

横浜銀行アイスアリーナ

横浜銀行アイスアリーナ OPEN 3周年記念イベント

日時 12月16日(日) 10:00~18:30

参加費 500円(貸し靴代含む)

内容 【ミニアイスショー】①12:15~ ②14:15~
【ワンポイントレッスン】①11:00~ ②12:45~ ③14:30~
【整氷車と記念撮影】10:00~(整氷作業中は一時休止)

◆このイベントは、通常の一般滑走営業内で行います。予約は一切必要ありません。
◆混雑が予想されるため、状況により入場制限をさせていただく場合があります。
◆ミニアイスショーや教室開催などにより、滑走場所に一部制限を設けることがありますので、ご了承ください。
◆各イベントの開催時間は予定となっております。
前後する可能性もありますので、当日のご案内にご留意ください。

【ワンポイントレッスン】初めての方は安全に滑るためにぜひご参加を!

◆転び方、基本姿勢の指導

- 開催日時/土・日・祝日・年末年始 ①11:00 ②14:15 (各回30分程度)
- 対象・定員/定員なし。参加無料(ただし、一般滑走券の購入が必要)

【教室のお知らせ】

◆幼児体験教室 4歳~未就学児向け

- 日程/12月12日(水)、19日(水) ●時間/14:30~15:30 (フリー滑走なし)
- 定員/40名(先着) ●対象/4歳~未就学児
- 参加費/1回 700円(滑走券、貸靴代、保険料、指導料込)
- 持ち物/長袖、長ズボン、ハイソックス、手袋、ニット帽またはヘルメット(自転車用ヘルメット可・無料貸出有)
- 申込み/開催日当日の2週間前 10:00から電話にて受付(先着順)

問合せ 横浜銀行アイスアリーナ

TEL 045-411-8008 URL <https://yokohama-icearena.jp/>

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 フィギュアスケートのジャンプの一種である「アクセル・ジャンプ」を初めて成功させた人は?

- ① ウルリッヒ・サルコウ ② アクセル・パウルゼン ③ アロイス・ルッツ ④ リチャード・アクセル

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2019年1月下旬に掲載します。

横浜銀行アイスアリーナは、本年12月でリニューアルオープンしてから3周年を迎えます。これを記念して、12月16日(日)に「オープン3周年記念イベント」を開催します。

当日は、通常の貸靴付滑走券(大人1,800円、子ども(中学生以下)1,300円)を、(大人)子ども共500円で販売します。

また、当アリーナで活躍するフィギュアスケート選手によるミニアイスショーや、氷のメンテナンスに使用する整氷車への搭乗体験&記念撮影(運転中は除く)など、楽しい企画も盛りだくさん!ご家族やお友達をお誘いのうえ、ぜひお得にスケートをお楽しみください!

シーズン到来!スケートリンクへ遊びに行こう!
祝おかげさまで横浜銀行アイスアリーナは3周年!



スタッフが笑顔でお迎えいたします!

Webサイトはこちら



スポーツ医学センター

会場 横浜市スポーツ医学センター

開催曜日 月・水~土曜日

※詳しい日程はホームページを閲覧、
またはお電話でお問い合わせください。

TEL 045-477-5050

(平日・土曜9:00~21:00、日祝9:00~17:00)

URL <http://www.yspc-ysmc.jp/>

スポーツ版人間ドック(SPS)は、医学的検査と体力測定をセットで行い、一般の健康診断や人間ドックでは行われない「運動負荷試験」や「各種体力測定」を行うのが特徴です。

結果はその日のうちにお渡しし、その結果に基づき、医師(スポーツドクター)・管理栄養士・スポーツ科学員が、あなたの健康・体力づくりをサポートします。

【医学的検査】

- 尿検査 ●血液検査 ●X線検査 ●安静時心電図
- 運動負荷試験 ●食事調査 ●骨量測定 ●内科診察

【体力測定】

- 形態、体組成の測定 ●柔軟性 ●バランス ●敏捷性
- 筋力(上肢・下肢) ●瞬発力 ●全身持久力 ●歩行能力

横浜市スポーツ医学センターで実施している「スポーツ版人間ドック(PS)」では、あなたの体力年齢と健康状態を調べ、運動栄養生活について適切にサポートします。いつまでも元気に生活していくために、早めの準備を始めませんか。

厚生労働省の資料によると、2016年の「健康寿命」(健康に日常生活を送れる期間は男性72.14歳、女性74.79歳となっています。一方、同年の日本人の平均寿命は男性80.98歳、女性87.14歳と過去最高を更新しており、「健康寿命」と「平均寿命」の期間に約9~12年の差がある事がわかります。

