PORTS ははま

Vol. 54 TAKE FREE 2016 APR





横浜DeNAベイスターズ

11 045-681-0811(代表)

URL http://www.baystars.co.jp



2016年シーズンここに注目!

- A.ラミレス新監督の采配
- 筒香選手、梶谷選手ら主力選手のさらなる活躍
- 成長した若手投手陣の奮闘

前半戦リーグ首位から、まさかの失速により6位でシーズンを終えてしまった 2015シーズン。初年度からチームを指揮した中畑監督が退任し、アレックス・ラ ミレス新監督を迎え新たなチームとして歩みを始めました。

2015年のドラフト会議では今永昇太選手、熊原健人選手など即戦力となる 選手を獲得。また、久保裕也選手やJ・ロマック選手など確かな実力を備えた新 戦力が加入し、選手層は厚みを増しました。

その中で球界を代表するプレーヤーに成長した梶谷隆幸選手、日本代表でも4番を務めたキャプテン筒香嘉智選手、昨季セ・ リーグ新人王に輝いた山﨑康晃選手など、人気、実力を兼ね備えた選手は順調に準備を重ね、中心としてチームを引っ張ります。 もちろん、球界最年長選手となった"ハマの番長"三浦大輔選手もそのコントロールに磨きをかけ、若いチームに勢いをもたらせて くれるでしょう。

球団創設5周年目を迎え、節目の年となる2016シーズン。「横浜に根づき、横浜と共に歩む」、その言葉を胸に刻み、今年も 横浜DeNAベイスターズが横浜を熱くします!

ホームゲーム日程紹介(すべて横浜スタジアムで開催)

3月29 日(火)~31 日(木) vs 読売ジャイアンツ

4月 1 日(金)~3 日(日) vs 阪神タイガース

4月 8 日(金)~10日(日) vs 東京ヤクルトスワローズ

4月19日(火)~20日(水) vs 広島東洋カープ

4月26日(火)~28日(木) vs 中日ドラゴンズ

5月 3 ⊟(y·祝)~ 5 ⊟(k·祝) vs 東京ヤクルトスワローズ

5月10日(火)~12日(木) vs 中日ドラゴンズ

5月13日(金)~15日(日) vs 阪神タイガース

5月27日(金)~29日(日) vs 広島東洋カープ

シーズンスケジュール

5月・6月 日本生命セ・パ交流戦2016

7月 オールスターゲーム

10月 クライマックスシリーズ・日本シリーズ



筒香嘉智 Yoshitomo Tsutsugo

- ●ポジション 外野手
- ●生年月日 1991年11月26日 24才 7年目
- ●身長/体重 185cm / 97kg
- ●投打 右/左
- ●ドラフト 2009年1位
- 地元横浜高校出身でチームのキャプテン。
- 4番打者としてチームを優勝へと導く。

アレックス・ラミレス監督からのメッセージ



この横浜に監督として 帰って来ることができて、 とても嬉しく思います。 このチームは非常に高 いポテンシャルを備え、 他球団と比べても遜色な い戦力が整い、戦える手

私は、今シーズンのチ ームスローガンに「WE PLAY TO WIN]という 言葉を掲げました。当た

ごたえを感じています。

り前のことですが、良い試合をして満足するのではなく、 しっかりと戦い、勝利をつかまなければなりません。

長いシーズンを戦い抜き、横浜の皆さんが長年待ち望 んでいる優勝を叶えたいと思いますし、このチームなら それができると確信しています。

横浜の皆さん、一年間熱い応援、よろしくお願いします。 そして、シーズンが終わった秋には横浜の皆さんと一緒に 優勝を喜び合えること、今から楽しみにしています!



ICI 石井スポーツ 横浜店

石井スポーツは創業51年の山とスキーの専門店です。 初心者さんからベテランさんまで、しっかりサポートいたします

- ◆毎月登山学校を開催(講師・下越田功ガイド。机上と実技)
- ❖ 毎月ノルディックウォーキング講習を開催 (店舗に講師が常駐。レンタルポールあり)
- ◆ 通年スキー用品の取り扱い。修理・加工・チューンナップを受付中。



平日 10:30~20:00 日祝 10:30~19:00

定休日 不定休

TEL:045-651-3681 FAX:045-651-3682 E-mail:vokohama@ici-sports.com



🎎 横浜F・マリノス 📗

TEL 045-285-0677 (1000~17:00/不定体 事務局) URL http://www.f-marinos.com





2016年シーズンここに注目!

- 就任2年目のモンバエルツ監督が指揮
- 昨年に続きチームスローガンは [Integral Goal -All for Win-]
- 来年のAFCチャンピオンズリーグ出場を目指す

フランス人のエリク・モンバエルツ監督が2シーズン目の指揮をとります。横浜F・マリノスが目指すスタイル・戦術を熟知した選手たちに、若く有能なタレントが新たに加わり、チーム一丸となってアジアの舞台・AFCチャンピオンズリーグ出場を目指します。昨シーズンも結果を残したアグレッシブな守備に更なる磨きをかけ、伝統的な堅守を維持。その上に、速いパス回しとスピードのある連動した攻撃を強化し、ゴールに結び付けていきます。

ホームゲーム日程紹介

明治安田生命J1リーグ 1stステージ

3月19日(土) 13:00 vs サガン鳥栖 ニッパツ三ツ沢球技場

4月10日(日) 13:00 vs 浦和レッズ 日産スタジアム

4月24日(日) 14:00 vs サンフレッチェ広島 日産スタジアム

4月30日(土) 19:00 vs 湘南ベルマーレ 日産スタジアム

5月 8 日(日) 14:00 vs ヴァンフォーレ甲府 日産スタジアム

Jリーグヤマザキナビスコカップ グループステージ

4月 6 日(水) 19:30 vs 柏レイソル ニッパツ三ツ沢球技場

4月20日(水) 19:30 vs サガン鳥栖 ニッパツ三ツ沢球技場

5月18日(水) 19:30 vs アビスパ福岡 ニッパツ三ツ沢球技場

シーズンスケジュール

2月27日(土)~6月25日(土) 明治安田生命J1リーグ 1stステージ 7月2日(土)~11月3日休・柳明治安田生命J1リーグ 2ndステージ

3月23日(水)~6月5日(日)ヤマザキナビスコカップグループステージ



齋藤学 Manabu Saito

- ●ポジション MF
- ●生年月日 1990年4月4日 ●身長/体重 169cm / 68kg
- ●セールスポイント
- キレ味抜群のドリブル突破はJリーグ 屈指。
- 昨シーズンはJ1キャリア最多の7得点を決めチームの勝利に貢献。

プレゼント

観戦チケット 5組10名様 プレゼント

7月開催試合を予定

エリク・モンバエルツ監督からのメッセージ



就任2年目の新シーズンは、横浜F・マリノスのスタイルをより進化させるため、全ての面で向上し、もっとゴールに結び付けていかなくてはなりません。

勝利はもちろんのこと、 質の高いアグレッシブなプ レーを披露し、「これがF・

マリノスのスタイルだ」とファン・サポーターの皆さんが 誇りを持って喜んでもらえるようなプレーができるよう に、チーム一丸となって全力を尽くしていきます。

今シーズンもよろしくお願いいたします。

この街には、横浜 F・マリノスがある。 ~For Your Football Life~

※プレゼントの応募方法は、P15読者アンケートページをご覧ください。



横浜FC

11 045-372-5212(代表)

URL http://www.yokohamafc.com





2016年シーズンここに注目!

