が期待されます。

来月1月18日には同会場で小学3年生から参加できる新春ソフトバレーボールフェスティバルが開催され、経験に関係なく楽しめるソフトバレーボール人口の増加が期待されます。

来月1月18日には同会場で小学3年生から参加できる新春ソフトバレーボールフェスティバルが開催され、経験に関係なく楽しめるソフトバレーボール人口の増加が期待されます。

来月1月18日には同会場で小学3年生から参加できる新春ソフトバレーボールフェスティバルが開催され、経験に関係なく楽しめるソフトバレーボール人口の増加が期待されます。

来月1月18日には同会場で小学3年生から参加できる新春ソフトバレーボールフェスティバルが開催され、経験に関係なく楽しめるソフトバレーボール人口の増加が期待されます。

来月1月18日には同会場で小学3年生から参加できる新春ソフトバレーボールフェスティバルが開催され、経験に関係なく楽しめるソフトバレーボール人口の増加が期待されます。

## 地域、年齢を超えて220人が交流

は「多くの皆さまに京丹後、八丁浜の素晴らしさを知っていただき変うれしく思います。海は丹後にとって生命線です。これからも海の活用方法を考え、守り育てていき

たいと思います」と大会への思いを語りました。

うに海上を散歩することもでき、年齢、性別に関係なく楽しめるため、近年注目を浴びています。また、パドルを漕ぐ姿から二寸法師とも呼ばれて親しまれています。

### 長崎国体カヌー 村野武広君(久美浜高2年) スプリント少年男子 カヤックシングル 優勝

10月16日

「第69回国民体育大会」(公益財団法人日本体育協会など主催)カヌースプリント決勝が、10月16日長崎県諫早市多良見特設カヌー競技場で行われ、久美浜高2年の村野武広君(久美浜町奥馬地)が少年男子カヤックシングル200mで優勝しました。

府小学生陸上競技選手権女子800m

11月2日

中地真菜さん、京都小学生新でV



▲賞状を手に喜ぶ中地真菜さん

縮める2分25秒91の京都小学生新記録を出して優勝しました。

レースには、府内各地域の予選会を勝ち上がった小学5、6年生が出場。決勝で中地さんは、最終コーナーを2番手で回ると最後の直線で前の選手を一気に抜き去り接戦を制

しました。

9月28日に京丹波町の丹波自然運動公園陸上競技場であった丹後予選会では圧倒的な走りでも1位(2分38秒08)になったものの、「予選会の歴代記録を塗り替えられず悔しい思いをした」と話す中地さん。所属する大宮陸上教室で仲間と共に汗を流し、校庭や自宅周辺で走り込みを続けてつかなだ結果に、「新記録が出せてよかった」と喜びをかみしめていました。

10月19日

京丹後 ジオ健康ウォーキング 秋晴れの下 海岸6キロ楽しむ



▲それぞれのスタイルで海岸線を歩く参加者たち

「京丹後ジオ健康ウォーキング」(市主催)が10月19日、網野北小を発着点に行われ、市内外の小学生からお年寄りまで約130人が参加しました。今回の催しは、八丁浜シーサイドパークや離湖公園を巡る約6キロのコースで行われ、3年間でトータル歩行110キロを目指す「山陰海岸110kmウォーク」の認定イベントとして位置づけられました。

秋晴れの下、参加者たちは海岸線の景色や自然の豊かさを楽しみながら、ゆつくりと歩きました。この日は、2本のポールを使って歩くノルディック・ウォークの講習会も行われ、実際にポールを持ってウォーキングを楽しむ参加者もいました。地元「網野町」から参加した女性たちは、「6kmは長かったけど、達成感がありました」と話していました。

10月25日 ジュニアカヌースプリント秋季大会

久美浜の小中学生6種目を制す



▲中学男子K2でスタートダッシュをかける安井・奥田ペア(3番の艇)

