SPORTS よこはま

横浜スポーツ情報誌

Vol. 63
TAKE FREE
2017 OCT

特集 横浜元気!! スポーツ・レクリエーションフェスティバル2017 P2

平成29年度　下半期
イベントカレンダー P6

横浜熱闘倶楽部 P10
4プロスポーツチーム情報

インフォメーション P8
東京2020情報
横浜銀行アイスアリーナ情報

横浜市スポーツ医科学センター P12
中高年者の健康・体力づくり「週末戦士は、健康に有効か？」

夢を信じて P9
Y.S.C.C.監督 樋口靖洋氏(後編)

地域だより P14
区体育協会情報（青葉区、旭区、磯子区）
横浜市体育協会賛助会員名簿

＼プレゼント／
横浜銀行アイスアリーナ無料招待券
&
Y.S.C.C 折り畳みトートバック

スポーツ施設を探したい！
スポーツの仲間を増やしたい！
そんな時は
横浜スポーツ情報サイト ハマスポ
横浜のスポーツ情報はハマスポで！

スポーツくじ
toto BIG
SPORTSよこはまはスポーツ振興くじ助成金を受けて作成しています。

この情報誌は、横浜市と公益財団法人横浜市体育協会との共同編集により発行しています。
当情報誌はUDフォントを使用しております。

10月は
県民スポーツ月間
～スポーツが　笑顔と健康　作り出す～

横浜元気!! スポーツ・レクリエーション フェスティバル -2017-

Sport Recreation Festival -2017-

協力・横浜スポーツ・レクリエーションフェスティバル2017実行委員会　編集・武ノ内由紀子（公益財団法人横浜市体育協会）

今年も9月から11月にかけて、「横浜元気!!スポーツ・レクリエーションフェスティバル2017」（通称：スポレク）が開催されます。

スポレクは「体育の日」を中心に、横浜市内全域で市民を対象にした、どなたでも気軽に参加できるスポーツ・レクリエーションです。

スポーツに親しむ機会と継続的な活動へのきっかけとなるよう、さまざまなイベントが行われます。

市内スポーツセンターなどでは、普段の教室プログラムが無料体験できたり、利用者による発表会、オリンピック・パラリンピック出場経験者を講師に迎えた特別教室やイベントなど、施設ごとに特色あるイベントが開催されます。

野外活動施設では、自然に触れる体験や焼き芋づくりなど、室内プール施設では、水泳教室や水中体操などが体験できます。

また、例年体育の日に新横浜公園で開催されているスポレクの「中央イベント」が、今年は10月15日（日）に開催されます。

身近なスポーツ施設で「スポーツの秋」を体感してみてはいかがですか！

（スポレク開催カレンダーは、P4～5をご覧ください）

スポレク中央イベント

10月15日(日)10時〜15時(予定)
新横浜公園(日産スタジアム・スポーツ医科学センター 等)

新横浜駅から徒歩12分、日産スタジアムを始めとする9つのスポーツ施設がある70haの広大な新横浜公園で、さまざまなプログラムを実施します!!

当日参加できるプログラム

体力測定

オリエンテーリング

乗馬体験・工作教室

スポーツチャンバラ体験

インラインスケート体験

タグラグビー教室

わくわく!親子でテント体験

ラクロスパーク

- よこはまウォーキングポイント
- 目指せ!!忍者マスター!!(スタンプラリー)
- W杯ラグビーPRブース
- えんにち(ミニゲーム)
- ターゲット・バードゴルフ体験
- 港北消防署「着装体験」
- パラリンピック競技「ブラインドサッカー」体験
- 秋を彩るわいわいフェスタ(踊りの発表、レクリエーション種目体験など)
- キッチンカーコンテスト
- ピクニックパーク
- ゆるスポーツ　など

※事前申し込みの必要なプログラムの受付は終了しています。※写真は昨年度イベントの様子です。

コカ・コーラ ボトラーズジャパン株式会社
COCA-COLA BOTTLERS JAPAN INC.〈コカ・コーラ指定会社〉
https://www.ccbji.co.jp
Coca-Colaは The Coca-Cola Company の登録商標です。

スポレクは中央会場だけではありません! 各スポーツセンターやプールをはじめ、各施設の特徴をいかしたさまざまなイベント・体験会が催されます。
お近くの会場や興味のあるイベントを見つけて、ぜひスポレクに参加してみませんか。
各イベントの詳細については、各会場の電話番号にお問い合わせください。

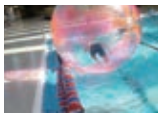
1日(日) 保土ケ谷スポーツセンター
親子野球・サッカー教室、
わくわくランド　他
TEL 045-336-4633

1日(日) 旭スポーツセンター
オリンピアン中原貴子さんによるミニバスケットボール体験、
ピラティス体験、
ベリーダンス体験　他
TEL 045-371-6105

1日(日) 緑スポーツセンター
バブルサッカー体験会、
親子deダブルダッチ、
サークル発表会
体験教室「RADKIDZ®(ラドキッズ)」　他
TEL 045-932-0733

8日(日) 横浜銀行アイスアリーナ
親子スケート教室
TEL 045-411-8008

9日(月・祝) 都筑プール
ウォーターバルーン
TEL 045-941-8385



9日(月・祝) 神奈川スポーツセンター
卓球教室、
インラインスケート場オープン、
KANAGAWAパフォーマンス★STAGE★　他
TEL 045-314-2662

9日(月・祝) 栄公会堂・スポーツセンター
タグラグビー体験教室、
親子アスレチック広場、
栄区スポーツ文化発表会　他
TEL 045-894-9503

9日(月・祝) くろがね青少年野外活動センター
さわやかスポーツ、
自然に触れようネイチャーゲーム、
はんごうご飯　他
TEL 045-973-2701

9日(月・祝) 平沼記念体育館
親子フットサル、
体験3B体操、
体験ピラティス&ヨガ　他
TEL 045-311-6186

14日(土) たきがしら会館
横浜ビー・コルセアーズバスケットボール大会、
ダーツ無料体験、
ダンス教室発表会　他
TEL 045-752-4050

15日(日) 横浜市スポーツ医科学センター
水泳教室、体操教室、
健康・体力チェック、
健康教室体験会　他
TEL 045-477-5050

15日(日) 西スポーツセンター
オリンピアンによる水泳教室、
YSCCフットサルスクール、
トランポリン体験会　他
TEL 045-312-5990

15日(日) 瀬谷スポーツセンター
瀬谷区スポーツフェスタ、
車いすバスケットボール体験、
サークル発表会　他
TEL 045-302-3301

15日(日) 三ツ沢公園青少年野外活動センター
石窯ピザづくり、クラフト、
手焼きせんべい、飯盒すい飯、
ダッチオーブン料理、自然観察
TEL 045-314-7726

15日(日) リネツ金沢
リズミック、目覚めのヨガ、
癒しのヨガ　他
TEL 045-789-2181

28日(土) 磯子スポーツセンター
磯子スポーツセンターは、天井工事のため休館。近隣施設と連携開催
※詳しくは磯子スポーツセンターへお問い合わせ
TEL 045-771-8118