- J1復帰
- チームに根付いたミロシュスタイル!

1月15日に始動した2016シーズン。

ミロシュルス監督率いるチームは、トレーニングを重ねるごとに 「ミロシュスタイル」がチームに根付いてきています。ベトナム、宮崎 日南市とトレーニングキャンプを終えいよいよ開幕に向け選手たち の表情は戦う顔になっています。

「負けることが嫌い」と話すミロシュ監督は、規律を大切にした戦術の中に選手個々の特徴を活かした戦いを、開幕前のトレーニングマッチで見せていました。

2016シーズンのミロシュ横浜FCは、どんな戦いで勝ち星を重ねていくのか目が離せません。

ホームゲーム日程紹介

3月20日(旧·祝) 13:00 vs レノファ山口 ニッパツ三ツ沢球技場

3月26日(土) 16:00 vs 愛媛FC ニッパツ三ツ沢球技場

4月17日(日) 17:00 vs 東京ヴェルディ ニッパツ三ツ沢球技場

5月 3 日(火・祝 13:00 vs ファジアーノ岡山 日産スタジアム

5月22日(日) 16:00 vs セレッソ大阪 ニッパツ三ツ沢球技場

シーズンスケジュール

2月28 日(日)~11月20日(日) 明治安田生命 J2リーグ



寺田紳一 Shinichi Terada

- ●背番号 10
- ●ポジション ミッドフィルダー
- ●生年月日 1985年6月10日 ●身長/体重 171cm/68kg
- ●セールスポイント
- 今シーズンもキャプテンとしてチーム の中心選手として活躍が期待される 寺田選手。

得意のドリブルとパスからチームの 得点シーンを演出。ニッパツ三ツ沢球 技場で躍動する寺田選手にぜひご注 目ください。

プレゼント

観戦チケット 5組10名様 プレゼント

7月開催試合を予定

ミロシュルス監督からのメッセージ



再び横浜FCの監督になれたことを光栄に思うとともに、ファン・サポーターの皆さまの期待も大きいと感じています。チーム全員の強い決意とファン・サポーターの皆さまの多大なるサポートをもってシーズンに臨めば、昨シーズン達成できなか

ったJ1昇格という目標に到達できるはずです。

サッカーはファン・サポーターの皆さまのためにプレーするものだと思っています。横浜FCの未来を皆さまと一緒に描いていきたいと思います。皆さまの期待に応えられるよう全力を尽くしていきますので、多くのご声援をよろしくお願いします。

※プレゼントの応募方法は、P15読者アンケートページをご覧ください。





横浜ビー・コルセアーズ 03-3573-6095 (事務局) http://b-corsairs.com









2015-2016年シーズンここに注目!

-) シーズン佳境の熾烈な順位争い、プレイオフ争い
- biリーグラストシーズンで王座奪還なるか!?
- 見どころ満載!グルメも充実!

ビーコルはシーズン佳境に突入し、順位争いもヒートアップ! プレイ オフ進出を懸けて、毎週末熱い戦いが繰り広げられています。

来シーズンからは、新リーグ「B.LEÁGUE」が開幕するため、bjリー グは今季がラストシーズン。王座奪還の最後のチャンスに、チームもブ ースターも一丸となって挑みましょう!

試合会場では、チアリーダーズ「B-ROSE」の華麗なパフォーマン スや盛り上がれるBGM、オリジナルフードも是非お楽しみください。 ビール片手に試合観戦もオススメです!

ホームゲーム日程紹介

3月19日(土) 18:00 vs 仙台 89ERS 3月20日(日) 14:00 vs 横浜国際プール

4月 9 日(土) 18:00 vs 秋田ノーザンハピネッツ 4月10日(日) 14:00 トッケイセキュリティ平塚総合体育館

4月16日(土) 18:00 vs 富山グラウジーズ 4月17日(日) 14:00 vs スカイアリーナ座間

プレイオフスケジュール

4月 5週日 ファーストラウンド

5月1週日

カンファレンス セミファイナル

5月14日(土) 5月15日(日)

ファイナルズ

B.LEAGUE 2016年秋開幕

サイン入りグッズ5名様

עוכש אוג

蒲谷正之 Masayuki Kabaya

- ●背番号 3 ●ポジション シューティングガード
- ●生年月日 1982年7月2日●身長/体重 183cm / 80kg

●個人アワード受賞歴

2012-2013 プレイオフMVP

最高3ポイントシュート成功率(43.4%)

●プレーの特徴など

ビーコルのエース。ドライブインで相手DFを崩すプレーを得意とし、3P シュートをはじめ、多彩なシュートバリエーションを持つ。抜群のオフェ ンスセンスと勝負強さで、ビッグショットを次々と決める。

青木勇人ヘッドコーチからのメッセージ



私たちは2012-13シー ズンに優勝を果たした後、 プレイオフからも遠ざか っていましたが、biリーグ 最後の今シーズン、前半 戦を勝率5割で終えプレ イオフ圏内にいます。

「横浜にはプロバスケ ットボールもある | とより 多くの皆さまに知ってい ただき、横浜の文化のひ

とつになることが私たちのミッションです。

そのためにプレイオフ、そしてファイナルまで挑み続 けたいと思います。2mの大男たちが走り、跳び、激しく ぶつかり合う、また点数がたくさん入るスピード感もバ スケットボールの醍醐味です。

