



No.202
2018.9.6
新/三鷹市水泳連盟
責任者丸岡近賀子
編集/三水連だより
スペシャルチーム 菊地輝男
上原久美子 岡本ひろみ
森美登里 村越友子
岩田美幸 久保田京子

☆ 第51回東京都町村総合体育大会水泳競技 ☆

男女ともに総合優勝 6年ぶり8回目!!

7月29日台風の影響で天候が目まぐるしく変わる中、東京都町村総合体育大会が立川市柴崎市民体育館室内水泳場（短水路）で開催され、都下21市町村から集まった選手たちが熱戦を繰り広げました。

三鷹チームは「男女ともに優勝！」を胸に選手一同、壁が滑るプールで戦いました。（笑）

大会新が10個と好成績を出した結果女子は優勝、男子は準優勝という発表。ところが後日、集計ミスがあったということでも男女総合優勝！というよい知らせが。来年も男女ともに連覇に向け、また1年頑張りたいと思

います。

応援に駆けつけてくださった方々、競技役員、マネージャーの方々、この大会に関わってくださった全ての方々に心から感謝いたします。



女子	鷹寺川梅子 (155)	男子	鷹川子島梅 (201)
①	三国立青八王 (126)	①	三立八昭青 (182)
②	三国立青八王 (118)	②	三立八昭青 (56)
③	三国立青八王 (77)	③	三立八昭青 (54)
④	三国立青八王 (49)	④	三立八昭青 (50)
⑤		⑤	

☆ ちびっこ水遊び教室 ☆ ことしも大盛況!!

事業管理部長 丸岡近賀子

6月2日(土)・3日(日)の両日午前71組・午後61組の幼児と親が集い、プラザのプールで水と戯れ、水に慣れ親しみました。この教室は三鷹市在住・在勤・在学の幼児・親を対象に行う市の教室で水泳連盟の受託事業として次の目的で実施しました。

- ☆水遊びの機会を提供し、親子のふれあいを大切にする。
- ☆幼児が水に対する基本的な習慣（心構え、自己防衛能力等）を身につける機会を提供する。
- ☆発達段階として、非常に大切な時期を迎えている幼児に、調整を促進する同年齢の友達と接



汽車ぼっぼ

★この教室は毎年リピーターも多く、昨年の帽子の色を繰りあがり出来るように帽子の色を変えるなどの工夫し、指導員が丸となり、親子の元気な笑みが絶えない楽しい教室になりました。

秋の行事

- 9月 2日(日) 都民生涯スポーツ大会 東京辰巳
- 9月 5日(水)～4回昼 ②区分 中高齢泳法(4)
- 9月16日(日)・17日(月・祝) '18年度ウーマンズ・マスターズ水泳大会(長・短)；横浜国際プール
- 9月16日(日) パラリンピアン 小山恭輔 氏の講演会と小学生・水泳教室
- 9月23日(日) 種目別少年スポーツ大会水泳競技 大会終了後60周年交流会 さんさん館
- 9月30日(日) 市民体育祭スポーツ大会・水泳競技
- 10月 3日(水)～4回朝 ①区分 中高齢泳法(5)
- 10月 7日(日) みたかスポーツフェスティバル
- 10月10日(水)～31夜⑥区分 指導者養成研修会
- 10月21日(日) Jr部遠足；横浜八景島シーパラダイス
- 10月27日(土) 都下水連実技研修会SUBARUプール
- 10月31日(水)①区分 シニア・泳法別講習会 午後；GS部 A・B合同懇親会
- 11月 3日(土・祝)・4日(日) 都マスターズ 辰巳
- 11月 7日(水)～4回昼 ②区分 中高齢泳法(6)
- 11月24日(土)・25日(日) 第6回日本マスターズ水泳スプリント選手権大会；千葉県国際
- 11月25日(日) 第27回三鷹市市民駅伝大会
- 12月29日(土)～1月3日(木) 総合SCプール休館日

<http://suiren.mitaka.tokyo.jp/>

理事会だより

◆平成30年度 常任理事会

【第1回 5月10日】

- * 体協評議員会開催
- * 平成29年度決算報告《承認》
- * 第51回市町村大会エントリー
- * 水連創立60周年記念行事 予算案について
- * 会員名簿配付
- * 歩行力測定会について