29日(日) 都筑スポーツセンター
オリンピアン鶴見虹子さんによる体操教室、パフォーマンス発表会、だれでも体力測定会、さわやかスポーツ体験会　他
TEL 045-941-2997

29日(日) こども自然公園青少年野外活動センター
ポニー乗馬、クラフト、BBQ体験、
焼いも・石窯ピザづくり
TEL 045-811-8444

5日(日) 横浜文化体育館
体操フェスティバルヨコハマ2017
TEL 045-641-5741

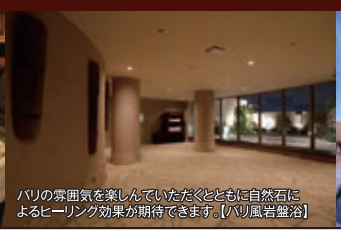
25日(土) 横浜文化体育館
ミズノビクトリークリニック「卓球」、アテネ五輪シングルスベスト16藤沼亜衣さんによる「卓球教室」
TEL 045-641-5741

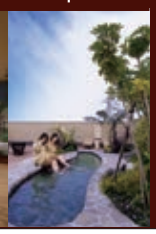
天然温泉の癒しをバリの文化・伝統と共に
美人の湯と謳われる源泉、神秘的なバリ式エステ等各種リラクゼーションで疲れた体を癒すとともに、和・洋・中・アジアンを取り揃えた当館自慢の「食」を心ゆくまでご堪能下さい。

バリ風天然温泉スパ施設
スパ・リブールヨコハマ
神奈川県横浜市鶴見区獅子ヶ谷2-39-18
TEL 045-575-7573
下記ホームページにて詳細がご覧頂けます。
http://www.libur.co.jp　リブール　検索

星空を眺めながらの露天風呂

自然食を堪能できるビュッフェ


バリの雰囲気を楽しんでいただくとともに自然石によるヒーリング効果が期待できます。【バリ風岩盤浴】



9 SEPTEMBER EVENTS 月開催イベント

23日(土・祝) 南スポーツセンター
オリンピアンによるかけっこ教室、親子リトミック、バレトン　他

TEL 045-743-6341

23日(土・祝) 本牧市民公園テニスコート
テニスの日
テニスクリニック

TEL 045-663-0557
（横浜市テニス協会）

10 OCTOBER EVENTS 月開催イベント

1日(日) 新横浜公園（日産スタジアム）
全国統一かけっこチャレンジ2017
大会公式HP
http://www.kakekko-japan.com/
Mail user.support@kakekko-japan.com
（全国統一かけっこチャレンジ事務局）

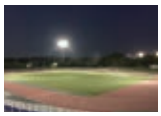
1日(日) 鶴見スポーツセンター
元オリンピック選手による走り方教室、TSURUMI☆ショータイム、体験教室「コアビューティーストレッチ」他

TEL 045-584-5671

1日(日) 都筑プール
短期水泳教室（毎日曜日開催）

TEL 045-941-8385

4日(水) 三ツ沢公園陸上競技場内
月見ヨーガ



TEL 045-548-5147

8日(日) 横浜国際プール
デビスカップ元日本代表選手の渡辺功氏によるテニス教室、あおぞらヨガ、初心者水泳記録会　他

TEL 045-592-0453

9日(月・祝) 南スポーツセンター
第19回横浜武道合同演武会（10種目）

TEL 045-640-0055
（スポレク・演武会担当）

9日(月・祝) 金沢スポーツセンター
オリンピアンによるかけっこ教室、車いすバスケット体験、スポレクエアロ　他

TEL 045-785-3000

9日(月・祝) 青葉スポーツセンター
楽しく踊ろうメガダンス、柔軟性向上ボディバランス、楽しく筋トレボディパンプ　他

TEL 045-974-4225

9日(月・祝) 鶴見川漕艇場
ボート・カヌー体験会、ボート・カヌー半額開放

TEL 045-582-8680

9日(月・祝) 旭プール
親子水泳

TEL 045-953-5010

9日(月・祝) 保土ケ谷プール
スラックライン体験、ウォーキング教室、ダンベル体操　他

TEL 045-742-2003

15日(日) 港南スポーツセンター
オリンピアンによるかけっこ教室、小学生バレーボール教室、はっち祭、ピラティス、筋肉コツコツ　他

TEL 045-841-1188

15日(日) 戸塚スポーツセンター
オリンピアンによるかけっこ教室、横浜FCと遊ぼう!!親子サッカー教室、こどもわくわくサーキットランド　他

TEL 045-862-2181

15日(日) 泉スポーツセンター
泉区体育協会によるスポーツ体験ブース、オリンピアンによるテコンドー体験　他

TEL 045-813-7461

17日(火)～18日(水) 栄プール
子供体操イベント

TEL 045-891-2110

22日(日) 中スポーツセンター
ラグビー元日本代表吉田義人氏によるラグビー教室、中区・笑顔・スポーツフェスタ、ダンス発表会　他

TEL 045-625-0300

27日(金) 栄プール
肩・腰・膝に優しい水中体操

TEL 045-891-2110

11 NOVEMBER EVENTS 月開催イベント

3日(金・祝) 港北スポーツセンター
テニス教室（キッズ・親子・一般）、子供向けフットサル体験、Inbody測定会　他

TEL 045-544-2636

5日(日) 平沼記念体育館
フットサル「レディース・MIX3、おやじ」大会、平沼亮三ゆかりの地ウォーキング

TEL 045-311-6186

5F スキー用品
4F ベースボール ソフトボール
3F サッカー フットサル ラグビー ハンドボール バスケットボール バレーボール
2F テニス バドミントン スイミング
1F ランニング トラック&フィールド スポーツウェア

パシオン横浜店

↓↓★各種修理・測定・マーキング！プロにお任せ下さい！！★↓↓

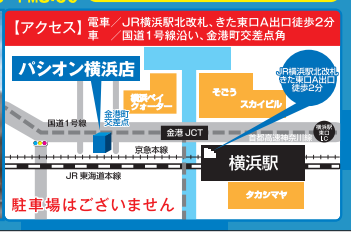
チームウェアー大募集！！
5人以上で特別割引！！
ユニホーム・トレーニングウェアー
Tシャツ・ウインブレ　など

アスリート期待の
本格派スポーツ専門店

〒221-0056
神奈川県横浜市神奈川区金港町6-22
TEL.045-440-0700
FAX.045-440-0701
【営業時間】平日:AM10:30～PM8:00
土日祝:AM10:00～PM8:00
年中無休

ときわスポーツ HP（ホームページ）
詳しくは下記のアドレスへアクセスして下さい。
http://www.tokiwa-sports.co.jp
ときわスポーツ 検索 click