ぜひ一度会場に足を運んで体感してください。お待ち しております。





平成28年4月~9月

横浜スポーツイベントカレンダー

YOKOHAMA SPORTS EVENT CALENDAR

4月 April	17日(日)	第31回皇后盃全日本女子柔道選手権大会 (横浜文化体育館)			
	23日(土) ~24日(日)	JOCジュニアオリンピックカップ 2016年度全日本ジュニアレスリング選手権大会 (横浜文化体育館)			
5月 May	4日(水·祝) 5日(木·祝)	フィンスイミング日本選手権大会 (横浜国際プール)			
	5日(木•祝)	フィットネスヨコハマ2016 (パシフィコ横浜 国立大ホール)			
	5⊟(木•祝)	JA全農チビリンピック (日産スタジアム・港北スポーツセンター)			
	10日(火) ~15日(日)	FINA水球ワールドリーグ 男子インターコンチネンタルトーナメント (横浜国際プール)			
	14⊟(±) 15⊟(⊟)	2016世界トライアスロンシリーズ横浜大会 (山下公園周辺特設会場)			
	31日(火) ~6月19日(日)	日本生命セ・パ交流戦2016			
6月 June	24日(金) ~26日(日)	第100回日本陸上競技選手権大会兼 リオデジャネイロオリンピック代表選手選考競技会 (愛知県・パロマ瑞穂スタジアム)			
7月 July	15日(金) 16日(土)	プロ野球オールスターゲーム (15日福岡ヤフオク!ドーム、16日横浜スタジアム)			
	15 _{日(金)} ~26 _{日(火)}	第87回都市対抗野球大会 (東京ドーム)			
	30日(土)、31日(日) 8月6日(土)、7日(日)	YOKOHAMAビーチスポーツフェスタ2016 (海の公園)			
	5日(金) ~21日(日)	リオデジャネイロオリンピック (ブラジル)			
	6日(土) ~8日(月)	関東学生水泳選手権大会[競泳] (横浜国際プール)			
8月 August	12日(金) ~17日(水)	JOCジュニアオリンピックカップ2016 全日本ジュニア体操競技選手権大会 東西決勝大会 (横浜文化体育館)			
	15日(月) ~18日(木)	第33回全日本少年軟式野球大会 (横浜スタジアム)			
	20日(土)	第32回全国小学生陸上競技交流大会 (日産スタジアム)			
9月 September	7⊟(水) ~18⊟(⊟)	リオデジャネイロパラリンピック (ブラジル)			
	25日(日)	第7回横浜シーサイドトライアスロン大会 (横浜・八景島シーパラダイス、金沢工業団地周辺)			
※太	※太字はピックアップイベントです。※太字はオリ・パラ開催情報です。				











FINA水球ワールドリーグ 男子インターコンチネンタルトーナメント

水球ワールドリーグは、国際水泳連盟(FINA)が2002 年から開催しているリーグ戦で、オリンピック・世界水泳と 並ぶ三大大会のひとつであり、毎年開催されている世界一 決定戦です。

4年振りの日本開催は、リオデジャネイロオリンピック開催 を目前に控えた5月。オリンピック前哨戦として、水球日本 代表"ポセイドンジャパン"と世界の強豪国が横浜で激突 します!

参加国(予定)

アメリカ・ブラジル・中国・カザフスタン・オーストラリア・日本

水球に関する情報 日本水泳連盟

URL http://www.swim.or.jp/



フィットネスヨコハマ2016

横浜発の全国有数のアマチュアダンスイベントを今年も開 催します。

数多くの有名アーティストが立ったステージで、ヒップホップ、 ジャズ、チアダンス、バレエ、フラなどさまざまなダンスの団 体が日頃の練習の成果を披露します。またハイレベルなダン スを披露するコンテスト部門では、優勝チームを予想して豪 華賞品が当たる大抽選会を開催します!

日 時 5月5日(木·祝)10:00~18:00(予定)

会 場 パシフィコ横浜国立大ホール

入場料 一般 1,000円、小中学生 500円、未就学児 無料

問合せ 横浜市体育協会 フィットネスヨコハマ担当

TEL 045-640-0018(※出場チームの募集は終了しました)

横浜を、トライアスロンで熱くする 2016 世界トライアスロンシリーズ横浜大会



世界のトップトライアスリー トが集結し、見ごたえ十分 の熱いレースを展開します。 今大会は、8月のリオデジャ

ネイロオリンピック出場をかけたポイント獲得最終レース のため、迫力満点のデッドヒートが予想されます。 皆さまの熱い応援で日本代表選手を表彰台に送りましょう!

会場山下公園周辺特設会場(山下公園スタート・フィニッシュ)

日 程 5月14日(土)

エリートパラトライアスロン、エリート女子・男子 5月15日(日)

エイジ(一般、リレー、パラトライアスロン)

問合せ 世界トライアスロンシリーズ横浜大会組織委員会事務局

TEL 045-680-5538

URL http://www.yokohamatriathlon.jp/

© Satoshi Takasaki / JTU

YOKOHAMAビーチスポーツフェスタ2016



ハマの夏に、今年もYOKOHAMA ビーチスポーツフェスタがやって きます!

横浜市内唯一の海水浴場[海の 公園」で、ビーチにちなんだ4種目 を開催。暑さを吹き飛ばす熱い 戦いを、仲間やご家族でぜひお 楽しみください。

日 程 7月30日(土)·31日(日) 【ビーチハンド・ビーチテニス】 8月6日(土)・7日(日) 【ビーチバレー・ビーチサッカー】

問合せ 横浜市体育協会 ビーチスポーツ フェスタ担当

TEL 045-640-0018

4年に一度のスポーツの祭典 リオデジャネイロオリンピック・パラリンピックを楽しもう

期待を寄せる選手の活躍、新しいスター・新記録誕生の瞬間、心揺さぶる感動のドラマ…、 スポーツに夢中になれる夏がやってくる!



- ●**リオデジャネイロの場所** ブラジル連邦共和国南東部・リオデジャネイロ州の州都
- ●**オリンピック・パラリンピックの開会式・閉会式会場** エスタジオ・ド・マラカナン

(1950年・2014年の FIFAワールドカップも開催されたサッカー専用スタジアム。収容人員 78,000人)

- ●日本(東京)とリオデジャネイロの時差 -12時間
- ●月平均気温平年値 21.6°C(8月・9月ともに。気象庁HPより)

リオデジャネイロオリンピック 実施競技・種目:42競技306種目 今大会からの追加種目:ゴルフ、ラグビー(7人制) 実施競技・種目:23競技528種目 今大会からの追加種目:カヌー、トライアスロン

SPORTSよこはま8月号(Vol.56、7月20日発行)では開催直前特集を掲載予定。どうぞお楽しみに! リオデジャネイロオリンピック・パラリンピック公式サイト(ポルトガル語・英語・仏語・スペイン語) URL http://www.rio2016.com/ ※テレビ・ラジオの放送予定は、各放送局ホームページ等でご確認ください



BRAZII

スポ医科Dr.が教える健康な身体のつくり方

飲酒と喫煙

横浜市スポーツ医科学センター 診療部長 長嶋 淳三



1)飲酒

「酒は百薬の長」と昔から言われてきましたが、さまざまな科学的研究結果から、近年では否定的になっています。確かに飲酒には、ストレス解消、多幸感、体温の上昇などの効果はありますが、どれも一時的なものです。2015年の英国での調査では、飲酒と死亡率低下の関連は主に65歳以上の女性に限られ、他の年齢・性別群ではほとんど、または、全く認められませんでした。この研究結果からは「適量飲酒」の根拠は無くなったと結論付けています。

一番の問題は少量飲酒(エタノール20g/日が目安)に留まらず、多量飲酒(エタノール60g/日以上)に至り、アルコール依存症に陥る方が多いことです。2003年に実施された全国成人に対する実態調査によると、多量飲酒の人は860万人、アルコール依存症の疑いのある人は440万人、治療の必要なアルコール依存症の患者さんは80万人いると推計されています(アルコール研究と薬物依存40:455-470,2005)。

