

# スポーツ かわさき

2020年  
No.108



SPORTS KAWASAKI



## contents

- 2 スポーツイベントカレンダー
- 3 第21回ジャパンデフバレーボールカップ川崎大会
- 4 かわさきスポーツ人の集い開催
- 5 指導者研修会
- 6~7 スポーツ少年団
- 8 食育推進コンテストの表彰
- 9 スポーツフェスティバル
- 10 多摩川ランフェスタin川崎実行委員会からのお知らせ
- 11 マッスルコンテストジャパン
- 12 スポーツ協会掲示板



富士通スタジアム川崎で行われた「KPMGカップブラインドサッカークラブチーム選手権2020」

スポーツくじ BIG  
この広報誌はスポーツ振興くじ助成を  
うけています

公益財団法人川崎市スポーツ協会





## 2020年度 スポーツイベントカレンダー

新型コロナウイルス感染症の影響で各種イベントや大会が中止・変更になっています。掲載したイベント等も今後の状況によっては変更になる場合があります。

開催の可否については、お問い合わせください（☎044-739-8844 川崎市スポーツ協会）

### 5月

5 **火祝** 子ども相撲大会 【富士見公園相撲場】  
⇒10月に変更（日程未定）

### 6月

27 **土** （公財）川崎市スポーツ協会表彰式 【市立川崎高等学校講堂】

### 7月

25 **土** 学童泳力記録会 【市立橋高等学校プール】

### 8月

2 **日** スケート&アイスホッケー体験教室 【横浜銀行アイスアリーナ】

### 9月

5 **土** NECレッドロケッツふれあいバレーボール教室 【とどろきアリーナ】  
29 **火**～11/10 **火** 初心者なぎなた教室 【とどろきアリーナ】

### 11月

15 **日** 川崎国際多摩川マラソン大会 【等々力陸上競技場】

### 12月

6 **日** 市長杯サッカー大会 【等々力第1・2サッカー場】  
11 **金**～13 **日** 川崎市長杯争奪2020国際トランポリン  
ジャパンオープン 【とどろきアリーナ】  
27 **日** バスケットボールフェスティバル 【カルッツかわさき】

### 2月

13 **土** かわさきスポーツ人の集い  
14 **日** 市町村対抗「かながわ駅伝」 【秦野市～相模湖】  
スケート&アイスホッケー体験教室 【横浜銀行アイスアリーナ】

### 3月

21 **日** 2021多摩川リバーサイド駅伝in川崎  
第21回川崎市高等学校駅伝大会 【古市場陸上競技場】

## スケート&アイスホッケー 体験教室

### 夏休みにチャレンジしてみよう

川崎市スポーツ協会では、夏休みに教室を開催します。対象は小学生以上で、大人の方の参加も歓迎です。この機会に親子でトライしてみませんか。

- 日 程…8月2日（日）19：00～20：30
- 会 場…横浜銀行アイスアリーナ（神奈川スケートリンク）  
JR京浜東北線東神奈川駅下車 徒歩5分、東急東横線 反町下車 徒歩5分
- 種 目…A スケート（初めての方、少し滑れる方対象）  
B アイスホッケー（スケートで自由に滑れる方対象）
- 対 象…小学生以上
- 参加料…2,600円（保険料・貸靴代含む）
- 指 導…神奈川県スケート連盟 川崎市スケート協会
- 申込み…往復はがきに参加者の氏名・年齢・住所・電話番号を記入してスポーツ協会あてにお送りください。  
※1枚のはがきで6人まで申込みができます。  
その際は参加者全員の氏名と年齢を記入してください。
- 送り先…〒211-0051 川崎市中原区宮内4-1-2  
公益財団法人川崎市スポーツ協会
- 締切り…7月6日（月）

※新型コロナウイルス感染症防止のため、日程が変更になることがあります。ご了承ください。

その際は当協会ホームページでお知らせします。



スケート

両手を広げてゆっくり滑る練習



アイスホッケー

ゴールに入れる練習



## 第21回 ジャパンデフバレーボールカップ川崎大会開催

第21回ジャパンデフバレーボールカップ川崎大会（主催：一般社団法人日本デフバレーボール協会）が2月21日～23日に川崎市とどろきアリーナで行われました。この大会は、川崎市と当協会、川崎市バレーボール協会が5年前から共催しており、今回も全国各地から男子9チーム、女子19チーム（2チーム棄権）の計28チーム295人が集い、優勝を目指し熱戦を繰り広げました。競技はグループに分けて予選リーグを行い、予選リーグ上位チームによる決勝トーナメント戦と、下位チームによる交流試合が行われました。