【アクセス】電車／JR横浜駅北改札、きた東口A出口徒歩2分
車／国道1号線沿い、金港町交差点角



駐車場はございません

平成29年度 下半期(9月～3月)
横浜スポーツイベントカレンダー

9月 September

- 29日(金)～30日(土) Bリーグ開幕(横浜ビー・コルセアーズ)(横浜文化体育館)

10月 October

- 6日(金) 平成二十九年秋巡業 大相撲横浜場所(横浜文化体育館)
- 15日(日) 横浜元気!!スポーツ・レクリエーションフェスティバル2017(中央イベント)(新横浜公園)
- 27日(金)～29日(日) 第48回ジュニアオリンピック陸上競技大会・第101回日本陸上競技選手権リレー競技大会(日産スタジアム)

11月 November

- 4日(土) リポビタンDチャレンジカップ2017 ラグビー日本代表戦(対オーストラリア代表)(日産スタジアム)
- 12日(日) 横浜FC ホーム最終戦(ニッパツ三ツ沢球技場)
- 18日(土) 横浜F・マリノス ホーム最終戦(日産スタジアム)
- 29日(日) 横浜マラソン2017(パシフィコ横浜ほか)
- 27日(金)～29日(日) 横浜マラソンEXPO2017(横浜赤レンガ倉庫イベント広場)

12月 December

- 7日(木)～10日(日) テニス日本リーグ ファーストステージ(横浜国際プール)

リポビタンDチャレンジカップ2017　ラグビー日本代表戦(対オーストラリア代表)

オーストラリア代表はワールドカップ2回の優勝を誇り、ラグビーワールドカップ2015™も準優勝の強豪国です。過去の対戦で日本代表は8戦全敗ですが、2015年のワールドカップで歴史的な3勝をあげ、世界と肩を並べた日本代表にとっては積年の思いを晴らす最高の舞台となります。

観戦チケットは4種類(カテゴリー1～4)に分かれており、インターネットやお近くのコンビニエンスストアなどで購入できます。

当日は、スタジアム周辺でラグビー体験などのイベントも開催されます。

スタンドからは、強豪に挑む日本代表に大歓声を送り、スタジアムの外では、ラグビーイベントで盛り上がりましょう。ぜひラグビーづくしの11月4日、現地で堪能してください。

日　程　11月4日(土)
試合時間　14時40分キックオフ
会　場　日産スタジアム
チケット　販売中(平成29年9月2日一般販売開始)

席種	一　般	小・中学生
カテゴリー1指定	前売り 12,000円(当日13,000円)	—
カテゴリー2指定	前売り 9,000円(当日 9,500円)	前売り 2,000円
カテゴリー3自由	前売り 4,500円(当日 5,000円)	前売り 1,000円(当日 2,500円)
カテゴリー4自由	前売り 3,000円(当日 3,500円)	前売り 1,000円(当日 1,500円)

横浜マラソン2017

今回から秋開催に変更になった「横浜マラソン2017」。国内外から参加するランナー28000人が、横浜の街を駆け抜けます。3日間開催されるEXPOでは、ランナー以外の方も楽しめるコンテンツがいっぱい。ぜひご家族やお仲間でお出かけください。

横浜マラソン2017

メイン会場　パシフィコ横浜
日　程　10月29日(日)
URL　http://www.yokohamamarathon.jp/2017/

横浜マラソンEXPO2017

会場　横浜赤レンガ倉庫イベント広場
日程　10月27日(金)～29日(日)
11:00～20:00(29日は9:00～15:00)

第48回ジュニアオリンピック陸上競技大会・第101回日本陸上競技選手権リレー競技大会

第48回ジュニアオリンピック陸上競技大会は、中学生アスリートの祭典として、各学年で順位を競います。また同日には、第101回日本陸上競技選手権リレー競技大会も開催されます。

未来のオリンピック選手たちの熱いレースを応援しに行きませんか!

第48回ジュニアオリンピック陸上競技大会

会場　日産スタジアム
日程　10月27日(金)～29日(日)
種目　100m、200m、800m、1500m、3000m、ハードル、走高跳、砲丸投、走幅跳、円盤投、ジャベリックスロー、4×100mリレー　※各学年により異なる
URL　日本陸上競技連盟公式サイト
http://www.jaaf.or.jp/competition/detail/1007/

第101回日本陸上競技選手権リレー競技大会

会場　日産スタジアム
日程　10月27日(金)～29日(日)
種目　男女4×100m・4×400m
URL　日本陸上競技連盟公式サイト
http://www.jaaf.or.jp/competition/detail/1006/

※**太字**はピックアップイベントです。※日程は変更になる場合があります。

2018年 1月 January

- 13日(水)～14日(木) ヨネックスレディースチャレンジカップ2017（横浜国際プール）
- 14日(日) バドミントンS/Jリーグ2017（横浜文化体育館）
- 19日(金)～21日(日) テニス日本リーグ　セカンドステージ（横浜国際プール）
- 26日(金) 第52回新春横浜スポーツ人の集い

2月 February

- **28日(日)～2月1日(木) 第73回国民体育大会冬季大会アイスホッケー競技会（新横浜スケートセンター・横浜銀行アイスアリーナ）**
- 11日(日) 第72回市町村対抗「かながわ駅伝」競走大会（相模湖公園など）
- **22日(木) FIBAバスケットボールワールドカップ2019アジア予選（男子）（横浜国際プール）**
- 日程未定 Jリーグ開幕（横浜F・マリノス・横浜FC）
- 日程未定 プロ野球開幕（横浜DeNAベイスターズ）（横浜スタジアム）

3月 March

- 21日(水・祝) 第28回よこはまシティウォーク（横浜市内）

FIBAバスケットボールワールドカップ2019 アジア予選（男子）

FIBAバスケットボールワールドカップ2019に出場する、上位7チーム(開催地の中国を除く)の出場権を獲得するアジア予選が始まります。第1次予選は、11月からホーム&アウェイ方式で行われ、平成30年2月22日(木)にチャイニーズ・タイペイ戦が横浜国際プールで開催されます。

ぜひ応援に行ってみませんか!

写真提供:日本バスケットボール協会

会場　横浜国際プール
日程　平成30年2月22日(木)
対戦相手　チャイニーズ・タイペイ
※グループBは、チャイニーズ・タイペイ、オーストラリア、フィリピン、日本
URL　公益財団法人日本バスケットボール協会
http://www.japanbasketball.jp/

第73回国民体育大会冬季大会 アイスホッケー競技会

第73回国民体育大会冬季大会アイスホッケー競技会「氷闘!かながわ・よこはま冬国体」が、この横浜の地で開催されます。

各都道府県対抗でし烈な熱い戦いが繰り広げられます。観戦は無料ですので、ぜひ応援に行ってみませんか!