多量飲酒は喫煙と同じく、自身の健康を害するだけではなく、(1)傷害(他者への暴力や交通事故など)(2)犯罪(3)家庭不和(4)経済的損失(5)コミュニティーの結束の低下などの社会的な他害性が高く、英国での研究(Lancet 2010;376:1558-1565)では、アルコールは最も有害な薬物で、その有害性はコカインやたばこの約3倍であると報告されています。「健康日本21」における飲酒許容量の指針を図1に示しますが、飲酒習慣のない人に対しては飲酒を推奨しないことが明記されています。図2に飲酒の許容量目安の計算方法を示します。ご自分のお飲みになる酒類に表示されているアルコール度数を

で確認の上、許容量以下の摂取を心がけ、できれば断酒を目指しましょう。

🔟 「健康日本21」における飲酒許容量

厚生労働省が推進する国民健康づくり運動「健康日本21」によると、「節度ある許容範囲の飲酒」は1日平均純アルコールにして約20g以下であるとされています。また、下記に留意する必要があるとしています。

- 1. 女性は男性よりも少ない量が適当である
- 2. 少量の飲酒で顔面紅潮を来す等、アルコール代 謝能力の低い者では、通常の代謝能力を有する 人よりも少ない量が適当である
- 3.65歳以上の高齢者においては、より少量の飲酒が適当である
- **4.** アルコール依存症者においては適切な支援のもとに完全断酒が必要である
- 5. 飲酒習慣のない人に対してこの量の飲酒を推奨するものではない

図2 飲酒の許容量目安

- 純エタノール(エチルアルコール)20g/日以下
- 20÷アルコール%(度数/100)=許容ml
- 例)ビールでアルコール度数が5度なら: 20÷0.05=400 ml/日が許容量目安となります。

②喫煙

喫煙は「百害あって一利無し」であることは、今も常識であります。煙草の有害物質は、がんや動脈硬化の原因となることは明らかで、受動喫煙の問題から社会的な分煙・喫煙禁止区域の設定などが進んでいます。喫煙習慣は「ニコチン依存症」という薬物依存状態であり、薬物依存



わかば犬猫病院

黄 近 西 口 駅 前

Tel.045-321-6112

URL. http://www.wakaba-dogcat.jp



かけがえのない大切な家族が 健やかに過ごせますように。

みなさまの身近な相談相手でありたい... そんな地域密着の犬猫病院です。 どんなご相談でもお気軽にお越し下さい。

●診療内容

一般診療、予防、生活指導、健康検診、検査、手術、歯科処置、薬浴など。 シャンプーやトリミング、日中のお預かりもしていますのでお気軽にどうぞ。

●診療時間のご案内

	月	火	水	木	金	土	В
9:00~ 17:00	O.)	120	120		120	_

コインバーキング のかけたで、時間では、一般にはいる方面では、12、2/2/2/2 日本では、12、2/2/2 日本では、12、2/2 日本では、12、2/2

Access

横浜駅西口の「ザ・ダイヤモンド地下街」 を通り、「南 12 番出口」より地上に出て 左に向かいます。 「鶴屋町 3 丁目交差点」の歩道橋を渡り

「鶴屋町 3 丁目交差点」の歩道橋を渡り 「<mark>おたからや(2 店舗並びの左側)</mark>」様 のある「**若葉ビル 3 階**」です。

〒221-0835 横浜市神奈川区鶴屋町3-33-20 若葉ビル3階 動物取扱業登録証登録番号 第10-130号 の重症度ではアルコールと並んで、違法薬物であるコカ インやヘロイン、覚せい剤と同等とされています。禁煙す ることで寿命が延びること(図3)はもちろんですが、自覚 的な体調の改善、呼吸器疾患の症状改善など、比較的短 期に表れる効果も多くあります。

寿命は、タバコを吸うことで短くなりますが、 禁煙すれば取り戻せます。

禁煙を始める年齢 寿命 35歳 +10年間 40歳 +9年間 50歳 +6年間 60歳 +3年間 Doll, R. et al.: BMJ 328 (7455): 1519, 2004

横浜市スポーツ医科学センターでは、健康保険でニコ チン依存症の治療を行う、「禁煙外来」を設けています。直 ちに禁煙を行う意思があり、プリンクマン指数:喫煙指数 が200以上(一日の喫煙本数×喫煙年数)の方が、保険適 応の対象者となります。禁煙したいと思っているが、自分で は達成できずお困りの方は、是非、ご利用をお勧めします。

参考文献:

Alcohol's evaporating health benefits. BMJ 2015;350:h407

All cause mortality and the case for age specific alcohol consumption guidelines: pooled analyses of up to 10 population based cohorts. BMJ 2015;350:h384

スポーツ医科学センターでは、健康ヨーガやピラティス、 シェイプアップボクシングなど初診者の方でもご参加いただ ける様々な教室を開催しています。運動を始めて「健康的」で 「アクティブ」な毎日を過ごしませんか? 詳しくは、ホームペー ジまたはお電話でお問合せください。

- 横浜市スポーツ医科学センター ●会場
- 5,000円~ ●料金
- 045-477-5050 DTEL



横浜市スポーツ医科学センター理学療法士

玉置 龍也

ケガに対する方針(2)

通常ケガの治療というと「どのくらい休むか」という意味 に捉えられがちです。しかし、スポーツのケガでは「ケガと付 き合いながらどの程度競技を続けられるかしという視点も重 要です。特にプロ選手にとって競技休止は死活問題で、安易 に休む選択はできません。

ケガと付き合う選択には、選手自身の「続けられる、続けた い」という意思が大前提です。続ける場合は、内容の選択、量 の減少、選手の体の調整などを組み合わせ、患部への負担 軽減を徹底します。大切なのは患部が治る程度に負担を減 らすことであり、休むことが治療に必須ではないのです。

ただし、闇雲に選手任せにしては、ケガを悪化させてしま うこともあります。そこでビーコルでは、ケガの程度を3段階 に分けて対応を変えています(図)。医学的な評価により判 断を誰が行うべきかを適切に分類することが医師やトレー ナーの役割になります。

このような方法は、選手とコーチ、医師やトレーナーが皆 プロフェッショナルで、チームと選手にとって最善の選択を考 えられて初めて可能となります。また、知識と経験豊富なベテ ラン選手の振る舞いが、若手選手にとってケガへの対応や医

重症度の分類とケガの対応

程度	チームの対応				
Level 1 (軽度)	トレーナーの助言をもと に、HC (ヘッドコーチ) と 選手が判断可能				
Level 2 (中等度)	医師の診断やトレーナーの 助言をもとに、基本的に HCと選手が最終判断				
Level 3 (重度)	医師の診察が必須で、治療方針に沿った一定期間 休止と段階的復帰を遵守				

師、トレーナーとの関わ りの見本になり、チー ムの文化として受け継 がれていきます。選手 や指導者にこうした知 識や経験が不足してい る場合(特にアマチュ ア)は、専門家の判断に 従って学んでいくこと も大切です。



