台風なんて吹き飛ばせ!!

第76回三鷹市市民スポーツ大会水泳競技

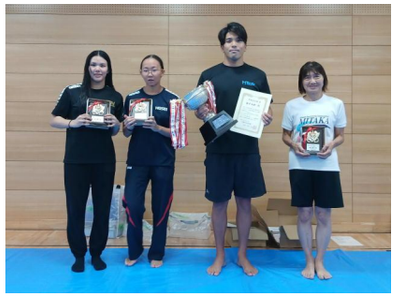
異例の雨続きの9月、台風25号の接近で開催も危ぶまれましたが、9月20日（日）に第76回三鷹市市民スポーツ祭スポーツ大会水泳競技がSUBARU総合スポーツセンタープールで無事行われました。

下は中学生から上は75才以上の区分まで幅広い年代の参加者が集まり、日頃の練習の成果を競い合うべく、会場はレース前から熱気に包まれました。

参加者は217名（中学の部43名・一般の部174名）と嬉しいことに昨年より100名ほど増えました。

今年の大会では、昨年の13より多い17もの大会新記録が複数の種目で誕生しました。新記録樹立のアナウンスがあるたびに会場・観覧席からは大きな歓声や拍手が沸き上がり、老若男女いずれの選手にも嬉しそうな笑顔が見られました。

個人的には指導に携わっているグランドシニア部からも3名（うち1名は市民として参加）の部員の方々が参加され完泳された事も大変嬉しい事でした。



最優秀選手賞（伊東喜久雄賞）
鈴木　和樹（三鷹中等高校）

優秀選手賞
近藤　志津世（ＭＣＣ）
貝瀬　結香（エエンデナイ会）
木村　柚月（法政大学高校）

種目別ジュニアスポーツ大会水泳競技

令和8年度ジュニアスポーツ大会水泳競技はシルバーウィーク真っ只中ということもあり、参加人数が43人と小規模な大会となり、競技時間はわずか1時間半で終了しました。

参加する子供の少なさや、学校で水泳の授業を受ける機会が限られる現状とともに、学校単位での参加が年々減少したこと、近隣のスイミングスクールの閉鎖が相次いであったこと等、水泳というスポーツの存在が薄れているのではないかと少し寂しく感じられます。

水泳は泳ぐ技術だけではなく、水の中で自分の身を守る力を身につける大切なことと思います。

ジュニア大会が子どもたちにとって、水泳に親しみと楽しさ、目標を持てるような場になればと感じました。

今回参加した子どもたちは、短い時間の中、緊張しながらも自分の力を精一杯出し、頑張った結果、メダルを手にした子が多かったのではと思います。

今後、子どもたちが水泳に触れる機会が増え、ジュニアスポーツ大会に参加する子どもが増えることを期待したいと思います。



大会新記録　1
男子3･4年100ｍ個人メドレー
金子　拓海（二小個人）1･26-49
最優秀選手賞（伊東喜久雄賞）
該当者　なし
優秀選手賞
3･4年　金子　拓海（二小個人）
優秀団体賞　なし
参加人数43名
参加延人数90名

理事会だより



【26年6月】
＊施設利用の団体登録について
＊ちびっこ水遊び教室について
＊市町村大会選考会について

【26年度第2回＝7月1日】
＊ジュニア育成夏休み子供水泳講習会について
＊市町村大会について
＊スポーツフェスティバル東京（男子8名、女子11名）
＊ジュニア・市民大会について

【26年8月】
＊2026みたかスポーツフェスティバルについて
＊ジュニア育成指導者講習会の講師：河本耕平氏に依頼

【26年9月】
＊シニアのための泳法別講習会について
＊第35回三鷹市民駅伝大会競技走路員の推薦について
＊ジュニア・市民大会について
＊学習センター印刷機について

【26年10月】
＊無線局廃止届出書提出
＊生涯学習施設ロッカー利用のID使用について
＊ジュニア・市民大会の結果
＊令和8年度スポーツ指導員一般教養研修会について

こんにちは　会長さん　三泳会　小林広美さん



＊水泳を始めたきっかけは？
OL時代に運動とダイエットを目的に会社帰りに先輩と週1回スクールに通い、水泳の楽しさに出会いました。その後子供の幼稚園入園を期に三泳会へ。

