

1月19日(日) 横浜市 スポーツ推進委員永年勤続者表彰



感謝状 永年勤続15年受賞 新羽地区スポーツ推進委員 齊藤 貞弘

2020年1月19日 横浜市スポーツ推進委員大会にて、永年勤続者表彰(15年)を受賞致しました。気が付けば15年。当時、子どもたちがお世話になっていた地元町内会の推薦によりスポーツを通じて何か役立つことができればとスポーツ推進委員(当時:体育指導委員)を引き受けた時の事をよく覚えています。

行事が多く、休日のほとんどが活動に充てる日々ですが、不思議とやめようと思う事はありませんでした。

義務感がいつの間にか使命感にかわり今日に至っています。平日は現役で、仕事にフルで勤務に従事していますが、休日はボランティア支援活動をする事により頭と体の切り替えが良いバランスで相乗効果をもたらしているようです。

地域のコミュニティが希薄と言われる今日この頃、顔・姿が見える町づくり、子どもからお年寄りまで安心して暮らせる町を継続できるよう、今後も微力ながら務めてゆく所存でございます。

今後とも引き続きよろしくお願い致します。

気持ちは【生涯 スポーツ推進委員】!



令和元年度 港北区スポーツ推進委員 各種表彰 受賞者一覧

Table listing award recipients for 2020, including categories like '1 関東スポーツ推進委員協議会表彰' and '3 横浜市スポーツ推進委員永年勤続者表彰'.

令和元年度 港北区地域功労賞 受賞者コメント

スポーツ功労賞の受賞に際して

師岡地区スポーツ推進委員

仲沢 照雄

この度の受賞は、スポーツに携わる、私にとっては、光栄極まる受賞でございます。この受賞は師岡地区連合町内会をはじめ、同じく連合町内会に所属する、スポーツ推進委員の皆様にも厚く御礼を申し上げます。

私が連合町内会のスポーツ関連に関わる切っ掛けになったのは、昭和六十一年に町内会の大人ソフトボール部に入部した時から、体育指導委員の要員として登録され、連合町内会及び体育指導員主催の各種イベントで、裏方として、運営に携わったことが切っ掛けとなり、以後、港北区体育指導委員・スポーツ推進委員として推薦を頂き、多くの町民の皆様が参加するイベントでは、参加者相互の親睦が図れる企画・立案を行い、各種大会を楽しんで頂くイベントになる様に務めてまいりました。

スポーツ推進委員として三十数年務め、定年まで残り僅かとなりましたが、連合町内会及びスポーツ推進の皆さんと連携を密に取りながら、各種イベントに微力ですが、尽力を惜しまず努めて参りたいと思います。

この受賞を心から喜ぶと共に、今後ともよろしくお願いたします。



編集後記

1月中旬、中国武漢から始まった新型コロナウイルス。港北駅伝、県のスポ進大会は開催されました。予想を超える感染拡大に振り回され、遂に2月中旬以降になると各種大会が「延期」や「中止」の事態に。本誌編集にも多大な影響を与えた「新型コロナウイルス」マスクをする間も惜しまず努力された編集委員にひたすら感謝!!

広報委員会副委員長 喜田 賢次



第32期広報委員



第67号

港北区スポーツ推進委員 連絡協議会 広報誌

活き生き スポ進 KOHOKU

令和2年3月 発行 発行所 港北区スポーツ推進委員連絡協議会 編集 港北区スポーツ推進委員広報委員会 事務局 横浜市港北区大豆戸町26-1 横浜市港北区役所地域振興課内 電話 045-540-2238 FAX 045-540-2245

1月19日(日) 第35回 港北駅伝大会



港北駅伝大会HPはこちら (大会記録結果掲載あり)

大会概要: 開催日時 令和2年1月19日(日) 会場 日産フィールド小机 (新横浜公園周回コース) 天候 晴れ(最低:3.9℃/最高:10.4℃) 参加者 230チーム(選手1,349人)



連合町内会の部では 網島地区が王座を奪還!

連合町内会の部 優勝

網島連合チーム監督(網島地区スポーツ推進委員) 古家 彰一

僅差でした。あと500mコースが長かったら勝負の行方はわかりませんでした。自分のような陸上競技未経験の若輩者がチームを率いて優勝など果たしてできるものなのか不安でした。過去第32回大会でも優勝こそしましたが、それは実質、山上前監督のご指導による成果でした。

私の実質デビュー戦は翌年の第33回港北駅伝大会で過去最強の大倉山(太尾)連合AチームにKO負け。過去最高記録を出した大倉山連合Aチーム01:11'16"、その時の網島連合Aチームは01:14'17"。今年の網島連合Aチームは01:14'45"でしたので、それより28秒も速かった網島でしたが歯がたちませんでした。第34回大会の網島連合Aチームは 01:17'05"。強いチームも沢山増えて、苦境に置かれました。プレッシャーに押しつぶされそうな時、佐藤誠三網島地区連合自治会長から「勝つことも大事だが、楽しくない楽しさが無くなったら続かないよ。」と声をかけて頂き反省しました。

練習メニューを工夫しました、リズムトレーニング、不整地ラン、競技場を使ってのスピード練習。みんなと笑って話して港北駅伝に向けて夢を語りあいました。楽しく笑って練習すると心に余裕が出て来ました。されど、港北駅伝大会、ひとりひとりプレッシャーののしかかり、その不安を払拭するためには練習しなくてはなりません。



優勝した網島地区の皆さん

第35回港北駅伝大会 大会結果

Table with 7 columns: 連合町内会の部, 一般男子の部, 一般・中学女子の部, 中学男子の部, 高校男子の部, 高校女子の部. Rows list distances (20km, 17.5km, 15km, 15km, 20.5km, 20.5km) and winners with their times.