本場のスパイスを豊かに使用したインド料理のほか、フレンチ、イタリアン、 アジアなど各国の要素を取り入れた創作料理をお楽しみください





営業時間

11:00~23:00 (L.O.22:00)

Lunch 11:00~15:00 15:00~17:00 ■ Tea time

17:00~23:00 Dinner

定休日 ワールドポーターズの休館日に準ずる 40席(全席禁煙)

- ◆お子様用のシートもご用意しております
- ◆車椅子・ベビーカーをご利用の方もお気軽にご来店下さい。 ◆ベジタリアン・ハラル等、食事制限のあるお客様にも対応しております。
- カード /VISA・MasterCard・ダイナーズクラブ・アメリカンエキスプレス・JCB・NICOS・MUFG
- P 1000台【7時~24時(最終出庫25時)】 30分/260円(税込)
 - 平日の駐車料金→1日上限1000円(税込) ※土・日・祝日・特定日は除く

※店外に喫煙所あり

(27年度)横浜スポーツ表彰

公益財団法人横浜市体育協会では、横浜の体育・スポーツの普及振興に 顕著な功績のあった方及び著名大会で優秀な成績を収めた方々を称え、「横 浜スポーツ表彰」を授与しています。

平成27年度の表彰は、平成28年1月22日(金)開催「第50回新春横浜スポーツ人の集い」の中で行われました。

記念すべき50回を迎えた新春横浜スポーツ人の集いでは、特設された大型スクリーンに「横浜スポーツ50年映像」や横浜の誇るプロスポーツ4チーム (横浜DeNAベイスターズ、横浜F・マリノス、横浜FC、横浜ビー・コルセアーズ) のビデオメッセージが流されるなど、例年とは一味違う演出で華やいだ会に色を添えました。

各競技で優秀な成績を収めた選手の方や、スポーツ振興に功績のあったスポーツ団体役員の方あわせて194人・16チームに横浜スポーツ栄誉賞、スポーツ功労賞、優秀選手賞、スポーツ奨励賞が贈られました(敬称略)。





【横浜スポーツ栄誉賞】 5名 オリンピックやそれに準ずる大会において多大な功績を残した者

花島良子(神奈川県聴覚障害者連盟)※第18回冬季デフリンピック大会 女子スノーボードハーフパイプ 優勝 近賀ゆかり・川澄奈穂美(INAC神戸レオネッサ)、上尾野辺めぐみ(アルビレックス新潟レディース)、有吉佐織(日テレ・ベレーザ) ※FIFA女子ワールドカップ2015カナダ大会 準優勝

【スポーツ功労賞】51名 体育・スポーツの進歩・発展に顕著な功績をなした者、及び価値ある研究調査をなした者

保田則男(横浜野球協会)、長谷川秀悦(横浜野球連盟)、相良治夫(横浜市テニス協会)、草野茂(一般社団法人横浜水泳協会)、平井建昭(横浜市卓球協会)、松澤悦子(横浜市弓道協会)、野口隆(一般社団法人横浜サッカー協会)、佐藤政廣(横浜市陸上競技協会)、川本幸治(横浜ハンドボール協会)、水上良仁(横浜市山岳協会)、佐藤茂之(横浜スキー協会)、勝又正(横浜バレーボール協会)、吉岡恭輔(横浜市柔道協会)、齋藤敏雄(横浜市ヨット連盟)、山本明(横浜市ソフトボール協会)、布健児(横浜市体操協会)、甘粕完治(横浜市バドミントン協会)、岩田清(横浜バスケットボール協会)、田所健一(横浜市剣道連盟)、鈴木博之(横浜市アマチュアボクシング協会)、和田珠恵(横浜市なぎなた連盟)、加藤幸雄(横浜市空手道連盟)、監物宏之(横浜市カヌー協会)、吉野好(横浜市ゲートボール連合)、山本初代(NPO法人横浜市ボート協会)、高野寧彦(横浜市インディアカ協会)、岩田惠美子(横浜市綱引連盟)、山口忠司(横浜市合気道連盟)、山田登茂子(横浜市スポーツチャンバラ協会)、戸田正久(横浜市レクリエーション連合)、秋山茂子(横浜市レクリエーション連合)、・株渕明(横浜市レクリエーション連合)、

富安美代子(横浜市レクリエーション連合)、小林秀樹(神奈川区体育協会)、鈴木一義(西区体育協会)、森川謙(中区体育協会)、岩本誠治(南区体育協会)、島田輝男(港南区体育協会)、岩村宇博(保土ケ谷区体育協会)、山口福秋(旭区体育協会)、高橋康男(磯子区体育協会)、野口豊(港北区体育協会)、秋田駿(緑区体育協会)、中村武(青葉区体育協会)、國枝政昭(都筑区体育協会)、角舘勇(戸塚区体育協会)、岩佐守雄(栄区体育協会)、河野雅彦(泉区体育協会)、櫻井仁(瀬谷区体育協会)、石川純一(横浜市立小学校体育研究会)、山﨑健志(横浜市立中学校体育連盟)



円配另 (戸塚区体育協会常任理事/戸塚区卓球協会会長)

【スポーツ功労賞】9名 体育・スポーツの指導者として、優秀な選手又はチームを育成した者



沖重理津子(横浜市空手道連盟/横浜糸東会)

河原智(横浜市卓球協会)、小栁直哉(横浜市陸上競技協会)、鷹木精次(横浜市柔道協会)、瀬尾京子(横浜市体操協会)、安藤守(横浜市剣道連盟)、沖重理津子(横浜市空手道連盟)、中村伸彦(横浜市スポーツチャンバラ協会)、坂本幸児(中区体育協会)、佐々木智之(磯子区体育協会)