「ジュニアカヌースプリント秋季大会」(市教育委員会主催)が10月25日、久美浜湾カヌー競技場で行われ白熱したレースを繰り広げました。市内から2チーム、京丹波町から2チームの計4団体53人が出場し、男女学年別の10種目でタイムを競いました。

大会は、中学男子K2(500m)で安井、奥田ペアが優勝するなど、市内の小中学生が6種目を制しました。会場では、選手たちの力一杯のパドルさばきに、家族から拍手や声援が送られていました。

たんスポ TOPICS

◆アジアマスターズ陸上やり投げM55 奥野孝司さん(網野町三津)が大会新記録でV



▲大会新記録の1回目の試技

9月23日、岩手県北上総合運動公園陸上競技場で行われた「第18回アジアマスターズ陸上競技選手権大会」(アジアマスターズ陸上競技協会など主催)のやり投げM55(55歳)クラスで、奥野孝司さん(網野町三津)が48・48歳の大会新記録で優勝しました。

◆京都府小学生陸上大会 市内の小中学生5人が好成績

11月2日、京都市の西京極総合運動公園陸上競技場で開催された「第30回京都府小学生陸上競技選手権大会」(京都陸上競技協会主催)で京丹後市の小学生5人が好成績を収めました。

- 【大会結果(敬称略)】
- ▼女子800m 1位 中地真菜(大宮陸上教室) 2分25秒91大会新
- ▼女子走幅跳1位 田家ももか(弥栄ランナース) 4m40/同7位 梅田倫歩(弥栄ランナース) 3m71
- ▼女子100m 7位 手崎
- ▼野村結稀(久美浜ジュニアカヌーチーム)
- ▼小学5、6年生男子K1(200m)
- ▼野村迅一朗(久美浜ジュニアカヌーチーム)
- ▼小学男子K1(500m) 安井堅士(久美浜中)

文菜(網野RS) 14秒09 ▼女子ソフトボール投げ4位 小笹亜稀加(大宮陸上教室) 46m71

◆第45回ジュニアオリンピック 市内の中学生 走幅跳・砲丸投で健闘



▲男子走幅跳びに出場した吉浪一樹君(峰山中1年)



▲女子砲丸投げに出場した大西凜さん(大宮中2年)

10月31日〜11月2日に横浜市の日産スタジアムで開催された「第45回ジュニアオリンピック競技大会」(日本陸上競技連盟主催)に京丹後市から2人の中学生が出場しました。

男子走幅跳びに出場した吉浪一樹君(峰山中1年)は5m18を跳躍(46人中33位)。女子砲丸投げに出場した大西凜さん(大宮中2年)は10m31を投げ(48人中27位)、健闘しました。

- 朗(久美浜中) ▼中学男子K2(500m)
- 安井堅士朗・奥田辰輝(久美浜中) ▼中学男子C2(500m)
- 村岡将吾・金木隆昌(久美浜中)

# 11/16 男子第65回 女子第30回 近畿高等学校駅伝競走大会

## 網野高男女 昨年を上回る成績！

11月16日、網野町アミティ丹後周 恵子さん（3年）は「地元開催とい 辺特設コースで「男子第65回・女子 うことどこを走っても多くの方が 第30回近畿高等学校駅伝競走大会」 応援してくださってとてもうれしかっ た。最後の集大成として近畿大会で 締めくくることができよかった」と 笑顔で話していました。また、男子 チームのキャプテン、田中祥君（3年） は「高校最後の駅伝でした。自分 たちの力で走れたし、友達や家族の 応援が力になった。最後にふさわし い舞台で精いっぱい走れてよかった」と今大会の感想を話していました。

女子チームのキャプテン、山田理 恵子さん（3年）は「地元開催とい うことどこを走っても多くの方が 応援してくださってとてもうれしかっ た。最後の集大成として近畿大会で 締めくくることができよかった」と 笑顔で話していました。また、男子 チームのキャプテン、田中祥君（3年） は「高校最後の駅伝でした。自分 たちの力で走れたし、友達や家族の 応援が力になった。最後にふさわし い舞台で精いっぱい走れてよかった」と今大会の感想を話していました。