# 連合町内会の部で区間優勝された皆様

## 第1区 成年男子(20歳以上) 高橋 健留

こんにちは。高田町連合町内会チームの1区を走らせていただきました。高橋健留です。

私は中学時代から昨年秋まで約10年間陸上部として競技生活を送ってきました。学生最後の年は怪我や不調に悩まされ、全く成果が挙げられず、悔しい思いで競技を引退しました。

そういった背景があり、今大会出場はあまり乗り気ではなかったのが正直なところではあります。ですが、区間賞で襷を繋ぐことができ、忘れかけていた走る楽しさ、チームの一員として成果を挙げることに喜びを思い出すことができました。今では出場して良かったと強く思っています。また、実力以上の力を発揮し、区間賞を獲得出来たのは周囲の方々の応援やサポートがあったからだと思います。



高田Aチーム

## 第3区 男子(高校生以上) 小室 凜太郎

4月の県陸上記録会で連合駅伝チームの監督に声を掛けられ、大綱中陸上競技部として出場して以来、3年振りに参加しました。

「連合町内会の部」の前に、中学時代の陸上競技部の仲間達と「一般の部」でも走ったので、後半まで体力がもつ心配だったのですが、記録、レース展開ともに自分の納得がいく結果でした。「一般の部」の方では1区で2位と悔しい結果でしたので、「連合町内会の部」では区間賞を獲得することができて嬉しかったです。

この港北駅伝が2020年最初の試合で、チームは準優勝でしたが自身では最高のスタートを切ることができました。今年は高校最後の年なので、自己記録を更新して一つでも上の大会へ出られるように頑張りたいです。



大倉山連合A

## 第6区 高校生以上女子 四家 優香

「四家さん!区間賞!!」思うように走れず落ち込んでいたところに飛び込んできた仲間の声に、本当に驚きました。今年で2度目の駅伝参加。目標タイムを設定して走りましたが、ゴールしてみれば目標には遠く及ばず。それでも区間賞をいただいたことで、また頑張ろうという前向きな気持ちに切り替えることができました。一緒に喜んで下さったチームの仲間、スタッフの皆様には心から感謝です。

地区連合チームは、世代を越えた交流がうまれるのが魅力です。今年は小学校の校長先生も選手として出走してくださり、きっとチームの子供達にとっても忘れられない大会になったと思います。襷をつなぐ喜び、楽しさを存分に味わえた、素晴らしい1日でした。ありがとうございました。



大曽根連合選抜Z

## 日吉地区駅伝チーム監督 11 大会ぶりの入賞! 小嶋 純一

港北駅伝大会、日吉地区監督の小嶋です。12年ぶりに入賞を果たして、連合町会共々嬉しいことでした。

毎年日吉地区は、駅伝メンバーを揃えるのに何時も四苦八苦しています。綱島や大倉山もたく、選考会らしきものを行ったり、毎週練習したりはしては港北駅伝大会が近づくと、スポ進メンバーにお願いして町会や知り合いなどを紹介して頂いたり。締め切りギリギリ迄探して見つからないと、タスキを繋いで頂ければ構いませんと、強制無理やお願いしている次第です。入賞どころか参加する事に意義があると自分に言い聞かせて参加していましたが、其れでは連合町会に失礼では無いかと思っていた所、今回運が良く慶應義塾大学生で、地域と知り合いに成り、もっと地域に密着した協力がしたいと言う珍しい生徒と知り合いになりました。毎年港北駅伝大会が有り、20歳以上男子4名女子4名参加すると2チーム出来るが、揃えられると町会やスポ進、地域の方々と知り合いに成る良い機会があるとお願いした所揃えますと言われビックリ、本当かなと心配していましたが、同意してくれた生徒が集まりましたと連絡がありました。当日会場までは心配で、良い生徒ばかりで初めて会う顔でしたが、集合時間に全員来てくれて驚きました。結果は12年ぶりの入賞で、連合町会も謝恩会をして小学生も、大学生も走っただけなのに皆さんがあんなに喜んで頂けて感謝ですと喜んでいました。又宜しくお祈りしますと言ってました。卒業する学生には、良い経験が出来るから参加しろと申し送りをする様に伝えました。来年も選手が揃うか心配です。他地区、スポ進の方々も頑張らしましょう。