その要因の一つに筋力の低下があげられます。それは20代から始まり、60歳までに20%ほどが低下します。

気づいた時には、ロコモティブシンドローム(運動機能障害候群)やサルコペニア(筋量減衰症)といったリスクが高まります。今後も「平均寿命」が更新される事が予想される中、早期から筋力アップなどを心がけ、「健康寿命」も延ばす工夫を意識していきましょう。

Webサイトはこちら



結果説明



歩行能力



運動負荷試験

あなたは、いま何歳ですか?
「健康寿命を延ばすために」

2018FID ジャパン・チャンピオンリーグ卓球大会



世界へ羽ばたくための熱い戦い

この大会は、知的障害のある選手の卓球大会で、6月に行われた「2018FID ジャパン・チャンピオンリーグ卓球大会」の上位入賞者のみが参加できる「チャンピオンリーグ」です。この大会の成績は、日本代表選手選出に大きく影響し、東京2020パラリンピックを目指すために非常に重要な大会となります。また当日は、連盟登録選手が参加できる「オープンリーグ」も同時開催。国内最高峰の戦いを、ぜひ会場で観戦しましょう！

日程 12月1日(土)～2日(日)
会場 横浜市平沼記念体育館
URL <http://jttf-fid.org/>

横浜市少年自然の家・横浜市青少年野外活動センター

問合せ

施設名 横浜市三ツ沢公園 青少年野外活動センター
住所 神奈川区三ツ沢西町3-1
TEL 045-314-7726
URL http://www.yssp.or.jp/mitsuzawa_yc_ysa/



三ツ沢公園 青少年野外活動センターホール

施設名 横浜市少年自然の家 赤城林間学園
住所 群馬県利根郡昭和村糸井7135
TEL 0278-24-7011
URL http://www.yssp.or.jp/akagi_ysa/



赤城林間学園体育館 (バレーボール2面)

施設名 横浜市くろがね 青少年野外活動センター
住所 青葉区鉄町1380
TEL 045-973-2701
URL http://www.yssp.or.jp/kurogane_yc_ysa/

施設名 横浜市少年自然の家 南伊豆臨海学園
住所 静岡県賀茂郡南伊豆町子浦1437
TEL 0558-67-0255
URL http://www.yssp.or.jp/minamiizu_ysa/



南伊豆町武道館 (半日1,800円～)

施設名 横浜市こども自然公園 青少年野外活動センター
住所 旭区大池町65-1
TEL 045-811-8444
URL http://www.yssp.or.jp/kodomo_yc_ysa/

「横浜市少年自然の家」・「横浜市青少年野外活動センター」は、青少年の自然体験や集団宿泊体験の施設です。赤城林間学園にはサッカー場や体育館があり、無料で使用できます。また、南伊豆臨海学園の近隣には武道館や体育館があり、予約手続きを学園が代行します。両学園では給食もあり、合宿利用を全力でサポートします。

三ツ沢公園青少年野外活動センターにはバドミントンコート2面がとれるホールが、くろがね青少年野外活動センターにはミニサッカーができるグラウンドが、こども自然公園青少年野外活動センターには剣道や空手の練習ができる雨天大会場があります。詳細は施設へお問い合わせください。

スポーツ部活動・文科系サークルなどで合宿利用

公益財団法人横浜市体育協会賛助会員募集のご案内



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 公益財団法人横浜市体育協会 総務課
TEL 045-640-0011

◆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

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。



平成30年度賛助会員 ※平成30年10月17日現在・50音順・敬称略

●特別企業・団体(16)：(有)旭屋 エクスプロージョン合同会社 鹿島建物総合管理(株) (株)共栄社 (株)キョーエーメック 東日本電信電話(株) 神奈川事業本部 藤木企業(株) 藤木陸運(株) (株)プロアパ ンセ (株)ミドルウッド (株)横浜アーチスト 横浜エレベーター(株) (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(63)：(有)朝日スポーツセンターイシケンススポーツ瀬谷店 医療法人社団阿部医院 (株)阿部 鋼業 (株)安藤スポーツ (株)エイト (有)エスク (株)かながわアド 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)栗田園 湘南建設(株) 陣体育運動具(株) (株)センターグランド 太平洋歯科クリニック 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 ニューブランド ベイ・タックス税理士法人 保土ヶ谷区体育協会 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 (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 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 よこはまウエーキング協会 横浜市空手道連盟 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 横浜市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会 横浜市体操協会 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 横浜市バドミントン協会 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 (一社)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2企業・団体様