▲男子40チームが一斉にスタート(アミティ丹後前)



**網野高校 男子駅伝チーム【17位】記録／2時間13分14秒**  
 (左から)片山幸大君(2年)、田中祥君(3年)、川戸一真君(2年)、岡本拓也君(2年)、吉岡航汰君(2年)、前川紘導君(1年)、勝下裕貴君(3年)



**網野高校 女子駅伝チーム【30位】記録／1時間20分41秒**  
 (左から)谷口亜祐美さん(3年)、辻本愛さん(2年)、山田理恵子さん(3年)、大澤由衣さん(1年)、川戸希望さん(2年)

# 熱い思いをたすきに込めて 丹後路を激走!!



▲たすきをつなぐ網野高女子選手(第1中継所)

- 【大会結果】
- 男子
- 【優勝】須磨学園高校(兵庫) 2時間7分34秒
  - 【2位】西脇工業高校(兵庫) 2時間7分49秒
  - 【3位】洛南高校(京都) 2時間8分11秒
- 女子
- 【優勝】立命館宇治高校(京都) 1時間9分7秒
  - 【2位】薫英女学院高校(大阪) 1時間9分26秒
  - 【3位】須磨学園高校(兵庫) 1時間10分31秒

- ▶京丹后市出身の選手たち
- ①平井敦也選手(佛光大)／網野高卒／6区
  - ②能勢浩介選手(大阪経済大)峰山高卒／1区
  - ③西住裕高選手(びわこ成蹊スポーツ大)／網野高卒／3区
  - ④西垣信良選手(佛光大)／網野高卒／4区

## 11/22 丹後大学駅伝 (第76回関西学生対校駅伝競走大会)

「丹後大学駅伝(第76回関西学生対校駅伝競走大会)」(関西学生陸上競技連盟主催)が11月22日に開催されました。天候に恵まれ、選手たちは沿道からの温かい声援を受けてゴールを目指しました。

大会は丹後で9年ぶりに開催された昨年に続き、今年も久美浜町の浜公園から宮津市役所前までの8区間81・4キロで行われました。

レースは先頭を走る関学大を京産大と立命大が追いかける展開になりました。トップ争いは最終の8区ゴール目前までもつれ、3大学が競り合う中、立命大がゴール直前に抜け出し、京産大と同タイムで優勝。3位の関学大もトップと1秒差で3位となる大接戦となりました。

大経大の第1走者で久美浜町長野出身の能勢浩介選手(峰山高卒)は「地元の皆さんの応援を受けて楽しく、リラックスして走ることができ、自分にとっても大切な大会になったと思います。思うようなタイムで走れなかったのですが、リベンジしたい」と来年に向けての意気込みを話していました。

また、今大会ではNPO法人京丹後コミュニティ放送「FMたんご」が、網野町出身の元オリンピック陸上選手志水見千子さんを解説者に迎え、レースを完全生中継。選手の活躍を全国のリスナーに届けました。

- 【丹後大学駅伝 結果】
- 【優勝】立命館大学 4時間10分4秒
  - 【2位】京都産業大学 4時間10分4秒
  - 【3位】関西学院大学 4時間10分5秒
  - 【4位】大阪経済大学 4時間15分56秒
  - 【5位】関西大学 4時間16分35秒
  - 【6位】京都大学 4時間19分30秒

# 市内出身ランナーに 多くの声援!

11月23日

第50回久美浜湾一周駅伝競走大会

4チームが大会新記録を樹立!