会場　新横浜スケートセンター・横浜銀行アイスアリーナ
日程　平成30年1月28日(日)～2月1日(木)
観覧　入場無料
URL　神奈川県スポーツ局スポーツ課
http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f535885/

心が動く。
そんなイベントを仕掛けていきます。

イベント・ソリューション・パートナー
セレスポ

株式会社セレスポ　横浜支店
〒222-0033 横浜市港北区新横浜 3-2-6 VORT 新横浜 9F　TEL:045-473-2555

スポーツで「横浜」が熱くなる!～2つの国際大会が開催～ ② 東京2020

東京2020オリンピック・パラリンピック1000日前を迎えます!

東京2020オリンピック・パラリンピックの開会まで、10月28日(土)でちょうど1000日前となります。

今後、関連イベントが開催されたり競技日程が決定したりするなど、東京2020大会への動きが加速し、世界から横浜に注目が集まります。

横浜市では、市内で行われる大規模イベントなどと連携しながら盛り上げていきます。

イベントなどの詳細は、横浜市市民局ホームページやチラシなどでご確認いただき、ぜひご来場ください。

開催会場

東京2020オリンピック・パラリンピックの概要

●第32回オリンピック競技大会(2020／東京)

日　程　2020年7月24日(金)～8月9日(日)

競技数　33競技

【横浜での開催競技】サッカー競技(横浜国際総合競技場)
野球・ソフトボール競技(横浜スタジアム)

●東京2020パラリンピック競技大会

日　程　2020年8月25日(火)～9月6日(日)

競技数　22競技

【コラム】 1964年の東京大会と横浜

1964年に開催された前回の東京大会では、東京2020オリンピック・パラリンピックと同様に、横浜市でも2種類の競技が開催されました。

三ツ沢公園球技場ではサッカー競技が、横浜文化体育館ではバレーボール競技、バスケットボール競技が行われ、市内でオリンピックムーブメントが広がりました。

東京2020オリンピック・パラリンピックも横浜全体で盛り上げ、新たな感動を分かち合いましょう。

横浜銀行アイスアリーナ

スポーツの秋! スケートを始めてみませんか?

初心者から経験者まで、楽しく目標を持ってスケートを習うことができる、さまざまな教室を実施しています。

「上手に滑りたい」、「スピンをしてみたい」など、レベル別の指導で無理なく上達するプログラムとなっておりますので、みなさまのご参加をお待ちしております。

まず体験してみたい!という方にお勧め!

■開催日時　10/11、18 いずれも水曜日14:30～15:30
各回定員40人

■対象　4歳～未就学児

■参加費　1回　700円(滑走券、貸靴代、保険料込)

■持ち物　長袖、長ズボン、ハイソックス、ニット帽またはヘルメット(自転車用でも可)

■申込み　開催前週の火曜日　午前10時から電話にて受付(先着順)

継続的に習いたい方にお勧め!

■コース名　3歳児、幼児(4～6歳)、フィギュア(小学生以上)、サンデー(中学生以上)

■参加費　6,480～8,640円(滑走券、貸靴代込)/1か月

※参加費は、コース・曜日により異なる

※レベル別にクラス分け。初めてスケートを習う方も安心!

※幼児、フィギュアコースは、毎月個人の習得状況を確認するテストを実施し、合格すると次のレベルに進めるため、目標を持って練習ができます。

※11月以降も毎月2回開催。日程・申込日は要問合せ

教室のお問合せは、横浜銀行アイスアリーナホームページ URL http://yokohama-icearena.jp/ TEL 045-411-8008

クイズに答えて「横浜銀行アイスアリーナ無料招待券」プレゼント!

Q 迫力のあるプレーが魅力のアイスホッケー。ゲーム時に1チームの氷上に立てる人数は、次のうちどれでしょう。

❶ 3人　❷ 6人　❸ 9人　❹ 12人

プレゼント応募方法はP15の読者アンケートページをご覧ください。
正解は「横浜銀行アイスアリーナホームページ」にて11月下旬頃に掲載いたします。

Y.S.C.C.監督
樋口 靖洋（ひぐち やすひろ）さん
インタビュアー　えのきどいちろう

あなたが子どもの頃に抱いた夢は？　アスリートや一流の指導者が夢を持つことの大切さを語る「夢を信じて」。インタビュアーはコラムニストのえのきどいちろうさん。今回のインタビューゲストは、Y.S.C.C.監督の樋口靖洋さんです。

ずっとチャレンジのタイミングを考えていました

――トップチームの指導者としてのスタートは？

樋口　マリノスがフリューゲルスと合併した1年目に「トップチームをやらないか」と。やはり育成年代を指導するのにもトップの指導経験が必要だと思っていた時でした。僕はプレーヤーとしてトップレベルの選手と長く一緒にやれなかった。だから本当の大人の世界を知らない。そんな負い目みたいなものがありました。39歳、プロとして契約をしました。

――日産自動車の会社員をやめて、プロのコーチになられた。

樋口　ずっとチャレンジのタイミングを考えていました。それはこの先もサッカーで飯を食っていくために。そして、いつかまた育成の年代の子たちに還元するためにも。

――育成との大きな違いは？

樋口　プロの世界ですから、選手たちは試合に出てなんぼなんですね。試合に出られる、出られないという選手の心の葛藤をチームとしてひとつの方向にまとめられるか。育成と全く違う部分ですね。僕が選手の時に感じていたことと同じように「使ってもらえない」という葛藤を持ちながらやっているような選手たちに対して、しっかりとアプローチをかけながら、前に向かせていく。

――どういうアプローチを？

樋口　すべての選手に武器を出させて勝負させる。達成感が積み重なってチャレンジへの意欲になることを、僕は子どもたちへの指導で経験してましたから、試合に出られてない選手たちにもこの部分では勝負できることに気づかせて、勝負してやるという気持ちに仕向けるんです。僕の経験から言うと、例えば紅白戦で控え組が強い時、その週の公式戦はだいたい勝ちます。それはつまりチーム全員が必死にやっているということなんです。チームの意識、準備が完成しているんですね。

――なるほど。樋口さんがずっと現場で必要とされてきた理由がわかります。

樋口　野球は監督がバントのサインを出したらバントしなきゃいけない。サッカーはシュートを打とうがドリブルしようが、それはそれぞれの判断。サッカーの魅力は主体的にプレイすることです。自分は何をアピールしたらいいか、一流の選手はそういうことを分かっています。だから自分が監督のチームは主体的な試合をしたいですね。

――それは戦術的にはハードルが高いことではありませんか。

樋口　高いです。すごく難しいですね。パターン化してトレーニングした方が、選手も覚えやすいし、型にはめた方が戦術の理解度も深まります。チームの勝ち負けを考えたらその方が早いのかもしれませんが、自分としては嫌なんですよ。選手から主体性を奪ったらサッカーは面白くない。

――2006年に山形の監督になられました。

樋口　山形からオファーを受けた時、相談した岡田（武史）さんから「監督として経験積んで来い。監督としてコーチは決定的に違う。物事を決めるのが監督の仕事なんだ」って言われました。コーチって選手に「なかなか試合出られないけど、がんばれよ」、「ちょっとお前、悩み事あんのか？」って、ある意味では軽く言えるわけです。だけど、監督は情を持っちゃうと決断しにくくなる。監督とは切る決断するのが仕事なんだよ、と岡田さんは伝えてくれたんだと思います。決定権があるってことは、責任があるってことです。