【優秀選手賞】72名 著名な大会で優秀な成績を示した者

- 水泳 佐々木杏奈(スポーツプラザ報徳左近山)、中田圭帆子(イトマンスイミングスクール横浜校)、泉原凪沙(コナミスポーツクラブ天王町)、竹内智哉(ヨコハマスイミングクラブ)、五十嵐千尋(日本体育大学)、柳川大樹(スポーツプラザ報徳金沢)
- 卓球 中島未早希(株式会社サンリツ)
- **陸上** 江島雅紀(神奈川県立荏田高等学校)、森田香織(株式会社パナソニック)、松永大介(東洋大学)、知念豪(ゼンリン)、草野誓也(リニアート)、長谷川大悟(日立ICT)
- 柔道 嶺井美穂(桐蔭学園高等学校)、大辻康太(日本エースサポート)
- 体操 白井健三・村上茉愛・古賀ほのか(日本体育大学)
- 剣道 重黒木祐介(横浜市立潮田中学校)
- ボクシング 松本圭佑(横浜市立みなと総合高等学校)
- ライフル射撃 松田知幸(神奈川県警察)
- **空手 島倉杏奈**(横浜糸東会)
- スポーツチャンバラ 渡邉珠怜・藤本宇敏・渡邉二瑚・郡家正浩(県立武道館スポチャンクラブ)、宮之前琉花(山王台スポチャンクラブ)
- スポーツバトン 仲澤友莉菜・平久井愛由(杉浦紀子バトンスタジオ)
- ▶ライアスロン 浜魁人(マックスポーツ藤沢)、古谷田貴斗(横浜市立希望が丘中学校)、和田智未(リバース)
- パワーリフティング 酒巻依子・大谷憲弘(エスクァティア)、井原葉子(KsGYM横浜)、古屋典子(個人)
- ダンススポーツ 盛田めぐみ・小嶋みなと・滝本りさこ・荒井良乃介(チームヒルズ)
- ボウリング 加藤慧一(新杉田ボウルジュニアクラブ)
- **障害者スポーツ** (横浜ラポール)
 - 水泳 臼井拓未・杉内周作・上田真義・林田泰河・本由佳子・佐々木隆幸・木下萌実・浜本純矢
 - 卓球 北本理子
 - 陸上 山本拓海・小野寺正・金房健司・柴山幸樹・初海達也・安川祐里香・大島洋子
 - ボウリング 小寺準・矢萩百合子
- スケート 小黒義明(三菱電機株式会社)、齋藤慧・岩佐暖(神奈川大学)
- **銃剣道 平松望奈**(本間道場)、西上優紀(神奈川県立横浜修悠館高等学校)
- **自転車** 松田鋼・木下直也(VfH東京)、新村穣(法政大学)、三輪和弘・丹野夏波(神奈川県BMX協会)、畠山紗英(白鵬 女子高等学校)、松下巽(早稲田大学大学院)、石上優大(横浜高等学校)





江島雅紀(陸上男子棒高跳/神奈川県立荏田高等学校)第9回日本ユース陸上競技選手権優勝(日本ユース新、大会新)



大谷憲弘 (パワーリフティング/エスクァティア) 第44回パワーリフティング選手権大会 男子74kg級・優勝



北本理子 (サウンドテーブルテニス/横浜ラポール) 第15回全国障害者スポーツ大会 卓球競技 サウンドテーブルテニス 15-1・第1位



初海達也 (陸上/横浜ラポール) 第15回全国障害者スポーツ大会 陸上競技 男子200m走19-1・第1位、 男子800m走19-1・第1位 (大会新)



杉内周作(水泳/横浜ラポール) 第15回全国障害者スポーツ大会 水泳競技 男子25mパタフライ 25-2・第1位 (大会新)

【優秀選手賞】15チーム 著名な大会で優秀な成績を示したチーム

- サッカー 横浜F・マリノスジュニアユース、横浜F・マリノスユース
- 柔道 朝飛道場(2チーム)
- ソフトボール ソフトボール競技神奈川県成年女子チーム(日立)
- 体操 日本体育大学体操競技女子チーム、日本体育大学体操競技男子チーム
- 剣道 横浜市立都田中学校女子剣道部
- スポーツバトン 横浜創英中学校バトン部Power's Can Can、 横浜創英高等学校バトン部BRIGHTS、ヨコハマリトルメジャレッツ、洋光台バトン
- 障害者スポーツ
 - バスケットボール 横浜市代表チーム(メイジャーズ)
 - バレーボール 横浜市代表チーム(チームさいとう)
- 銃剣道 横浜修悠館A(神奈川県立横浜修悠館高等学校)





横浜市立都田中学校女子剣道部 第45回全国中学校剣道大会 女子団体·優勝



横浜F・マリノスジュニアユース (サッカー) 第39回日本クラブユースサッカー選手権大会 (U-18)・優勝



横浜F・マリノスユース (サッカー) 第30回日本クラブユースサッカー選手権大会 (U-15)・優勝

【スポーツ奨励賞(優秀選手)】57名 マスターズ選手権大会等において優秀な成績をあげた者

- テニス 佐藤康夫 (GODAIテニスカレッジ)、塚本邦男 (塚本テニスカレッジ)、桐原清徳 (和泉テニスクラブ)、岡川恵美子 (チームウインフィールド)
- 水泳 秋山陽子・伊藤篤・田窪達・中村徹・中村良樹・橋本裕正・渡辺功・渡辺眞智子(コナミスポーツクラブ横浜)、 畔柳美津子・中野裕子・畑中浩和(両国きんぎょ)、天野トシ子(スコヤカ水泳教室)、一木真美子(チーム・カナロア)、上野吏菜(ハマシティ)、上村正弘・小原明徳・富田健一・矢野睦男(ザバス藤が丘)、馬江治喜・鴨下美江子・坂上優子・田中茂子・田中昇・仲丸徹雄・松林繁明・森幸江・米沢祥子(ビッグエスサンウェイ横浜)、小野房子(Be スポーツ横浜)、鹿島翠(ヨコハマ翠泳会)、渋谷浩志(株式会社スポーツアカデミー)、関口義和・広瀬百合香・三輪典夫(セントラルフィットネスクラブ東戸塚)、樋口信子(東急スイミングスクールたまプラーザ)、増澤田津子(フィットネスクラブ610本牧)、渡邉改三(寿永クラブ)



長谷川正仁 (横浜市柔道協会) 2015日本ベテランズ国際柔道大会 男子個人戦(M6 55~59才)81kg級・優勝

- 卓球 珠玖幸子(浜卓会)
- 柔道 長谷川正仁(横浜市柔道協会)
- バドミントン 黒崎二男(都筑区バドミントン協会)
- パワーリフティング 木村初子・髙橋雅之(アサマトレーニングクラブ)、 蜂須貢(昭和大学フィットネスクラブ)、小野琢司(横浜市立秋葉小学校)
- 陸上 平岡アンディー・畠中正司・市來眞・柴田友文・矢野成秀・岩岡秀之・ 玄蕃昌子・水島鉄雄・山崎真千子・岡野なつみ(神奈川マスターズ陸上競技連盟)

【スポーツ奨励賞】 1チーム マスターズ選手権大会等において優秀な成績を示したチーム



■ ダブルダッチ

ミラクルダッチ(美しが丘ダブルダッチクラブ)

公益財団法人横浜市体育協会 賛助会員募集のご案内

横浜市体育協会は、「いつまでもスポーツが楽しめる 明るく豊かな社会の実現」を目指し活動しています。

特に、「子どもの体力向上」や、「高齢者の介護予防・健康づくり」のための事業に力を 入れています。

私たちの活動に、ぜひご賛同いただき、ご支援をお願いします。

◆ 個人賛助会員 ・・・・・・・・ 1□ 3,000円

◆ 企業・団体賛助会員 ······ 1□ 10,000円

◆ 特別個人賛助会員 ・・・・・・・ 1□ 10,000円

◆ 特別企業・団体賛助会員 · · · · 1□ 50,000円





問合せ 公益財団法人 横浜市体育協会 総務課

045-640-0011

公益財団法人横浜市体育協会 平成27年度賛助会員 (平成28年2月15日現在・五十音順・敬称略) ※会員のうち、氏名等の公表を希望しない方の掲載はしていません。

●特別企業・団体会員(11企業様)