＊水泳のすきなところ
水に入るだけで、気持ちが良くリラックスできます。関節への負担も少なく全身運動できる所がいいですね。習う度に発見があるので、飽きないです。

＊続けてきてよかったことは
風邪も引きにくくなり、体力維持に役立っています。何より水泳を通じて友達が出来たこと素敵な人生の先輩方にも出会えたことが宝です！

＊元気の源は
家族が元気でいてくれる事。バランス良く食べて、泳いで、よく寝ること。また、時折、いい旅ができたら、元気倍増。今年、家族で訪れた小田原の江之浦測候所は、自然と建築が融合した景観で感動しました。

＊会長として、会員へのメッセージ
会員の皆様の笑顔や元気な声を聞くと嬉しくなります。
“金曜日に泳ぐのが楽しみ“
“もう少し水泳が上達したい“
“仲間に会えるのが楽しみ“
と皆さんにとって、元気になれる会であり、これからも長く続けていただけたら嬉しいです。

聞き手　石田　由美

冬の行事

11月 4日（水）～4回①区分50歳以上初心者講習会
11月21日（土）･22日（日）’26東京都マスターズ水泳競技大会;東京アクアティクスセンター（TAC）（長）
11月22日（日）第35回三鷹市市民駅伝大会
11月28日（土）･29日（日）第13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（短）
12月20日（日）第96回日本スイミングクラブ協会関東支部マスターズSwimming Fes.；町田（短）
12月22日（火）SUBARUプールメンテナンス休館日
12月29日（土）～1月3日（日）SUBARUプール休館日
1月16日（土）･17（日）東京都新春マスターズ水泳競技大会（TAC）（短）
1月23日（土）･24（日）新春マスターズスイムミート2027；千葉県国際（短）
1月28日（木）･30日（土）三鷹市スポーツ指導員一般教養研修会；詳細はH.P.参照
3月14日（日）三鷹市水泳連盟総会；生涯学習センター4階ホール

https://suiren.mitaka.tokyo.jp/

LET'S SWIM!
みんなでワイワイ　楽しく学んで
つながって　水泳の輪を
広げましょう　レッツスイム !!

三水連だより

No.228
2026.11.4
発行／三鷹市水泳連盟
責任者／今泉正次
編集／三水連だより
スペシャルチーム　菊地輝男
石田由美　山川真弓
足利由美子　田村眞智子
岩田美幸　松尾良子

女子3位、男子準優勝

☆ 第58回東京都市町村総合スポーツ大会水泳競技 ☆

7月26日(日)、調布市の「京王アリーナTOKYOプール（25m×8レーン）」にて、第58回東京都市町村総合スポーツ大会水泳競技が開催されました。

三鷹市は、選手46名（女子19名、男子27名）、競技役員・マネージャー等16名が参加しました。

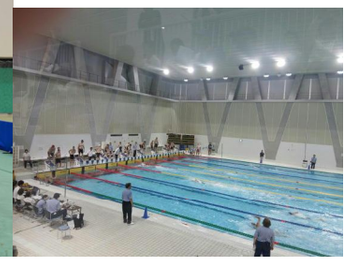
本大会は各種目1位7点、2位5点、以下3位5点・・・6位1点が加点され、合計得点で男女別と総合で順位が決まる団体戦です。

三鷹市は、女子が3位、男子が準優勝、総合で準優勝という立派な結果で、大会新記録を5個樹立することも出来ました。このように優秀な成績を収めることが出来たのは、選手の皆様の日々のたゆまぬ努力、全ての関係者の皆様の沢山のご協力と応援のおかげです。厚く御礼申し上げます。

来年の市町村大会水泳競技は7月18日(日)、同じく京王アリーナTOKYOプールにて開催されることが決定しています。来年も是非皆様のご協力のほど、よろしくお願いいたします。

	女子		男子	
①	昭島	124点	立川	187点
②	立川	119点	三鷹	168点
③	三鷹	117点	町田	94点
④	国分寺	78点	小平	61点
⑤	八王子	59点	日野	56点





夏休み子供水泳講習会

互いに励まし仲良く!!