うれしいのは選手が自分の判断で生き生きと試合をしてくれている時

――サッカーの監督さんって大変な仕事ですね。

樋口　グラウンドへ送り込んだ選手たちが自信を失くしたプレイをしている時は、自分が監督として失敗したな、間違ったんだなと思う瞬間です。うれしいのは選手が自分の判断で生き生きと試合をしてくれている時。ミーティングや練習以上のことをやってくれて、まさに躍動する。そんな試合ができた時がすごくうれしいですね。

――Y.S.C.C.では？

樋口　「チームのスタイルっていうものをちゃんと作らないといけない」と（吉野）理事長と確かめ合って、引き受けたんです。順位を上げるっていうのは僕の大事な仕事でコミットメントのひとつです。だからと言って、守って守って守備的に戦って順位がちょっと上がったけれども、次の年に何も残らないようなサッカーはどうなのか。5年後、10年後、20年後に続くサッカーのスタイルを構築する。チームのスタイルというものを大事にしながら順位を上げていくチャレンジをしようと、理事長は言ってくれたんで。僕のイメージする主体的なサッカーをやろう、やらなきゃいけないと。

――即効性のある戦術ってたしかにあると思いますが、そういうことではないサッカー哲学を大切にされてのチャレンジですね。素晴らしいことだと僕は思います。

樋口　Y.S.C.C.はJリーグが始まる前に、地域から始まったチーム。そのトップチームである我々はこうであるというスタイルを示せなかったらダメだと思っています。

取材を終えて

樋口靖洋監督は真っ正直な人だ。僕は取材を通じて、大変な感銘を受けた。試合後の監督会見でも、自分の采配の悔いを率直に口にされる。そんな監督さんはなかなかいない。大概はごまかしてしまうか、ほっかむりである。サッカーに対して誠実なのだ。

このインタビューでも、育成コーチ時代の失敗例を具体的に語って下さった。失敗して学んだことを生き生きと伝えてくれた。サッカーは最高だ。樋口監督がその証拠だ。

Y.S.C.C.トートバッグプレゼント!!
P15読者アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で1名様にプレゼント!!

※樋口監督PROFILE（プロフィール）は、vol.62掲載の「第16回（前編）」をご覧ください。

横浜DeNAベイスターズ

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

野球振興プロジェクト「やきゅうみらいアクション」

横浜ＤｅＮＡベイスターズは、子どもたちに野球をプレーする楽しさを感じてもらい、将来的な野球人口増加を目的とした野球振興プロジェクト「やきゅうみらいアクション」を開始いたします。

幼稚園、保育園には、マスコット（ＤＢ・スターマン、ＤＢ・キララ）やサポーティングガールズユニットｄｉａｎａが訪問し、小学校の体育授業では、選手ＯＢが訪問します！

オリジナルバス「DB.スターマン号」

選手と同じ食事が楽しめる！「&9」に青星寮メニューが登場！

「青星寮」は、横浜ＤｅＮＡベイスターズの若手選手が生活する選手寮です。食事は管理栄養士により管理され、30年以上前から愛されている「青星寮カレー」は名物。Ｂｏｕｌｅｖａｒｄ Ｃａｆｅ「&9」では、青星寮で選手に提供している食事をワンプレートで楽しめます。

また、ホームゲーム開催日は、店内にて試合中継を放映します。

Boulevard Cafe「&9」

1日限定20食「青星寮プレート」900円（税込み）
栄養抜群の食事を選手気分でお楽しみください。

場所：「THE BAYS」1階

時間：11:30～23:00
※デーゲーム開催日：10:00～23:00
（不定休）

住所：中区日本大通34

ホームゲームスケジュール

9/30(土)18:00～ vs **広島カープ**
（横浜スタジアム）

10/1(日)14:00～ vs **広島カープ**
（横浜スタジアム）

横浜F・マリノス

TEL 045-285-0677（トリコロールメンバーズ事務局 10:00～17:00/ 不定休）
URL http://www.f-marinos.com

こうほくサンクスマッチ

10月21日の鹿島アントラーズ戦では、『こうほくサンクスマッチ』と題し、港北区役所及び関係各所のご協力のもと、様々なイベントを開催いたします。

２０１７明治安田生命Ｊ１リーグもいよいよ終盤戦です。より一層、勝点1が重みをもつゲームの連続となります。

皆さまの熱い応援と共にホームで熱い戦いを繰り広げましょう。

ぜひ、スタジアムでのご声援をよろしくお願いします。

試合観戦前はトリコロールランドで楽しもう！

試合当日、日産スタジアム「東ゲート前噴水広場」にテーマパークが出現！ それが“トリコロールランド”です。

各種アトラクションにバンドの演奏、美味しい食事を提供するケータリングカー、その他ブースの出店など、楽しいイベント盛りだくさん。

試合が始まる前は、日産スタジアム東ゲート前・トリコロールランドに集合しよう！

明治安田生命J1リーグ ホームゲームスケジュール

9/16(土)19:00～ vs **柏レイソル**（日産スタジアム）
10/14(土)19:00～ vs **大宮アルディージャ**（日産スタジアム）
10/21(土)19:00～ vs **鹿島アントラーズ**（日産スタジアム）

わかば犬猫病院

横浜西口駅前

Tel.045-321-6112
URL. http://www.wakaba-dogcat.jp
Ameblo. http://ameblo.jp/wakaba-ah7

看板犬モーガン君

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	日
9:00～17:00	🐾	🐾	🐾	🐾	🐾	🐾	—

※祝日はお休みです

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「おたからや（2 店舗並びの左側）」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

横浜FC

TEL 045-372-5212(代表)
URL http://www.yokohamafc.com

LEADS TO THE OCEAN プロジェクト

スポーツと清掃活動を軸に、海・自然環境への意識を高め、次世代に美しい自然を残すためのプロジェクト「LEADS TO THE OCEANプロジェクト」を実施しています。

主な活動内容は、ホームゲーム終了後に「ニッパツ三ツ沢球技場周辺での清掃活動」です。

ぜひご家族・お仲間をお誘いいただき、ご参加ください。

©YOKOHAMA FC

LEADS TO THE OCEAN プロジェクト概要

■集合時間
試合終了15分後(実施時間:30分間)

■集合場所
ニッパツ三ツ沢球技場 場外総合案内所付近

■参加特典
スタンプを集めてゴミ拾いマスターになろう!
参加一回ごとにスタンプを1つ押します。
15個以上スタンプを集めると、「ゴミ拾いマスター」に認定!
※2018年6月末のゴミ拾い最終日に賞状授与を予定

■その他
トング・ゴミ袋は、こちらでご用意いたします。
LEADS TO THE OCEANプロジェクト詳細は、QRコードよりご確認ください。

LEADS TO THE OCEAN プロジェクトQRコード

明治安田生命J2リーグ ホームゲームスケジュール

10/7(土)18:00～ vs **アビスパ福岡**(ニッパツ三ツ沢球技場)
11/5(日)13:00～ vs **ロアッソ熊本**(ニッパツ三ツ沢球技場)

横浜ビー・コルセアーズ

TEL 045-507-4544(事務局)
URL https://b-corsairs.com

横浜文化体育館で開幕!! ビーコルの新たな航海が始まる!