【第2回 6月7日】

- * 少年・市民大会の要項を承認
- * 市町村大会の取り組み状況について 選手団81名
- * 少年大会、市民大会の競技役員の推薦依頼
- * ちびっこ水遊び教室について 6月2日、3日実施

【第3回 7月5日】

- * 都民生涯スポーツ大会 女子18名男子7名エントリー
- * ジュニア育成地域推進事業 夏休み子供水泳講習会の取り組み状況について
- * パラリンピアンによるジュニア向け講演会と水泳教室について

◆平成30年度 理事会

【第2回 8月2日】

- * 市町村水泳大会（立川）男子 女子ともに優勝
- * ジュニア部合宿 35名参加
- * ジュニア指導者養成研修会 10月10日～31日の水曜⑥区分
- * 市民駅伝走路員水連から14名 推薦の件
- * 競技会審判基準を承認

講演＆水泳教室

北京及びロンドンパラリンピックのメダリストを講師に招き「人と人のつながり」「絆」をテーマに、これまでの体験談や世界を舞台に活躍するトップアスリートとしての考え、経験等をお話いただき、水泳教室は小山氏の実技指導及び実演等。

- 講師 小山恭輔 氏
- 日程 平成30年9月16日(日)
- 講演 午後2時から3時
- 三鷹市生涯学習センター 5階 5・6・7 学習室

LET'S SWIM!

半端ない 暑さに打ち勝ち 秋迎え 本番はこれからだ 本気を出して レッツスイム!

《三泳会》



沢田 真余 さん

浜松出身の沢田さん、箏演奏家として活躍中ですが、身体が弱かったことから始めた水泳歴も三十数年、毎年今年が一番元氣と感じるとのことです。

また、色々な趣味のなかで、最近はやキャンピングカーで一人行き当たりばったりの「ばっ旅」を楽しんでいるそうです。私が沢田さんと出会ったのは十数年前。たまたま水連の研修会で安全ピンを探していた時、なんと沢田さんがバックからさりげなく取り出したのです。それ以後、私は「何でも出てくる魔法のカバン」と密かに呼んでいます。水泳の時はいつも水泳道具予備一式を持参。それが、役立つことがあれば嬉しいとのこと、実は私も度々お世話になっていきます。皆様の中にも、いらつしやるのでは？

会長としては、会員を増やしたいが、6コースで「水慣れ」班が取れないのが残念! ただし泳げる人は大歓迎。今年も三泳会恒例の運動会をやりたいとの抱負を語ってくれました。

「水泳をする仲間、皆明るくて、元気な老後をもらえそう」と、まだまだ老後には早い頼もしい会長さんでした。

(聞き手 久保田京子)



小山 恭輔 氏

水泳教室 午後3時から5時

SUBARU プール

対象 三鷹市内在住・在学の小学生とその保護者(2人1組) 定員 30組60人(保護者は見学)

※詳細は8月19日の広報参照

ジュニア部 合宿報告

専任コーチ 服部三恵子
今年もやってきました、西伊豆土肥温泉。部員35名、コーチ14名のジュニア部合宿。猛暑のため海に入るのは快適だったかもしれないが、熱中症予防にとマネージャーがいろいろ準備してくれて有難い。
さてさて今回の私のミッションは遠泳の先頭。練習の時は海のコンディションもあってか不安げな子が結構いたが、本番は波も穏やか水温もちょうどいい

平成最後の夏に
海は最高!!
ジュニア部合宿in西伊豆土肥海岸

くらい。エンヤコーラの掛け声と共に、強力なコーチ10人と子供達16人全員が1kmを20分かけて完泳した。
岸で飴を持って待つてくれているみんなが見え、ただただ嬉しくて感動した。
今年行事の日程の見直しをしたことで、時間にゆとりもできてよかったと思う。2泊3日ではあるが、普段の練習では見られない子供達の一面も見えて楽しかった。



