



☆ 第55回東京都町村総合体育大会水泳競技 ☆

# 男女ともに優勝!!

異例の猛暑続きの中7月30日(日)に、あきる野市の五日市フラインプラザプールで第55回東京都町村総合体育大会水泳競技が行われました。今年は三鷹市からは選手47名、競技役員・マネージャー等16名の総勢63名でバス2台に分乗して早朝、市役所前を出発しました。

今大会はスタート台無し、リレー種目無しという、こちらも異例づくしの大会となりました。4月初めから市町村大会プロジェクトと位置付け各部署横断する形で準備を進めてきました。

日頃の成果を発揮し三鷹チームは大会新記録を6個樹立し、2位に大差をつけて男女とも優勝することが出来ました。これも各方面から協力頂いた皆様のおかげです。暑い中、遠くまでありがとうございました。

## 夏休み子ども水泳講習会

# みんな頑張った夏休み!!

東京都・ジュニア育成地域推進事業 横田 愛子

今年もやってきました水連主催の夏休み子ども水泳講習会！7月25日から29日迄の5日間で子供達はめざましい成長をします。

水なれコースはジャンプ呼吸からバタ足・面クロールまで！クロール①コースは面クロールから呼吸を付けて25メートルの習得を目指す！

クロール②コースは25メートル完泳から背泳ぎまで！平泳ぎコースはなんとバタフライを加えて個人メドレーまで泳いでいました！

こわごわ水に入っていた子供が5メートルのバタ足を嬉々として出来るようになったり、6年生で面クロールが7メートル位しか出来なかった男の子は25メートルを余裕で泳げるようになったり。個人差はあるものの子供達の成長には目を見張る事ばかりです！

来年は7月14日(日)武蔵野の森総合スポーツプラザプールで開催されることが決定しております。来年3月には水泳連盟で選考会を実施する予定でありますので、または是非ご協力願えらばと思います。(松尾)



|    |       |      |     |         |     |     |
|----|-------|------|-----|---------|-----|-----|
| 女子 | 鷹寺川子島 | 143点 | 73点 | 63点     | 33点 | 31点 |
| 男子 | 鷹川梅野平 | 137点 | 97点 | 44点     | 37点 | 35点 |
| ①  | 三国立   | 8    | 昭   | 男三立青武蔵小 |     |     |
| ②  |       |      |     |         |     |     |
| ③  |       |      |     |         |     |     |
| ④  |       |      |     |         |     |     |
| ⑤  |       |      |     |         |     |     |

子供達も頑張った5日間です！私達コーチ陣もやりがいのある5日間でした！



No.219  
2023.9.6  
発行/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  
水谷由克 山下薫  
澤田千佳子 會田奈津代  
中村ひとみ

## 理事会だより

### ◆令和五年度 理事会

- 【第2回】6月7日】  
\* 東京都町村大会について  
\* ちびっこ水遊び教室について  
\* Jr育成夏休み子供水泳講習会について

- 【第3回】7月5日】  
\* 体育協会加盟団体会長会議  
\* ちびっこ水遊び教室終了  
\* 都民生涯スポーツ大会  
\* 参加者47名(女子30 男子17)  
\* 三鷹市スポーツ指導員資格取得の要件について

- 【第4回】8月2日】  
\* Jr育成夏休み子供水泳講習会終了 延べ人数279名  
\* 市町村大会 総勢63名参加  
\* 少年大会・市民大会について  
\* Jr育成指導者養成研修会の件  
\* スポーツフェスティバルの件  
\* 第73回市民体育祭開会式の件

## おしらせ!!

- ◆ 9月17日(日)種目別少年スポーツ大会水泳競技開催
- ◆ 11月19日(日)市民体育祭スポーツ大会水泳競技が開催されます。エントリーは9月30日迄、奮ってご参加下さい。

### ◆ジュニア育成指導者養成研修会

10月14日～11月4日毎週土曜日⑥区分に指導者養成研修会があります。講師はオリンピックの伊藤俊介氏、詳細は追って水泳連盟HPでお知らせ致します。

## 秋の行事

- 9月 6日(水)～4回朝①区分中高齢初心者講習3
- 9月14日(木)～9月18日(月・祝) 第38回 日本マスタース水泳選手権大会；金沢プール
- 9月17日(日)種目別少年スポーツ大会・水泳
- 10月 4日(水)～4回昼②区分中高齢初心者講習4
- 10月 8日(日)みたかスポーツフェスティバル
- 10月14日(土)～11月4日(土) 夜⑥区分 全4回 指導者養成研修会・泳法
- 11月19日(日)市民体育祭スポーツ大会・水泳
- 11月25日(土)・26日(日)都マスターズ(TAC)
- 11月25日(土)・26日(日)第10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29日(水)朝①区分シニア・泳法別講習会
- 12月29日(金)～1月3日(水)総合SCプール休館日
- http://suiren.mitaka.tokyo.jp/
- 3月17日(日)三鷹市水泳連盟総会(10日から変更)

LET'S SWIM!  
刺激的 世界水泳  
私もと 残暑の街を  
プールに通う レッツスイム!