いよいよ9月29日(金)・30日(土)、ビーコルはBリーグ2017-18シーズンの開幕戦を迎えます。

Bリーグが誕生した昨季、ビーコルは戦績が低迷し、B2との入替戦を経験しました。入替戦に勝ってB1残留を決めたものの、心身ともに長く苦しいシーズンでした。

その苦い経験を乗り越えたメンバーが今季はほぼ残り、団結力は一層強固なものになりました。

さらにはルーキーの田渡 凌(たわたり りょう)選手、日本人ビッグマンの佐藤 託矢(さとう たくや)選手といった注目の新戦力も加わり、ビーコルの新たな航海が始まります。

10月のホームゲーム以降からは、横浜国際プールをメイン会場に繰り広げられる熱戦!!

熱く応援して、ビーコルと一緒に戦ってください!!

©YOKOHAMA B-CORSAIRS

©YOKOHAMA B-CORSAIRS

ホームゲームスケジュール

9 / 29(金)、30(土) vs **滋賀レイクスターズ戦**
(横浜文体体育館)
10/21(土)、22(日) vs **シーホース三河戦**
(横浜国際プール)
チケット、詳細はビーコル公式WEBサイトから

TOA TOTAL CREATIVE PRINTING 東亜株式会社

営業取扱商品	
宣伝・広告物全般	カタログ、会社案内・パンフレット、ポスター、チラシ類、ハガキ等
販促ツール加工製品	各種POP、等身大、ディスプレイパネル、のぼり、横断幕等
パッケージ各種	化粧箱、組箱、ワンタッチ箱等
袋類各種	紙手提袋、薬袋、OPP、CPP、ポリエチレン袋、巾着袋、手提袋、外装袋、OPP封筒等
塩ビ・プラスチック	クリアファイル、POP、下敷等

●上記取扱商品に関する、企画・デザイン・印刷・加工全般
〒135-0045 東京都江東区古石場1-1-9
TEL.03-3643-8101 FAX.03-3643-8170 toa@river.ocn.ne.jp 担当:平尾

中高年の健康・体力づくり

週末戦士は、健康に有効か？

横浜市スポーツ医科学センター　診療部長　長嶋（ながしま）　淳（じゅんぞう）

一億総活躍社会を標榜する本邦では、健康寿命の延伸を目標としながらも、その多忙さゆえに、勤労者が運動・スポーツをする時間が取れないというジレンマを抱えています。

運動習慣による主な疾病予防効果を図1に示します。高血圧・高脂血症・糖尿病などの代表的な生活習慣病の予防・改善だけではなく、癌や感染症・認知症の予防効果も証明されています。

国際的な成人（18歳以上）に対する運動推奨ガイドラインは、①有酸素運動（Cardiorespiratory Exercise）、②筋力運動（Resistance Exercise）、③柔軟性運動（Flexibility Exercise）、④神経運動（Neuromotor Exercise）の4項目から構成され、各運動の推奨時間、強度、頻度、種類が挙げられています。具体的な内容を図2に要約して示します。

しかしながら多忙な勤労者が、この基準を満たした定期的活動・運動習慣を達成することは困難な現状です。

そんな中、本邦と同様な高齢・先進国である英国から、週末にのみ、運動・スポーツを行う、いわゆる週末戦士（Weekend Warrior）は、十分健康に寄与するとの報告がなされました。

この研究では、約64、000人の英国成人（平均年齢57歳）の健康行動調査のデータが、国内の死亡データと関連付けられました。参加者は、不活発（運動習慣がほとんど無い人）、活動不十分（推奨される定期的活動量を満たしていない人）、週末戦士（中強度の活動を1週当たり150分以上、

図1 運動の効果

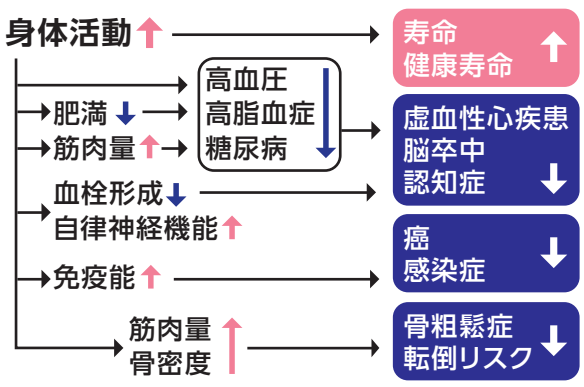


図2 成人の運動習慣ガイドライン

①有酸素運動

有酸素運動は最低150分/週で、中強度（早歩きや心拍増加を気づく程度の運動で、1回最低10分以上）を1日最低30分、週5日、もしくは高強度（ジョギングで代表されるが、呼吸数増加、心拍の増加をもたらす有酸素運動）を1日最低20分、週3日施行する。

②筋力運動

筋力運動は身体の大きな筋肉を使った8～9種類の運動を1セット8～20回で、2～4セットを週2～3回施行する。筋力運動の施行間隔は48時間以上開ける。

③柔軟性運動

柔軟性運動は1回60秒のストレッチ2～4回を少なくとも週2～3回施行する。

④神経運動

神経運動（機能性フィットネス運動）は1回20～30分を週2～3回施行する。内容はバランス、俊敏性、統合性、歩行の神経能力を向上させるもので、高齢者では太極拳やヨーガが薦められる。

お客様のイメージを　色とカタチに。
印刷・制作物のご用命はキャスメディアへ。お気軽にご相談ください。
CAS MEDIA www.cas-m.co.jp

印刷	加工	WEB	広告
□名刺　□ポスター □封筒　□フライヤー □はがき・ポストカード □シール・ステッカー □挨拶状・喪中はがき	□ラミネート □パネル □看板・のぼり □ノベルティ	□ホームページ制作 □バナー広告制作	□フリーペーパー企画・制作 □各種広告制作

こちらに記載のない商品にも対応いたします。お気軽にお問合せください。

専任デザイナーが作成　低コスト　短納期　小ロットOK!　地図・ロゴ作成　フォトレタッチ画像修正　名刺用紙サンプル無料送付

☎045-664-5530
fax045-664-2881
MAIL:info@cas-m.co.jp
桜木町デザインセンター
〒231-8331
横浜市中区桜木町 1-1-7 TOCみなとみらい11F
鶴見出力センター
〒230-0051
横浜市鶴見区鶴見中央 3-4-25