▲豪商稲葉本家前を走り抜ける選手たち

「第50回久美浜湾一周駅伝競走大会」(市教育委員会など主催)が11月23日に開催され、市内の中学卒業生で編成された「高校女子駅伝チーム」や「網野高校」など4チームが新記録を樹立しました。

本大会は、久美浜湾を一周する6区間、15・6キロで行われ、市内をはじめ近隣市町や京阪神などから99チームが参加。紅葉に彩られた久美浜湾を駆け抜けました。

4チームをエントリーした丹後町督(丹後町大山)は「走るのが大好きな人を募り毎年参加しています。この大会のために帰省するメンバーもいて、大切な親睦、交流の場になっています」と話しました。

- 【大会結果(優勝のみ)】
- ▼男子一般1部 J・R C▼男子一般2部 チーム立川 新記録45分57秒
  - ▼男子高校生の部 網野高校 新記録46分27秒
  - ▼男子中学生の部 峰山中学校男子A▼女子一般1部 小桑女子▼女子一般2部 篠山クイーンズ▼女子学生の部 高校女子駅伝チーム 新記録54分26秒



▲網野北小をスタートするランナーたち

10月26日 車いす駅伝大会 200人がレース楽しむ

「第6回京丹後市車いす駅伝大会」(同実行委員会主催)が10月26日峰山庁舎周辺で開催され、市内をはじめ



▲声援を受ける航空自衛隊[35空 -Blue Impulse-]

決まります。参加者らは仮装やゴール時のパフォーマンスなどでチームの特色を

め豊岡市、鳥取県などから34チーム約200人が参加しました。レースは1チーム5人の走者が各中継所で車いすとヘルメットを次の走者にバトンし、5区間約1.3kmのタイムと、事前の申告タイムとの差が少ないチームから順位が

10月19日

あみの八丁浜ロードレース大会 声援受け海岸線を力走

10月19日、秋晴れの下「第17回あみの八丁浜ロードレース大会」(同実行委員会主催)が行われました。大会には、市内外の4・79歳まで約630人が参加、海岸線を駆け抜けました。

網野北小を発着とし、八丁浜海岸道路周辺を走る本大会は2・5キロ、5キロ、10キロ、ハーフの4コースがあり、各コースは年齢ごとに計27部門に区分されています。

ハーフ男子では、松尾哲裕さん(与謝野町)が、1時間13分40秒で昨年に続き連続優勝、ハーフ女子では、村上麻樹子さん(丹後町袖志)が

1時間32分41秒で優勝を果たしました。大会には、神奈川県や埼玉県、鳥取県など遠方からの参加者も見られました。兵庫県神崎郡から参加し、5キロの部で優勝した中学生の森川康汰君は、「応援してくれる人がいて走りやすかった」と笑顔で話していました。

網野町出身の陸上競技選手、田茂井宗一さんと志水見千子さんの功績をたたえて始まった本大会には、今年も志水さんが参加。参加者とともに、爽やかな汗を流していました。

すごいぞ!  
京丹後の  
子どもたち

# 青少年スポーツ教室の紹介

市内には、多くの青少年スポーツ教室があります。このコーナーでは、練習に励む子どもたちを紹介していきます。



今号の  
紹介

## 橘ジュニアバレーボールクラブ



35年間続いているクラブです



笑顔が  
すてきにゃあ



クラブは昭和54年に開設され、今年で35年になります。現在は、橘小と網野南小の2～6年までの児童8人が所属。練習は毎週水、土、日曜の3回、橘小と橘中体育館で行い、橋本さんはじめ4人が指導しています。

京都府小学生バレーボール連盟に加盟し、京丹後市バレーボール大会をはじめ、新人大会の中野真理子杯、全京都小学生バレーボール大会(北部大会、京都府大会)などの大会に出場しています。