## こんにちは 会長さん 《三泳会》



大串憲子さん

出身は？  
今では有名になった東京スカイツリーのすぐ近くで育ちました。そこがまだ空き地だった頃、遊んだ記憶があります。  
○水泳を始めたきっかけは？  
小学校の時に姉や従兄弟とスイミングスクールへ通ったのがきっかけです。バスと電車に乗って通っていました。  
○水泳以外のたのしみは？  
友達とおしゃべりしながらランチやお茶をしたり、ハイキングや山登り(最近は体力と相談しながらですが)、旅行に行ったり家でドラマを観るのも好きです。  
○これからやってみたい事は？  
昨年、伊豆にシノーケリングに行き透き通った海や魚たちに感動したので今度は宮古島へ行き、シノーケリングをしたいと思っています。  
○会長として  
三泳会に入ったのは今16歳の下の娘が5歳の頃で、もう11年になります。もともと長く続けていらつしやる先輩方が多く、楽しくワイワイ交流をしています。会費はお財布にも優しいです。様々な年齢の方と現在53名で毎週金曜日午前中に泳いでいます。会員募集中です。興味のある方はご連絡ください。  
聞き手 澤田千佳子

都民生涯スポーツ大会・水泳

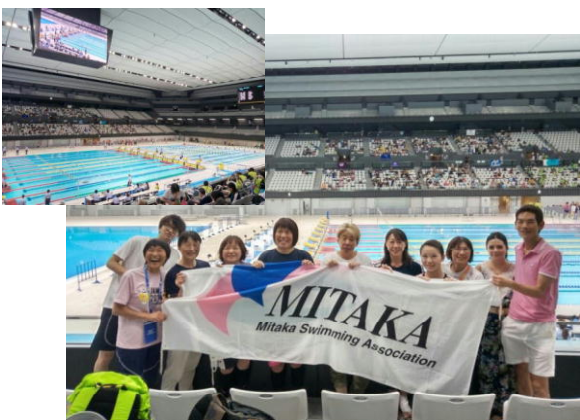
# こいでオリンピックやったんだ!

みずとり 金子 弘美

わあ!広い!きれい!ここでオリンピックやったんだ。

「オリンピックの会場だったアクアテイクセンターを見に行きませんか?」と勧められるまま都民生涯スポーツ大会に申し込みをして、初めて市民大会以外の大会に参加して来ました。

物見遊山気分とは言え初めての会場は緊張します。まずは観覧席に。列ごとの座席の傾斜具合がちょうど良く、競技がとてもなく見えます。その後更衣室プールサイドへ。一本目はあたふたしたまま泳ぎ散々でしたが二本目は少し落ち着いて泳ぐことが出来ました。何事も経験が大事と納得し、今後の課題もはっきりしました。またいろいろな方の泳ぎを見られたのもとても面白く勉強になりました。



今回三鷹水連の参加は39名でしたが、その中にはGSの方もいらして意識の高さや水泳に対する意欲を感じます。これからも細くなが〜く(ストリームラインも)泳いでいきたいと思っただけでした。

## ちびっこ水遊び教室 プールの中は笑顔の連鎖

三泳会 會田 奈津代

未就学児を対象とした親子で参加の「ちびっこ水遊び教室」今年6月25・26日の土・日にスバルのプールで行われました。募集人数は各25組、75名。パパやママに抱かれロケットジャンプの赤帽年少さん、初めてのビート板で背浮きに挑戦、黄色帽の年中さん、ヌードルを使い顔付けキックで進むは白帽年長さん。

2日間に渡り、様々なカリキュラムに取り組みちびっこ達の真剣な眼差しと、それを見つめる心配そうな親御さん達の表情それでも、浮けた!進めた!泳げた!出来ることが増える度、嬉しそうなちびっこ達にプールの中は笑顔の連鎖となりました。もちろん私達コーチも笑みがこぼれます。パパママちびっこみんなの笑顔が印象に残る講習会でした。