●特別個人(21)：赤津光昭 河原智 菊池侃二 日下啓二 五反田哲哉 齊藤健二 柴田武志 篠敏憲 高井祿郎 夏田智子 南部信治 濱陽太郎 福島雅樹 星裕二 松澤賢吉 宮武俊弘 森博 山口宏 山田力 他1名様

●個人(111)：相澤一也 甘粕完治 安藤泰行 伊澤万樹 石井和則 伊藤隆介 岩井茂 岩倉憲男 宇田川ユキ子 内田渉 瓜本英二 大河原正生 太田和彦 大辻明 岡田喜久雄 荻田實 小野謙治 小野琢司 貝道和昭 片尾周道 加藤範義 加藤宏子 金児忠枝 金児英文 川口俊行 川戸政角 河野多恵子 菊池佳代子 及能茂道 工藤司朗 久保田信義 黒崎二男 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 佐藤聡 佐藤美男 佐藤義衛 椎名一男 椎野吉男 清水一明 下田秀美 陣貞夫 菅谷久夫 杉浦紀子 杉山都啓 鈴木栄一 鈴木信太郎 鈴木常夫 鈴木信夫 鈴木浩 鈴木勝之 清野宏之 妹尾愛子 高野啓子 高橋正純 高嶺隆二 高柳和弘 武居和子 田中義孝 塚越正男 戸辺克也 富岡俊次 永嶺健治 永嶺隆司 中山次 菜花好和 廣幡素道 藤尾不二枝 刈脇健夫 堀内芳子 牧義一 松浦隆 松澤喜久 水野良一 道下春 三ツ木武 武藤千恵子 村松富夫 森岡健 八木克彦 安田恒雄 矢部寛治 矢部寛和 山鹿貴史 山崎健志 山下俊次 山野純子 弓場常正 吉井由里子 吉川勝 吉村勝太郎 米田裕信 渡辺良雄 他5名様

2019 ITU WORLD TRIATHLON

2019ITU世界トライアスロンシリーズ・世界パラトライアスロンシリーズ横浜大会

上田藍選手の
Go for it!も
掲載!

YOKOHAMA



©Satoshi TAKASAKI/ITU

開催にあたって

2019年5月18日(土)・19日(日)、横浜山下公園周辺で「2019ITU世界トライアスロンシリーズ横浜大会/世界パラトライアスロンシリーズ横浜大会」が開催されます。

トライアスロンは、スイム・バイク・ランの3種目の総合力で競われる競技で、オリンピック・パラリンピックの正式競技です。

本大会は、年間シリーズ化されているトライアスロンの世界最高峰の大会で、2019年は世界8都市を転戦するシリーズ3戦目、横浜では今回が10回目の開催となります。

18日は、オリンピック・パラリンピックメダリストを含む世界のトップアスリートが集うエリートの大会が行われます。また、2017年にシリーズ化された世界パラトライアスロンシリーズが同時開催されます。

19日は、国内最大の都市型トライアスロンであり、国内外から1,700人の一般参加選手によるエリートの大会が行われます。

大会のメインエリアとなる山下公園では、EXPOも開催されます。大型ビジョンでのレースの生中継や、特設ステージでのイベントなどを実施し大会を盛り上げるとともに、スポーツ・健康・環境な

どに関連した企業ブース、厳選されたグルメの飲食ブースやキッチンカーによる出展など、トライアスロン観戦者や一般のお客様など皆様にお楽しみいただける、盛りだくさんのコンテンツをご提供します。

環境に配慮した大会への取組

2009年の第1回目の大会を開催するにあたり、山下公園前の海域の水質浄化実験を行い、海域生物による浄化能力の高い海づくりが重要であることを認識できました。以降、大会の開催にあたって横浜市と海の自然環境への取組みを行い、環境創造局の「きれいな海づくり事業：海域浄化」や、温暖化対策統括本部の「横浜ブルーカーボン事業：環境クレジットの創出」など、各種の環境事業を協働で進めてきました。

横浜の魅力を世界へ発信

開港以来、港町横浜の中心として発展してきた山下公園周辺の、異国情緒と港の雰囲気を感じることのできる場所を舞台とするこの横浜大会は、競技会場に響き渡る英語によるMC実況と相まって、国際色豊かな大会を印象付け、この様子は世界190の国と地域に配信されます。



先行エントリー【先着】

11月15日(木) 受付開始

一般エントリー【抽選】

12月10日(月) 受付開始

一般エントリーに先駆け、セレクトサービスエントリー、チャリティーエントリー、オフィシャルツアーパックエントリー、海外エントリーが11月15日(木)より開始します。
エントリーは大会ホームページから先着順です。

Webサイトはこちら