教室生の声  
うた  
**吉岡 詩さん(橘小6年)**  
みんなの笑顔が  
チームの強み

今はメンバーが少なく、6年生は試合にずっと出る必要があり、しんどいことがあります。また、試合に出ても負けることが多いです。でも、2年生は声も大きく元気で、これから楽しみです。  
チームの強みは、いつもみんなが笑顔を忘れないこと。互いに協力し合い、相談しながら試合に出ています。キャプテンとして、「たとえ負けても落ち込まず、笑顔ですぐに次のことを考えて試合に取り組もう」と言っています。



指導者の声  
のぼる  
**橋本 登さん(網野町木津)**  
子どもの無限の力を  
引き出したい

ライオンカップ京都府大会で昭和60年に準優勝、58、62年に3位の好成績を残していますが、近年の成績は芳しくありません。現在は人数も少なく、苦しい時期です。  
バレーボールを通して心身を鍛え、子どもたちが持っている無限の力を引き出すことがクラブの目標です。靴をそろえる、あいさつができる、大きな声で「お願いします」が言える子どもを育てたいです。保護者の協力なしには続けることができないので、「親に感謝しなさい」と言っています。

[問]教育委員会事務局 社会教育課 ☎0772-69-0630

今号の  
紹介

## 少林寺拳法教室



少人数だけど頑張っている少林寺拳法教室



きまってる  
にゃあ



開設から14年目の教室には、小学生2人と中学生1人の計3人が所属。毎週月曜日に丹波小体育館で、木曜日に峰山町矢田の専有道場で練習をしています。少林寺拳法は、突きや蹴り、受け方や体のさばき方などにそれぞれ多くの技があり、演武は基本的に2人1組で行います。

指導に当たるのは、専有道場を持つ金森さん夫妻。京都府少林寺拳法連盟に所属し、生徒はじめ指導者も、毎年、京都北部大会と京都府大会に出場しています。



教室生の声  
ひかり  
**金森 耀李さん(峰山中1年)**  
黒帯をとって大きな  
大会で優勝したい

練習がしんどいときもありますが、相手の攻撃をかわして反撃し、技が決まったときや大会で賞を取ったときはとてもうれしいです。私の強みは、手をつかまれても振り切れることで、弱点はまだ技も心も弱いところです。これを克服して初段の黒帯を取ることと大きな大会で優勝することが目標です。  
今は教室生が少ないので、少林寺拳法の素晴らしさを人に伝え、もっとたくさんの人に始めてほしいと思っています。



指導者の声  
どものり  
**金森 智徳さん(峰山町矢田)**  
行動に勇気と自信が  
持てる指導者

護身練胆、精神修養、健康増進を三徳とし、平和的手段によって、自分のみならず他人の幸せも考えて行動できる人間を育てることが少林寺拳法の目的です。  
この教室では、護身の技術を身に付けることによって、行動に勇気と自信を持てるように指導しています。どんなことであれ、前向きに挑戦し、可能性を信じて努力を続け、自分を積極的に変えていけるキラッとした人材を育てたいです。

[問]教育委員会事務局 社会教育課 ☎0772-69-0630

勝利に  
向かって  
頑張るぞ!

# 中高生のクラブ活動報告

このコーナーでは、市内の中高生に、クラブ活動の様子を紹介してもらいます。



## 「冬に強くなる」網野中学校野球部

今号の  
紹介

### 〈網野中〉野球部



新人戦で優勝しました。来年の夏に行われるブロック大会、府下大会に向け、毎日練習しています。

冬の間は、体育館や廊下を使ってバッティング練習の代わりにパトミンのシャトルを打ち込んだり、基礎的な守備練習、体力づくりなど行ったりしています。屋外での練習ができないため、いつも以上に屋外での実践を想定しながら練習しています。