(有) 旭屋 (株) 共栄社 (株) トーリツ 藤木企業 (株) 藤木陸運(株) (株) 横浜アーチスト 横浜エレベータ(株) (一社)横浜サッカー協会 (株)横浜スタジアム (株) ロイヤルホール 他1企業

●企業・団体会員(77企業・団体様)

(株) IFA (有) アシストライフ (医) 阿部医院 (株) 阿部鋼業 (株) 安藤スポーツ (株) エイト 沖縄ツーリスト(株) 横浜支店 (株) 落合コーポレーション (株) かながわアド 神奈川県銃剣道連盟 河原スポーツ (株) 環境造園 (有) 関東化染工業所 (株) 北原不動産 (株) 崎陽軒 (株) 栗田園 公益情報システム(株) (株) サン・ビジネス・サプライ (公財) 紫雲会横浜病院 湘南建設(株) 陣体育運動具(株) (株) スリーオークス (株) センターグリル 全日本抜刀道連盟・全日本戸山流居合道連盟 太洋歯科クリニック 辻村商事(株) 戸塚ボーリングセンター(株) (株) ナセグリーンゴルフ (株) 日立製作所ITプラットフォーム事業本部 (株) ホテルニューグランド ベイ・タックス税理士法人 ホテルモントレ横浜 保土ケ谷区体育協会 松宮整形外科 丸五運輸(株) ミズノ(株) 営業本部首都圏支社 港タクシー(株) (株) 山野井 (公社) 横浜市ンターナショナルテニスコミュニティ 横浜市アーチェリー協会横浜市インディアカ協会 横浜市グラウンド・ゴルフ協会 横浜市クレー射撃協会 横浜市ゲートボール連合 横浜市剣道連盟 横浜市柔道協会 横浜市少年野球連盟学童部 横浜市少林寺拳法連盟 横浜市スポーツチャンバラ協会 横浜市総合型スポーツクラブ連絡協議会事務局 横浜市卓球協会 横浜市列「連盟 (特非) 横浜市馬術協会 横浜市がドミントン協会 横浜市バトン協会 横浜市婦人スポーツ団体連絡協議会 横浜市ボウリング協会 横浜市ラグビーフットボール協会 横浜市陸上競技協会 横浜市レディースバドミントン連盟 横浜信用金庫 (一社) 横浜水泳協会 横浜スパル自動車(株)横浜スポーツ医会 横浜バスケットボール協会 横浜ハンドボール協会 横浜丸中青果(株) 横浜野球連盟 (株) 横浜リテラ (株) ラケットショップフジ(株) レグルス 六国建設(株) 他5企業・団体様

●特別個人会員(18名)

尾島良一 押山勝實 河原智 菊池侃二 日下啓二 五反田哲哉 齊藤禮二 鈴木元也 須藤照彦 髙井祿郎 南部信治 峯岸晃三 宮武俊弘 山口憲一 山口宏 山田巧 他2名様

●個人会員(139名)

相澤一也 浅野俊博 甘粕完治 淡路伸勝 安藤泰行 石井和則 石島孝志 伊藤隆介 井上勇 岩井茂 岩倉憲男 岩本博 宇田川ユキ子 内田敏幸大河原正生 太田和彦 大辻明 岡田喜久雄 小川恵司 小川肇 荻田寶 小野琢司 斧政男 貝道和昭 柿沼實 片尾周造 加藤宏子 加藤弘金児忠枝 河野多恵子 川端重義 菅野勝夫 菊池佳代子 木口仁 及能茂道 楠正子 工藤司朗 國富進 久保田信義 黒﨑二男 小泉隆志 鯉登昇六小坂恵美子 小柴邦幸 斉藤久司 齋藤裕昭 三枝勝巳 佐久間尚志 佐瀬稔 定森秀光 佐藤富美男 佐藤義衛 椎名一男 椎野吉男 芝崎正雄清水仲一 下田秀美 陣貞夫 新堀靜江 杉浦紀子 杉山郡啓 杉山葉子 鈴木栄一 鈴木勝良 鈴木常夫 鈴木信夫 鈴木浩 鈴木勝之 角南武子妹尾愛子 高野啓子 高橋利夫 高橋正純 高嶺隆二 高柳和弘 武居和子 田中義孝 塚越正男 堤文治 寺島万里枝 富岡俊次 内藤裕幸 長井文枝夏田智子 菜花好和 新村一郎 西岡健一 橋本幹雄 長谷川桂志 馬場正徳 番幸一 平岡可奈之 廣瀬正春 藤尾不二枝 藤野純 渕脇建夫堀内芳子 本荘淳一 牧義一 松浦隆 松澤喜久 松澤賢吉 丸山隆 道下修三 村田義勝 村松富夫 八島正 安田恒雄 箭内和夫 矢部寛治矢部寛和 山﨑健志 山下俊次 山田桂一郎 山村徳男 湯原蕗江 吉井由里子 吉川勝 米田裕信 渡辺良雄 他19名様



"歓びが集まる場所"に、いつも。

人と人が集うとき、歓びと笑顔が生まれるとき… いつもそばにいるのが、私たちセレスポです。 人と人をつなぎ、あらゆるコミュニケーションを支える イベント・ソリューション・パートナーとして 感動、驚きをカタチにしています。

セレスボ

www.cerespo.co.jp

JAAF セレスポは日本陸上競技連盟の オフィシャルスポンサーです。 平成 **28**年度

横浜市スポーツ・レクリエーション 人材養成講座 受講者募集

市民の健康・体力づくりをサポートし、地域で活動できる人材を養成する講座です。主にスポーツや健康、レクリエーションといった内容から、ご自分に合った講座が選べます。

基礎から専門までの知識と技術を楽しく学びながら、各種資格も取得可能です。日本体育協会のスポーツリーダー資格を取得できる講習会も開催いたします。ぜひ一緒に学びましょう。

日程・費用など詳細は、専用申込書、下記問合せ先または、横浜スポーツ情報サイト[ハマスポ] でご確認ください。









●受講科

(1)スポーツリーダー養成講座(全3回・検定含)

(2)健康体力づくりインストラクター養成講座(全12回・実習含)

(3)地域クラブアシスタントマネジャー養成講座(全8回・検定・クラブ視察含)

(4) アウトドアリーダー講座(全11回・16日間 実習含)

(5) "楽しい"をつくるレクリエーション人材養成講座(全8回)

●申込方法 専用申込書(市内各スポーツセンター、区民活動支援センター、地区セン

ター等で配布)に必要事項をご記入の上、お申込ください。

●申込締切 (1)~(3) 平成28年5月6日(金)

(4)~(5) 平成28年5月13日(金)

●問合せ (公財)横浜市体育協会 人材養成講座係(平日9:00~17:00)

(1)~(3) 1111 045-640-0015

(4) 111 045-640-0017

(5) 11 045-640-0055 (横浜市スポーツ情報センター)

スポーツの春到来

あなたに合わせた運動習慣!春からスタートしてみませんか

横浜市内のスポーツセンターでは、その日の気分に合わせた施設の利用ができます。

有酸素マシンで汗をかきたい方や筋力アップをしたい方には、トレーニング室の利用がおススメ!