最後のアンケートでも好評を頂けたようで来年に繋げる励みにもなりました。この講習会がちびっこ達にとって、プールが水泳が、楽しくて大好きと思えるきっかけになれば嬉しい限りです。



## 短期水泳講習会

三泳会 牧野 ひろみ

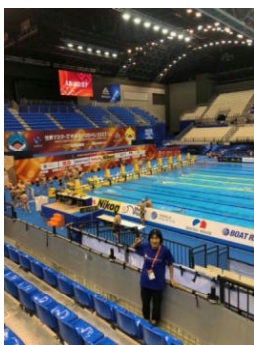
三泳会は毎週金曜日の1区分に活動している水連所属の女性だけの自主クラブです。

その三泳会で6月に4回の短期水泳教室が開催されました。この教室は水連のクラブが広く市民のみならず開かれた活動を行っていることを知っていた

## 世界マスターズ水泳選手権 2023 九州大会

37年ぶりの日本開催!!

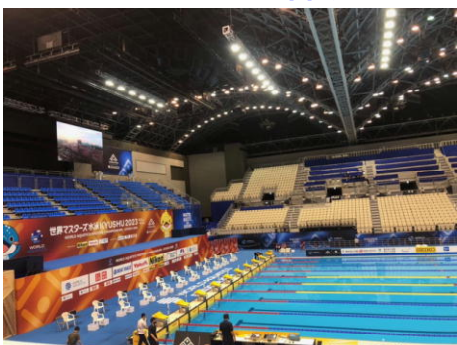
MCC 近藤 志津世



福岡で8月5日から開催された世界マスターズ水泳大会に参加しました。2種目に出場しましたが、エントリーが英語で煩雑。台風で飛行機が飛ばずかハラハラなどスタート台に立つまでの苦労もありましたが、周り半分弱が海外勢。同世代、ほぼ同タイムの人と競える楽しさと、ちよつとしたプレゼントを配って、交流したりと世界マスターズならではの楽しみもありました。そして何より、試合の後は福岡の美味しいものが食べられるという楽しさ!

この大会、1986年に代々木オリンピック・プールで開催されたことがあり、当時20代だった私は、水連のベテランスイマーとリレーを組み、好成績をあげたという思い出もあります。時は流れ、タイムは下降の一途ですが、まだ三鷹市で泳ぎ続けている幸せを感じます。これからも楽しみながら水泳を続け、大会に出続けられたらいいなと心新たに出来た大会でした。

## マリンメッセ福岡



大きく目的で企画され、2月に引き続き2回目の開催となります。講習は泳力別にプロのコーチの指導のもと、会員と一緒に泳ぐ形で、すぐに打ちとけて楽しく上達を目指しました。今回は定員5名のところ、市民の方5名が参加し、うち2名が入会しました!

## マリンメッセ福岡



## 世界マスターズ選手権(再録)

かわうそ会 菊地 輝男

37年前の《本紙No.35・S.61・9・4発行》のトップに第一回世界マスターズ選手権の興味深い記事が載っている。サブタイトルは《三鷹女子強し!世界を相手に大活躍》とあり、竹島茂子さんがメダルを肩にした笑顔が写っている。

『健康・友情・理解』を合い言葉に第一回世界マスターズ水泳選手権はFINA(国際水泳連盟)とMSI(国際マスターズ水泳協会)の共催で7月12日から5日間、代々木オリンピック・プールで開かれた。19ヶ国45人の出場者があり:三鷹市水泳連盟からは32名(女子:19、男子:13)が参加した。

入賞が果たせなかった男子に対し、女子は大活躍で、竹島茂子さん(個人会員)は50、200m背泳ぎで3位、100mでも5位という素晴らしい成績をあげた。

他には青山さん、伊東さん、小野さん、菊池さん、浅倉さんが4〜8位までの個人種目に計11の入賞。リレーでも好成績をあげ4種目で入賞した。

因みに第一回日本マスターズ長水路大会はS.59・11・3旧東京体育館で開催。三鷹からは25名が参加。この時、浅倉憲子さんがベストマスターズ賞に輝いた。

【編集後記】マスクを外した指導者の声が響き、私達の笑い声も加わって久し振りの賑やかな講習風景が戻ってきました。いいなあ!この雰囲気!これを求めて30年間毎週通っていたんだと気づきました。水連たよりの編集会議も初めての参加ですが良い時期に加わって幸いです。笑顔バンザイ! —山下—