「毎年冬に強くなる網中野球部」と言われています。春からの僕たちに期待してください。



キャプテンの声  
たかひろ  
**山田 貴大くん(2年)**  
目指すは全国制覇

僕たちは、2年生10人、1年生4人の計14人で全国制覇を目標に日々練習に取り組んでいます。

ここ8年間、野球部を辞めた人がいないという先輩たちの伝統を守り、下級生を引っ張り、フォローすることを意識しています。

また、野球の技術だけではなく、あいさつや生活態度などにも気を付け、今後の部活動に取り組んでいきたいです。

インフォメーション/「第13回ほくとしんぎん杯京都府北部中学校野球大会」3月 福知山市開催 出場予定

連載 吉岡ドクターのスポーツ診察室

## スポーツ障害を防ぐために



教えてくれる先生

吉岡 直樹 先生(38)

京都府立医科大学附属北部医療センター整形外科勤務。日本整形外科学会専門医。日本整形外科学会認定スポーツ医。日本体育協会公認スポーツドクター。ロコモアドバイザー。京丹後市スポーツ推進審議会委員。京丹後市在住

第4回 テーマ

### “ロコモ”

“ロコモ”を知っていますか？

ロコモは、「ロコモティブシンドローム(和名:運動器症候群)」の略で、筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、もしくは複数に障害が起き、歩行や日常生活に何らかの支障を来している状態をいいます。進行すると介護が必要になるリスクが高くなります。2007(平成19)年、日本整形外科学会が人類が経験したことのない超高齢社会・日本の未来を見据え、このロ

コモという概念を提唱しました。いつまでも自分の足で歩き続けていくためには、ロコモを予防し、健康寿命を延ばしていくことが重要なのです。

健康寿命とは、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。平均寿命から健康寿命を引くと、男性は約9年(平均寿命79.55歳-健康寿命70.42歳)、女性は約12年(平均寿命86.30歳-健康寿命73.62歳)となります。誰もが最後まで、健康で生き生きとした生活を送りたいと思っていますよね？ 自立度の低下や寝たきり、つまり要支援・要介護状態は健康寿命の最大の敵です。そしてその要因の第1位は「運動器の障害」だということをご存知ですか？ 要介護や寝たきりは、本人だけでなく家族など周囲の人にとっても問題になります。自分のみならず皆さんの大切な家族や友人などのためにも運動器の健康を維持して健康寿命を伸ばしましょう!!

今回は、ロコモに当てはまるのかどうかチェックしていただきたいと思います。今回は、ロコモを予防する、改善するトレーニングを紹介します。

もっと詳しく知りたい方は、「ロコモ チャレンジ! WEBサイト」(www.locomo-joa.jp)で検索してみてくださいね!

### Let's ロコチェック! 一つでも当てはまればロコモの可能性あり!

- 家のやや重い仕事が困難**  
(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)  
…パパ、ママは我が子を抱き上げてチェックしてみましょう。(中腰のまま抱き上げるのは避け、膝を曲げて腰を下ろしてから抱き上げましょう)
- 2\*程度の買い物をして持ち帰るのが困難**  
(1\*の牛乳パック2本分)  
…30~40代の方は倍の4\*程度の荷物を想定してみましょう。
- 片足立ちで靴下が履けない**  
…特に40歳以上になると、片足立ちがづらいほどバランス感覚が落ちていることも。
- 家の中でつまずいたり転んだりする**  
…足が思ったほど上がっていない場合によく起こります。
- 15分くらい続けて歩けない**  
…30~40代の方は倍の30分を想定してみましょう。
- 階段を上るのに手すりが必要**  
…腰だけでなく、膝・股関節に異常がないかもチェックしてみましょう。
- 横断歩道を青信号で渡りきれない**  
…青信号は少し遅めに歩いても渡れるよう設定されているので、運動能力の衰えをチェックできますよ。

### 名誉市民・韓昌祐さん(株)マルハン会長が記念講演

## 峰山球場整備に球児が感謝の花束

京丹後市の名誉市民で総合アミューズメント会社「株式会社マルハン」の代表取締役会長・韓昌祐さんの講演会「企業の道徳と倫理」が11月1日、府丹後文化会館でありました。