あるいは高強度活動を1週当たり75分以上行っている人)、または定期的活動者に分類され、平均で約9年のフォローアップ中、8,800人を超える参加者が死亡しました。

全死亡・心血管関連死・癌関連死の相対リスクは、活動不十分、週末戦士、または定期的活動者の参加者の方が、不活発な参加者より有意に低値でした(図3)。

結論として、週1～2回の中強度以上の運動の価値は、より高頻度に運動していた人々よりわずかしか劣らない健康アウトカム(成果)をともなったと論じています。

このように科学的にも明らかなので、たとえ週末だけでも、多少の運動を心がけるようにしましょう。

図3 死亡率のハザード比(不活発な参加者を1とした場合)

全死亡率	活動不十分	:0.69
	週末戦士	:0.70
	定期的活動	:0.65
心血管関連死亡率	活動不十分	:0.60
	週末戦士	:0.60
	定期的活動	:0.59
癌死亡率	活動不十分	:0.83
	週末戦士	:0.82
	定期的活動	:0.79

•参考文献:O'Donovan G et al. Association of "weekend warrior" and other leisure time physical activity patterns with risks for all-cause, cardiovascular disease and cancer mortality. JAMA Intern Med 2017 Jan 09; [e-pub].

ビーコル日誌

スポーツ医科学センター理学療法士
中田 周兵(なかた しゅうへい)

第21回 心拍数をもとにした心肺機能評価

近年のバスケットボールは、スターティングメンバーの5人が長い時間プレーするのではなく、ベンチプレーヤーも含めて出場時間をシェアしながら試合を運んでいくのが主流になっています。そのため、短かい時間にダッシュなどの高強度な運動を何度も繰り返し、さらに素早く回復することができる能力が求められます。

自分の回復力を簡単に確認する手段として、運動終了後の心拍数回復をチェックするという方法があります。まずは、簡単な計算式で自分の「最大心拍数」を算出します(最大心拍数=220－年齢)。つまり20歳の場合、最大心拍数は毎分200回となります。例えば、エアロバイクなど運動直後の心拍数を測定して、毎分140回の場合には、その運動は70%の運動強度だったということになります。また、運動休止後から1分ごとに心拍数を測定してみます。トレーニングを積んでいる方であれば、1分程度で毎分100回以下まで下がり、2、3分で安静時の心拍数に戻るはずです。さらにトレーニングを続けていけば、同じ運動負荷でも心拍数は上がりにくくなり、運動後の心拍数の回復も早まります。

心拍数回復が早い人ほど運動耐容能(いわゆる持久力)が高いことが証明されていますので、運動終了後の心拍数回復をチェックすると自分の持久力を評価することができるのです。

ビーコルの選手たちは、シーズン開幕前にメディカルチェックを行いますが、その項目の一つに運動負荷試験があります。これは一般の方もスポーツプログラムサービス(SPS)[スポーツ版人間ドック]で測定でき、運動中の心電図や血圧のチェックと、負荷と心拍数データから持久力の評価も行ないます。

ビーコルは素早い展開のバスケットボールが持ち味ですから、選手全員が優秀な成績を叩きだすに違いありません。今シーズンもビーコルの早いバスケットボールをお楽しみください。

スポ医科情報

ランニング測定

フルマラソンなどの完走や記録向上を目指すランナーの方をサポートします。今のランニングレベルの把握やトレーニング効果のチェックができます。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。

会場 横浜市スポーツ医科学センター
料金 6,200円
TEL 045-477-5050
URL http://www.yspc-ysmc.jp/ysmc/consultation/checkup_for_athletes_3.html

整体 60分 4,200円(税込)

元気な体は潤滑な血液循環から

☎ 045-620-8680

施術時間 10:00～21:00(電話受付9:30～20:00)

URL http://www.soushin-tobe.com
HPを見た方は初回半額サービスいたします。

●所在地 横浜市西区戸部本町51-19-101
●アクセス 戸部駅徒歩2分。横浜駅徒歩15分。
●定休日 日曜、祝祭日
●施術内容 カラダ:ボディケア・ボディトリートメント/整体/姿勢矯正/
足:フットケア・足つぼ/O脚・X脚/その他

戸部駅徒歩2分。横浜駅徒歩15分。

青葉区民のスポーツを支えます 青葉区体育協会

11月26日(日)に第4回青葉区民マラソンが開催されます。青葉区体育協会は、沿道警備などで大会をサポートしていきます。

昨年度の同マラソンは、秋空の快晴のもと開催され、10kmのコースを820名のランナーが力走しました。

青葉区体育協会は、さまざまな区民のスポーツを支える活動を続けていきます。

青葉区役所駐車場からスタート

公道を規制したコース設定

2017年度の主な事業

青葉ふれあいまつり2017	6月17日(土)
青葉区民まつり2017	11月3日(祝・金)
(体力測定・さわやかスポーツ)	
第4回青葉区民マラソン	11月26日(日)
青葉スポーツフェスタ	平成30年2月3日(土)午前
第23回青葉スポーツ人の集い	平成30年2月3日(土)午後

問合せ 青葉区体育協会 TEL 045-971-6647
Email aoba.taikyou@gmail.com

第47回 旭区駐伝競走大会「旭ズーラシア駅伝2017」 旭区体育協会

第35回大会より来園者や動物への配慮から、動物園職員用の通路(管理用道路)を主体としたコースに変更しました。旭区民の皆さまから、「旭ズーラシア駅伝」の通称で親しまれ、毎年多くのチームが順位を競っています。

今年も1月28日(土)に開催され、周回コースで、起伏のある難コースを1チーム5人で5周しました。

小学生の部から壮年(40歳以上)の部まで、全14部門、総勢356チーム(男性1240人、女性540人)が参加し、小学生男子の部から順に4グループに分かれてスタートしました。

当日は天候にも恵まれ、大変盛り上がりました。

第48回旭ズーラシア駅伝2018大会は平成30年1月27日(土)に行われます。参加者募集期間は10月16日(月)～11月17日(金)インターネットからの申し込みとなります。広報よこはま10月号(旭区版)に詳細を掲載します。

スタート風景

大人も子どもも懸命に走る

2017年度の主な事業

救命救急手当講習会	9月24日(日)
旭区民スポーツ祭2017	開会式 6月24日(土)
	表彰式 11月25日(土)
29年度旭区スポーツ人のつどい	平成30年3月4日(日)

問合せ 旭区体育協会 TEL 045-370-6415

磯子区制90周年記念「磯子まつり」へ出展します 磯子区体育協会

磯子区体育協会は、19の加盟団体とともに、区民大会や教室事業を開催しています。子ども達へ夢を与えられるような活動を今後も計画し、地域一丸となってさまざまな活動をしていきます。また「社会人になってスポーツをする機会が減ってしまった…」「学校のクラブだけじゃなくもっとスポーツがしたい!」そんなあなた!ぜひお問い合わせください。