日吉地区の皆さん

## 連合町内会の部 区間記録

区間	距離	1位			2位			3位		
		氏名	チーム	記録	氏名	チーム	記録	氏名	チーム	記録
1区	4km	高橋 健留	高田A	00:12'34"	有賀 裕亮	大倉山連合A	00:12'42"	櫻井 亮太	綱島連合Aチーム	00:12'44"
2区	1km	松本 滯奈	綱島連合Aチーム	00:04'00"	仁谷 美咲	綱島連合Bチーム	00:04'04"	鈴木 文乃	綱島連合Cチーム	00:04'05"
3区	3km	小室 凜太郎	大倉山連合A	00:09'18"	大津 諒	城郷連合町内会	00:09'37"	小野口 琢実	新羽 さわやか	00:09'47"
4区	3km	一見 仁	綱島連合Aチーム	00:10'08"	服部 文祥	大倉山連合A	00:10'22"	鈴木 克昌	綱島連合Cチーム	00:10'58"
5区	1km	山田 悠太	綱島連合Aチーム	00:03'42"	川中 亮平	大倉山連合A	00:03'43"	小林 大翔	綱島連合Cチーム	00:03'45"
6区	3km	四家 優香	大曽根連合選抜Z	00:12'19"	森北 日和	樽町スターズ	00:12'39"	新地 珠美	綱島連合Aチーム	00:13'01"
7区	1km	進藤 美波	綱島連合Aチーム	00:04'31"	古谷 真里絵	綱島連合Cチーム	00:04'39"	井川 温	綱島連合Bチーム	00:04'44"
8区	1km	小野寺 慧	大倉山連合A	00:04'14"	石崎 祥馬	樽町スターズ	00:04'16"	樋口 優大	綱島連合Aチーム	00:04'24"
9区	3km	砂川 紗英	大倉山連合A	00:11'59"	松田 純梨	綱島連合Aチーム	00:12'14"	佐々木 梨沙	大曽根連合選抜Z	00:12'30"

\*距離はおおよその数値です。

# 第32期 港北区スポーツ推進委員連絡協議会 令和元年度全員研修会

新吉田地区スポーツ推進委員 中西 宏

令和元年9月8日(日)新羽小学校において、港北区のスポーツ推進委員を3グループに分け、AED研修、及びペタンク、グラウンドゴルフの研修を行いました。AED研修は港北消防団に講師としてご指導頂き、いざというときの対処方法、そして、AEDの活用方法を学びました。単純にAEDを使うだけではなく、そこに至るまでの確認・要請・使用上のポイント・救急隊員への引き継ぎなど、知っているようで実はよくわからないポイントを細かく丁寧に説明いただきました。



## 知っているようで知らない、重要なAED活用のポイント~!

AEDはいろいろな場所で見かけるようになりました。白い箱で赤いかばん?です。区役所でも図書館でもショッピングセンターでも見かけます。いつも見かけているのに、使い方がよくわからない。。。ではもったいない。万が一のためにイメージトレーニングしておきたいですね。自分にとって、誰かにとって大切な人の命をつなぐ。。。AEDと皆さんに掛かっています。



確認	要請	ポイント	接続	継続	引継
肩をポンポン叩いて、段々と大きな声で「大丈夫ですか?」×3。意識を確認しましょう。	「誰か!助けてください!」は駄目。担当を指名しましょう。「赤い服のあなた、救急車を呼んでください」「青い服のあなた、AEDを借りてください。」	さあ、心臓マッサージを始めましょう。力強く、リズムカルに。	電源を入れるとAEDが詳細的確に指示してくれます。慌てず的確に急いで。	通電???のあとは心臓マッサージを続けましょう。力強く、リズムカルに。AEDが次のタイミングを教えてください。	救急車が到着しました。AEDはつけたまま、託しましょう。

# 横浜マラソン2019 動員報告

大倉山地区スポーツ推進委員 書間 俊雄

11月10日(日)、みなとみらい地区で開催された横浜マラソン2019に出発前給水係として参加してきました。

区役所近辺に5時30分頃集まりました。集合時は9度と気温も低く、寒空の中待たされると思いきやバスは既に来ており、点呼後直ぐに乗車。暖房が効いたバスの中で待機できラッキー。会場での説明後、配置場所につきました。

出発前の給水係は4年連続で参加しており慣れたもの、大会運営サイドも慣れてきて必要器材が適当な所に配備されており、準備開始。コップに水を満杯にしてはダメ(飲み残しがでる)、半分以上に注ぐ。準備を開始し体を動かしていると、薄いウインドブレーカーでも寒さは何処かに行ってしまう。準備完了し、後は選手を待つばかり。これからが忙しくなり

ます。ゴミの分別回収です。横浜市の手は分別回収になれており協力的ですが、一部の選手は無視し勝手にゴミ箱にポイ、これをやられると私達が終了後分別しなければなりません。雑多なゴミは運営サイドから注意を受け、分別させられます。今年はゼリー状のエネルギー補給飲料を飲む人が多くプラゴミが多かったです。

フルマラソン参加選手が通過したら店じまいです。空コップ・ペットボトル・キャップ・段ボールに分類し、余った器材を所定の場所に返却したら完了です。

終礼を受け、8時40分に解散しました。朝早くからのボランティア、お疲れ様でした。