市制10周年を記念して市が開催。韓さんは、旧峰山町で創業し高い倫理観と道徳観をもって事業展開を進めるマルハンの挑戦と成長の軌跡を、旧峰山町で過ごした二十数年間のエピソードを交えながら語りました。また、次男で社長の裕さん(峰山中出身)が京都商業高(現京都学園高)時代、甲子園に出場し準優勝した思い出話にも触れ、「当時、町民の皆さんがバスを連ねて応援に駆け付けてくれたことが今までの人生で嬉しかったことの一つ」と披露。「峰山町と生まれ故郷(韓国慶尚南道三千浦、現泗川市)を一生涯愛し続ける」と締めくくりました。

韓さんは1982(昭和57)年、事故で他界した長男・哲さん(当時、峰山高2年)の「町営グラウンドをつくりたい」という思いを実現するため、野球場の建設資金を旧峰山町に寄付。1996(平成8)年の完成以来、マルハンカップ少年野球大会や社会人野球大会が毎年開催されるほか、プロ野球の試合が行われたり球児が甲子園出場を目指して練習に汗を流したりするなど、峰山球場は子どもたちをはじめ多くの人たちの夢を支えるスタジアムとして親しまれています。

講演会終了後、峰山町の少年野球チームを代表して峰西少年野球クラブの主将・森田瑞君が「野球ができる環境を整備していただき、毎年少年野球大会を開催していただきありがとうございます」と韓さんに花束を贈呈。これを受けて韓さんが「甲子園にぜひ出場してほしい」と肩を抱いて激励し、会場は大きな拍手に包まれました。



森田瑞君(左)から花束を受け取り、「ぜひ甲子園に出場を」と激励する韓昌祐さん

### 第37回京都府民総合体育大会

## ゲートボール女子の部、京丹後市チームが初優勝!

11月23日に府立丹波自然運動公園陸上競技場で行われたゲートボール競技女子の部で、京丹後市チームが初優勝しました。同日行われた男子の部でも京丹後市チームが3位に入る健闘を見せました。



初優勝の栄冠に輝いたゲートボール女子チーム

## マスターズ大会ソフトボール 男女で好成績

10月19、26日に京丹波町の丹波ひかり小グラウンドほかで行われた第37回京都府民総合体育大会マスターズ大会のソフトボール競技で、京丹後市チームが男女ともに準優勝しました。



好成績を取った女子チーム

\*今号は「元気な身体で楽しく運動♪ 手軽にできる! 健康レシピ」と「たんすぽ情報サイト 動画でPR」のコーナーはお休みです。

スポーツでココロもカラダも美しく  
オトメドウ  
コッパちゃんのスポーツ乙女道

ウィンタースポーツ  
本番！スイス村へ

うわー  
レンタルウェアも  
かわいい♡

スキー  
コッパちゃん  
上手い！！

スノボ  
は、早い…

イケメンさん  
待って♡

上達早いと思っただら  
そっか！アツクね…

陸上競技の中で最も「高い場所」で行われる棒高跳び。しなるボールに身を委ねて空高く跳躍し、バーを越える。見る者も緊張感と高揚感を味わえるスポーツの一つだ。生徒と共に競技に打ち込む体育教師の木村純樹さんに迫った。

舞鶴市出身。宮津高で指導者として活躍する傍ら、競技大会への参加を通じてひた向きに記録に挑み続ける。今年9月に岩手県で開かれた第18回アジアマスターズ陸上競技選手権のM40（40～44歳）クラスに出場し優勝した。「生徒たちに演技を見せられる指導者であり続けた」と意気込みを見せる。