事前の予約をしなくても、当日の気分でスポーツ教室を楽しみたい方には、当日受付教室がおススメです!

仲間の方とはもちろん、お一人でも気軽にご参加いただけます。

利用可能日や金額等の詳細は、各スポーツセンターHPをご確認ください。



トレーニング室



エアロバイクやランニングマシン等の有酸素運動や筋力トレーニングマシンも充実!マシンの使い方が分からなくても、スタッフが丁寧に教えてくれるから安心です!

当日受付教室



予約不要の教室!

当日集まった仲間と一緒に楽 しみたい方、気軽にご参加く ださい!

エアロビクス、ヨガ、健康体 操、フットサル、バレーボール など スポーツセンターでは、 その他にも事前に予約を して参加する教室も開催し ています。豊富なプログラ ムから、きっとあなたにあ った教室が見つかるはず!

是非お近くのスポーツ センターへお立ち寄りく ださい!また、ご不明な 点はお気軽にスタッフま でお尋ねください。



題子教室



シニア向け健康教室



卓球教室



横浜スポーツ情報サイト[ハマスポ] サイトリニューアルのお知らせ

横浜スポーツ情報サイト[ハマスポ]は、平成26年度に続き27年度の大幅リニューアルを3月23日(水)に実施いたします。

第2弾となるリニューアルでは、リニューアル作業に伴いご不便をおかけしておりました [sub.hamaspo.com] ドメインを [www.hamaspo.com] へ移行をいたします。また「施設情報」「教室・イベント情報」 「スポーツサークル情報」 「街の指導者 (人材) 情報」 データベース、市民大会結果ページを一新し、見やすく分かりやすいレイアウトへ生まれ変わります。

この他にも「横浜のプロスポーツチーム応援ページ」を新設するなど、これまで 以上に親しみやすく充実したラインナップで横浜のスポーツの魅力を発信してま いります。どうぞご期待ください!



画面イメージは開発中のものです。

マイページ機能終了及びスポーツサークル情報・街の指導者(人材)情報新規登録のお知らせ



画面イメージは開発中のものです。

平成22年よりご愛顧いただきましたハマスポ「マイページ」機能は、サイトリニューアルに伴い3月22日(火)をもって終了させていただきます。また、これまでハマスポへ「スポーツサークル情報」「街の指導者(人材)情報」をご登録いただいておりました皆様には、新たにリニューアルサイトへご登録いただきたくお願いいたします。

併せて、新規に「スポーツサークル情報」「街の指導者(人材)情報」へのご登録を広く募集いたします。詳細は下記URLをご覧ください。皆さまのご登録をお待ちしております!

ハマスポマイページ終了のご案内 http://sub.hamaspo.com/mypage-close/スポーツサークル・人材情報新規登録のご案内 http://sub.hamaspo.com/promo-renewal/

港南プール 耐震・改修工事に伴う長期休館のお知らせ

港南プール (港南区港南台6-22-38) は、耐震補強工事及びバリアフリー向上やトイレ洋式化などの改修工事を行うため休館いたします。休館中はご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

休館期間 平成28年4月1日(金)~平成30年3月31日(土)(予定)

休館・工事に関する問合せ先】横浜市市民局スポーツ振興課 TEL 045-671-3288

読者アンケートにご協力ください

「SPORTSよこはま」では、よりよい誌面づくりの参考とするため、読者アンケートへのご協力をお願いしています。ハガキかe-mail、FAXに右の質問事項に対する回答、〒住所、氏名、年代(例:30代)、電話番号、ご希望のプレゼントおよびチーム名(P3~5「プレゼント」参照)をご記入のうえ、平成28年5月19日必着で右のあて先へお送りください。ご協力いただいた方のうち抽選でプロチームからのプレゼントを差し上げます。当落の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。個人情報の取扱いについては下記をご参照ください。

質問事項

- (1) 今月号へのご意見(よかった記事・そうでなかった記事など)とその理由をお聞かせください。
- (2) 今後取りあげてほしいテーマ(種目・イベント・人物など)は?
- (3) どこで入手しましたか? 駅名・施設名など具体的にご記入ください。またどこにおいてあると便利だと思いますか?
- (4) その他、ご意見・ご要望をお寄せください。
- ★ 〒231-0015 横浜市中区尾上町6-81 ニッセイ横浜尾上町ビル1階
- 【 横浜市スポーツ情報センター「SPORTSよこはま」アンケート係
- ^先 E-mail sports_yokohama@yspc.or.jp FAX 045-640-0024

「SPORTSよこはま」 定期購読者募集

定期郵送をご希望の方は、〒住所・氏名・電話番号をご記入の上、希望号数分の切手(年間6号刊行。1号当たり1冊140円)を同封し、「SPORTSよこはま郵送希望」と明記の上、読者プレゼント欄記載のあて先までお申し込みください。複数部数を郵送希望される場合、バックナンバーをご希望される場合は、横浜市スポーツ情報センターまでご連絡ください。

TEL 045-640-0055 FAX 045-640-0024 年末年始を除く9:00~17:00

「SPORTSよこはま」個人情報の取扱いについて

- (1) 事業者の名称 公益財団法人横浜市体育協会
- (2) 個人情報の利用目的
 - ご記入いただいた個人情報は、次の場合にのみ利用いたします。 ア 読者プレゼントの場合 プレゼントの発送
 - イ 読者アンケートの場合 記念品の発送
 - ウ 定期購読の場合 「SPORTSよこはま」の発送
 - 工 連載企画の場合 参加者の選考、選考および編集過程での事務連絡、記事 (7) 作成の参考資料、参加者を紹介するための誌面への掲載
- (3) 個人情報の第三者提供について ご記入いただいた個人情報は、プレゼントや謝礼の発送に際し、運送業者に 提供します。
- (4) 個人情報の取扱いの委託について
 - 情報誌のデザイン及び印刷のため、個人情報を取り扱う業務の委託を行います。
- (5) 個人情報の開示等及び問合せについて 当協会が保有する個人情報の利用目的の通知・開示・内容の訂正・追加または削除・利用 の停止・消去および第三者への提供の停止に応じる窓口は、(7)の問い合わせ先と同じです。
- (6) 個人情報をご提供頂かない場合の取り扱い 必要事項をご記入いただけない場合、当事業にお申込できない場合があります。
- 7) 当協会の個人情報取扱いに関する苦情、相談等の問合せ先個人情報保護管理責任者公益財団法人横浜市体育協会事務局長お問い合わせ窓口総務部総務課
 - 電話 045-640-0011 FAX 045-640-0021