事業企画部長　中村ひとみ

今年も、恒例の水泳連盟主催「夏休み子供水泳講習会」が、7月28日から31日迄の4日間で行われた。

94名の応募の中から当選した70名で、水慣れ、クロール、平泳ぎコースに分かれてスタート。

初日は、場所にも水にも不安そうな子供も見受けられたが、日を追うごとに少しづつ自信を得て、表情が明るくなって行く姿が印象に残っている。

また講習会を通して、他学校の子供達が互いに励まし仲良くなり、同じ目標に向かって頑張る姿にも感動を貰えた。水泳の技術だけではなく、何事にも挑戦する気持ちや最後まで諦めない大切さを伝える事が出来、成果も得られて、どのコースの子供達もコーチ達も満足度の高い講習会だったと思う。

スポーツマスターズ水泳 金沢大会

MCC　近藤 志津世

8月29・30日、スポーツマスターズ水泳大会が金沢で開催されました。毎年この時期に長水路会場で行われる都道府県対抗の大会で、マスターズランキング上位の選手が集まる、非常にレベルの高い大会です。

今年の東京チームは100名を超える参加があり、総合成績は見事準優勝となりました。私は200m個人メドレー、100m背泳ぎ、50m平泳ぎに出場し、東京チームの得点に貢献することができました。また、240歳区分の200mメドレーリレーでは平泳ぎを担当し、強力なメンバーに支えられて銅メダルを獲得。平泳ぎのレジェンド高橋繁浩氏からメダルをかけてもらい、最高の思い出になりました。

試合後には初めての福井観光も楽しみ、競技と旅の両方が充実した大会となりました。来年は静岡で開催されます。



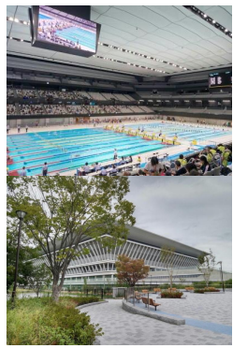












スポーツフェスティバル東京 in 東京アクアティクスセンター

桑原由美子(三泳会)

8月30日に、令和8年度スポーツフェスティバル東京水泳競技が開催されました。

三鷹市からは女子10名、男子6名、監督1名、計16名が参加し、1位、2位、3位と入賞される方も複数と優秀な成績を収めることができました。

その3週間後には、同じ会場で、アジア大会が開催されました。17歳の大橋信選手が200m平泳ぎで人類初の2分5秒台を突破し、世界新記録で金メダルを獲得した会場です。当日、大橋選手と同じ第4レーンで泳がれた方もいらっしゃるでしょう。

このような素晴らしい会場で、今年も日頃の練習の成果を仲間と共に試みながらも楽しく参加できたことに対して、深く感謝したいと思います。

また、当日は、東京都水泳協会、会長の北島康介さんが、参加者へ手を振って下さる場面もあり感動でした。

みたか スポーツ フェスティバル

山川　真弓(三泳会)

10月11日(日)午前10時～午後3時迄三鷹市中央防災公園・元気創造プラザSUBARU総合スポーツセンター周辺で様々なスポーツイベントが開催されました。

プール内では10時～11時までトライアスロン体験のタイム計測が行われ、25m、50m、100m親子チャレンジがあり参加者たちは精一杯力を出して泳いでいました。

途中オリンピアンの高橋侑子さんとトライアスロンプロコーチによる1レーンを2人で泳ぐというデモンストレーションがあり大いに盛り上がっていました。11時～3時までは自由遊泳となり、イルカやカメやワニ等の遊具を使い入場者の皆さん、笑顔でいっぱいでした。



ちびっ子 水遊び教室

今年度も大人気のちびっこ水遊び教室を計画し、参加者の皆さんに喜んで貰えるよう、念入りな打ち合わせもして迎えるはずでしたが6月27日は、台風接近に伴い、前日の市長判断で中止になりました。

競技会役員・参加者の皆様

水泳連盟会長　今泉 正次

私は今年度の大会委員長でしたが前日準備作業中、予期せぬケガに見舞われ足腰に激痛が走り大会当日は欠席致しました。

皆様には大変ご迷惑をおかけしたことをお詫び申し上げます。

検査では全治3ヶ月の脊椎圧迫骨折と判明。また、骨密度の低下が確認され今後は医師の指示に従いまじめに治療やリハビリに取り組んでまいります。

【編集後記】水泳を通して、沢山の方々との出会いや学びをいただいています。各地で起きている災害のニュースに触れるたび、何気ない日常のありがたさを感じます。皆さんが安心して笑顔で過ごせる日々を願いながら、これからも水泳を通じて人との繋がりを大切にしていきたいと思います。　―田村―