今年度は磯子区制90周年を迎え、さまざまなイベントが企画され、その中のひとつ、10月1日に磯子区総合庁舎周辺で開催予定の「磯子まつり」に出展します。

磯子区体育協会の活動の周知とともに、区民へのスポーツへの関心を高められるような企画を計画しています。

皆さま、ぜひ「磯子まつり」へ足をお運びいただければ幸いです。

事業に関わったスタッフのみなさん

問合せ 磯子区体育協会
Tel・Fax 045-353-3180
Email isogo-kutaikyou@eos.ocn.ne.jp
不在なことが多いため、メールでお問い合わせください。

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」「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。

スポーツで元気な横浜！
公益財団法人 横浜市体育協会
YOKOHAMA SPORTS ASSOCIATION

問合せ 公益財団法横浜市体育協会 総務課
TEL 045-640-0011

- ◆ 個人賛助会員　1口　3,000円
- ◆ 企業・団体賛助会員　1口　10,000円
- ◆ 特別個人賛助会員　1口　10,000円
- ◆ 特別企業・団体賛助会員　1口　50,000円

平成29年度賛助会員 平成29年8月15日現在・50音順・敬称略

●特別企業・団体（14）
（有）旭屋　鹿島建物総合管理（株）　（株）共栄社　（株）キョーエーメック　（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）横浜シミズ　（株）横浜スタジアム　（株）ロイヤルホール　他1企業・団体様

●企業・団体（64）
（有）朝日スポーツセンターイシケンスポーツ瀬谷店　医療法人社団阿部医院　（株）阿部鋼業　（株）安藤スポーツ　石井商事運輸（株）　（株）エイト　（有）エスク　神奈川県民共済生活協同組合　（株）環境造園　（株）北原不動産　（株）崎陽軒　中華街桂宮　（株）栗田園　公益情報システム（株）　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　太洋歯科クリニック　辻村商事（株）　東京体育用品（株）　（株）長野工務店　（株）ポートサイド印刷　（株）ホテルニューグランド　ベイ・タックス税理士法人　保土ケ谷区体育協会　松宮整形外科　丸五運輸（株）　ミズノ（株）スポーツ施設サービス営業部　港タクシー（株）　（株）山野井　（公社）横浜インターナショナルテニスコミュニティ　（公財）横浜観光コンベンション・ビューロー　横浜市山岳協会　横浜市アーチェリー協会　横浜市合気道連盟　横浜市アマチュアボクシング協会　横浜市インディアカ協会　よこはまウオーキング協会　横浜市弓道協会　横浜市グラウンド・ゴルフ協会　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　横浜市卓球協会　横浜市ダンススポーツ連盟　横浜市テニス協会　横浜市なぎなた連盟　NPO法人横浜市馬術協会　横浜市婦人スポーツ団体連絡協議会　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　横浜スバル自動車（株）　横浜バスケットボール協会　横浜野球協会　横浜野球連盟　（株）ラケットショップフジ　（株）ローズホテルズ・インターナショナル　他1企業・団体様

●特別個人（16）
押山勝實　河原智　菊池侃二　日下啓二　五反田哲哉　齊藤禮二　柴田武志　簫敬意　髙井祿郎　南部信治　濱陽太郎　福島雅樹　松澤賢吉　宮武俊弘　山口宏　他1名様

●個人（107）
相澤一也　赤津光昭　甘粕完治　安藤泰行　石井清史　伊藤隆介　岩井茂　岩倉憲男　岩本博　宇田川ユキ子　大河原正生　太田和彦　大辻明　岡田喜久雄　荻田實　小野琢司　貝道和昭　片尾周造　加藤範義　加藤宏子　加藤弘　金児忠枝　金児英文　川口俊行　河野多恵子　菊池佳代子　及能茂道　工藤司朗　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　齋藤裕昭　三枝勝巳　佐久間尚志　佐瀬稔　佐藤富美男　佐藤義衛　椎名一男　椎野吉男　清水一明　陣貞夫　菅谷久夫　杉浦紀子　杉山郡啓　鈴木栄一　鈴木信太郎　鈴木常夫　鈴木浩　鈴木勝之　妹尾愛子　髙野啓子　高橋利夫　髙橋正純　髙嶺隆二　髙柳和弘　武田功大　武居和子　田中義孝　塚越正男　戸辺克也　永嶺健治　永嶺隆司　夏田智子　菜花好和　新村一郎　西岡健一　馬場正徳　番幸一　平岡可奈之　廣瀬正春　廣幡素道　藤尾不二枝　渕脇建夫　堀内芳子　牧義一　松浦隆　松澤喜久　丸山隆　三浦孝之　水野良一　道下修三　三ツ木武　武藤千恵子　村松富夫　八木克彦　矢部寛治　矢部寛和　山鹿貴史　山﨑健志　山下俊次　山村徳男　弓場常正　吉井由里子　吉川勝　米田裕信　渡辺良雄　他8名様

「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

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に質問事項に対する回答、〒住所、氏名、年代（例:30代）、電話番号をご記入のうえ、平成29年10月31日必着で下のあて先へお送りください。ご協力いただいた方のうち1名様に「Y.S.C.C.トートバック」を、また抽選で5組10名に「横浜銀行アイスアリーナ無料招待券」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右記をご参照ください。

質問事項

(1) P8横浜銀行アイスアリーナクイズの答え
(2) 「Y.S.C.C.トートバック」または「横浜アイスアリーナ無料招待券」のうち、ご希望のプレゼント
(3) 今月号への意見（よかった記事、そうでもなかった記事など）とその理由をお聞かせください。
(4) 今後取りあげてほしいテーマ（種目・イベント・人物など）は?
(5) 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。
(6) またどこに置いてあると便利だと思いますか?
(7) その他、ご意見・ご要望をお寄せください。

あて先
〒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
E-mail sports_yokohama@yspc.or.jp　FAX 045-640-0024

「SPORTSよこはま」個人情報の取り扱いについて

(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
エ　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) 個人情報の取り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い合わせについて
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) 個人情報をご提供いただ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、当事業にお申し込みできない場合があります。
(7) 当協会の個人情報取り扱いに関する苦情、相談等の問い合わせ先
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

たいせつにします プライバシー 14200031

SPORTS よこはま
2017年10月・VOL.63
発行 横浜市・公益財団法人横浜市体育協会 〒231-0015 横浜市中区尾上町6-81 (045)640-0011㈹ http://www2.yspc.or.jp/ysa/
〈創刊 2007(H19)年6月1日〉 発行日 平成29年9月20日(隔月1回30,000部発行) ニッセイ横浜尾上町ビル2階
デザイン・印刷 ㈱キャスメディア

Mammut / Stefan Schlumpf

MAMMUT
Absolute alpine.

BLOCKBUSTERS.

Bouldering is dynamism, athleticism and play. It's excitement, technique and style.
www.mammut.swiss

MAMMUT BOULDERING GYM 横浜
神奈川県横浜市中区山下町22 SSKビル1F 045-640-1398

MAMMUT JAPAN 検索
Available on the App Store
Get it on Google play

SWISS TECHNOLOGY