土肥おんせん丸



全員集合

二回目の合宿

5年 中嶋 幸生
ずっとわくわくしていた。お祭りの準備にお店を三けんまわった。三水連ジュニア部の合宿は、今年で二回目。

二日目の海では、ボートを泳ぎながら引っぱったり、エイのうき輪につかまってキックで友達と追いかけて楽しかった。
浜辺では、家のおふるの大きさの池をほったが、大きすぎて海水がたまらなかつた。土肥温泉丸にも入った。砂落としのためのおふるの舟だ。熱すぎたが、六年生が水を入れてくれた。

スイカ割りでは、まわりの皆が「もつと右」などのかけ声とあえて逆の方へ進み、割れた。六年生の人とヤドカリをとっているうちにコツをつかめた。去年よりも暑かったが、気持ちよく海に入れて、よい夏のスタートが切れた。ありがとうございました。

パン食い競走



最後の水泳合宿

6年 金親 蒼

「二つ」これは、ぼくが今回の合宿で感じた事の数です。一つ目は、合宿の班のことで

ました。最初は、班の班長となりました。ぼくは、ちょっと不安だったけれど、班のみんなが、班長であるぼくを支えてくれました。「大丈夫」と言ってくれたり、副班長の人「大丈夫、大丈夫」と、言ってくれました。ぼくは、この「大丈夫」という一言で、最後まで班長を頑張る事ができ、また班長をやりたい

楽しかった！

6年 師岡 美智

私は水泳合宿で多くの経験をしました。その中でも特に印象に残った2つを紹介します。

1つ目は、遠泳です。遠泳とは、「えーやっこーらっ」とかけ声をかけながら全員1列になつて泳ぐことです。息を合わせて泳ぐことで一体感が生まれ、みんなのきずなが深まりました。2つ目は、うき島です。海に向かって飛びこみの練習や前転ジャンプをしました。少しこわがつていた子もいたけれど、みんなの「がんばって」など温かい声援のおかげでその子も前転が出来るようになりました。最後は一人ずつ前転をしました。すごく楽しかったです。

この3日間で私は、みんなで協力すれば成功することを学びました。



足湯



と思いましたが、

二つ目は、「協力」という言葉が大切だといつも思っています。合宿中、ご飯のしたくもあり、スイカ割りや遠泳、ゲーム大会も全ての事が協力だと思えました。スイカ割りは「右だよ前だよ」と言うかけ声は、とても楽しい協力でした。

毎年とても楽しみにして合宿だけど、今年で最後になり、とても悲しいけど、この次は家族みんなで合宿の楽しい時みにいきたいです。

ジュニア育成・夏休み
子供水泳講習会



主任 田中 秀子

7月31日から連続5日間、総勢60名の小2〜小6までの子ども達が緊張した面持ちでプールに集合した。

水慣れの5班・クロール面かぶり・呼吸つけの4班・クロール25mの3班に平泳ぎ25mの2班と個人メドレーの1班に分かれて元気に練習を開始した。

5班。最初はジャンプ呼吸がやつとこさ。でも段々慣れてきて基本のけのび、板キックと進み面かぶりクロールができるようになっていた。笑顔全開！

2班、3班、4班。徹底した姿勢作り・キック・呼吸つけの反復練習で10、15、25mと距離が伸びていった。学校の検定も合格決定！

1班。泳ぎたいと言う声の下、4泳法を精力的に泳いでいた。熟練熱血指導者と休まず頑張った子ども達の力のなせる業だ。

水泳連盟創立60周年記念交流会

三鷹市水泳連盟創立60周年を記念して交流会を開催します。
9月23日(日)少年大会終了後、18時45分開会予定、さんさん館3階の多目的会議室。参加希望者は各クラブの実行委員まで。

市民大会は今年もタッチ板です

9月30日の三鷹市市民体育祭スポーツ大会水泳競技は三鷹市・三鷹市体育協会の御協力により、昨年同様、タッチ板式(全自動)計時装置を使って行うことになりました。

【編集後記】

天気予報では毎日気温の記録が更新され、異常気象続き。「今日も暑いですね!」という言葉しか出てこない猛暑を通り越した酷暑の夏でした。さて、東京オリンピックは開催まで二年を切りました。目の前で開会式や閉会式、競技を応援できたら最高ですね。二年後のアツイ夏は楽しみです。―村越