小学高学年のとき、父親で棒高跳び選手の章さんに勧められて、初めてボールを握った。「えらく褒められましたね」と当時を振り返る。高校生になって、章さんの教えで本格的に競技に取り組み始めた。「見上げる高さのバーを跳び越えるのは怖い。棒高跳びは克服型競技で勇気がいるスポーツなんです」と話す木村さんだが、この恐怖心に打ち勝ち自己記録を次々に更新していき、進学した日本体育大在学時にはトップジャンパーの証である5材の大会をクリア。日本選手権にも出場した。社会人になってからも、全日本実業団選手権に2度入賞するなどの活躍ぶりを見せた。

木村さんの指導は、高校時代に教わった父親の姿がその礎。言葉だけではなく自ら模範演技を示し、生徒の立場に立った親身な指導を心掛ける。「つかず離れず、自然体で」をモットーに、峰山中出身の岩佐幸葵子さんを2014日本ジュニア室内陸上競技大阪大会で2位に導くなど、これまでに多くのジュニア選手を育ててきた。

指導者としてアスリートとして多忙を極める木村さん。丹後の競技力向上に、周囲から寄せられる期待は大きい。

スポーツが楽しくなる  
動楽ライフ



きむらじゅんき  
木村純樹さん(42)久美浜町西本町

コッパちゃん  
がハンターに！京たんごわくわくアドベンチャー

12月に入りウィンタースポーツのシーズンを迎えた今回は、丹後森林公園スイス村を紹介します。初めての方でも楽しめる多様なコース設定はもちろん、スノーボードやスキーなど各種レンタル設備も充実しているスイス村。この冬はウィンタースポーツに熱くなってみませんか？

今回の紹介  
丹後森林公園 スイス村 スキー場

営業期間 / 2014年12月下旬～2015年3月上旬  
※期間内はリフトが稼働します。

営業時間 / 8:00～16:00 ※ナイター営業はありません。

住所 / 京丹後市弥栄町野中2562

問 / スイス村スキー場総合案内所 ☎0772-66-0036

※状況により変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

スイス村スキー場 コース案内

傾斜の緩やかな1枚バーンのグレンデガからスキー場全体を見渡せる！

スキー場リフト料金 (消費税込)

種別	一般	市内小中(個人)学校証明	学校料金(団体20人以上)	備考
1回券(乙種)	250円	100円	50円	学校行事団体平日のみ
6回券	1,300円	600円		
12回券	2,500円	1,000円		
半日券	2,000円	1,000円	600円	学校行事団体平日のみ
1日券	3,500円	1,500円	1,000円	学校行事団体平日のみ
シーズン券	15,000円	6,000円		

スイス村スキー場は、標高683mの太鼓山山頂からボトム610mの標高差約73mのグレンデで、全長1300m。初心者向けの緩斜面が約60%を占めているので、のんびりと自分のスタイルで楽しめます。最大傾斜は、上級者向けの傾斜30度。グレンデ中央には、スノーボードパークも設置される予定です。

京たんごハンターポイント  
スキー・スノーボード・ウェア・リフト券がレンタル可能。

標高683m  
— 上級者コース — 中級者コース — 初級者コース

スイス村スキー場へのアクセス

参加者募集！第29回 丹後スキー大会

〔日 時〕2015年2月8日(日) 開会式9:30～

〔会 場〕丹後森林公園スイス村スキー場

〔種目・競技〕大回転競技・2回出走し、その合計タイムを競います。

〔参加資格〕小学生以上 [申込締切]2015年1月21日(水)17:00必着

〔主 催〕京丹後市スキー協会

〔 問 〕弥栄地域公民館 ☎0772-69-0665

\*参加申込について詳しくはお問い合わせください。

久美ナリエ

久美浜の年末年始を彩る風物詩。かぶと山の大字に電飾が施されます。如意寺の境内から見るのがおすすめです。

〔日時〕12月24日(水)～25日(木)、12月31日(水)～1月3日(土) 18:00～22:00 ※12月31日のみ18:00～翌朝6:00

〔 所 〕かぶと山「大字」、小天橋 など

〔 問 〕京丹後市観光協会久美浜町支部 ☎0772-82-1781