### 試合結果

#### 男子

優勝 好きやねん（大阪府）  
準優勝 豊鯨会（愛知県）  
第3位 愛天翔（愛知県）



男子優勝チーム「好きやねん」

#### 女子

優勝 DEAF ONE TEAM 2020（北海道）  
準優勝 一期一会（兵庫県）  
第3位 tortoise（大阪府）



女子優勝チーム「DEAF ONE TEAM 2020」

### デフバレーとは

デフ（Deaf：聴覚障害者）によるバレーボールのこと。チームメイトの声、審判の笛の音、ボールをはじく音などが聞こえない状態でプレーをする。一般社団法人日本デフバレーボール協会が主催するものとして、デフカップやマスターズカップがある。また、最高峰の国際大会としてはデフリンピックがあるほか、世界選手権なども行われている。大会は6人制で行われ、それぞれコートや用具、競技形式など一般のバレーボールのルールと同じである。（ネットの高さ：男子2.43m、女子2.24m）

（日本デフバレーボール協会）

## パラスポーツ団体紹介⑤

### 川崎FD（フライングディスク）クラブ

代表 山口 富士夫

私たち川崎FDクラブは、毎月第2・4土曜日（1・2月は冬期休み）に、午前10時から12時まで、川崎市リハビリテーション福祉センター体育館（雨天時）と体育館隣のグラウンド（晴天時）で練習しています。クラブ員は23人で活動しています。

フライングディスクとは、回転させて投げる円盤（ディスク）、またはそれを用いた競技の名前です。どれだけ遠くに飛ばせるかを競う「ディスタンス」種目と、正確に金属の輪を通せるかを競う「アキュラシー」種目があります。

練習内容は、10時から11時までアキュラシー競技練習、それから5分から10分程度休憩し、その後ディスタンス競技練習をします。毎回楽しく技術向上を目指し練習しています。



2019年全国障害者フライングディスク大会（駒沢競技場にて）



ディスクを投げて輪を通過させる「アキュラシー」種目

主な活動は、川崎市障害者スポーツ大会の参加と、全国障害者フライングディスク大会の参加、神奈川県障害者フライングディスク大会の参加です。

そして障害者スポーツのイベント等にも積極的に参加しています。

私たちは、クラブ内で定期的にフライングディスク教室も開催しています。初めて参加される方もフライングディスクの基礎から学べますので、お気軽に参加してみてください。かながわフライングディスク協会の指導員も在籍しておりますので、親切に対応してくれます。クラブに興味がある方、フライングディスクをやってみたいと思う方、ぜひ練習に参加してみてください。一緒に楽しみましょう。

問い合わせ：080-2119-7734 代表 山口



令和元年度

## かわさきスポーツ人の集い開催

川崎市内のスポーツ指導者や関係者が一堂に会する「かわさきスポーツ人の集い」が2月8日、川崎日航ホテルで行われ、スポーツ協会の加盟団体の代表など210人が参加し交流を深めました。

集いでは主催者を代表し中山紳一会長があいさつ、続いて来賓の加藤順一副市長、花輪孝一川崎市議会副議長にごあいさつをいただきました。地域スポーツの発展に貢献した方に贈られる、神奈川県体育功労賞を受賞した田辺雅章さん（川崎市テニス協会副理事長）、藤田まゆみさん（川崎市スキー協会副会長）、皆川敏明さん（川崎市陸上競技協会理事長・当日欠席）を紹介し、出席者全員でお祝いをしました。また、ルヴァンカップ5度目の決勝進出で初優勝した「川崎フロンターレ」の長谷川シニアディレクターが、歴史に残る名試合となった戦いについて話されました。

最後に、14年の長きにわたり当協会の会長として尽力された齊藤義晴顧問に感謝状と花束の贈呈があり、会場から大きな拍手がわきました。



来賓 加藤順一副市長



210人が出席した集い



主催者 中山紳一会長



花輪孝一川崎市議会副議長

ルヴァンカップ初優勝  
川崎フロンターレ 長谷川幸雄さん神奈川県体育功労賞  
藤田まゆみさん神奈川県体育功労賞  
田辺雅章さん

長年会長を務めた齊藤義晴顧問（右）に感謝状を贈呈する中山会長



競技の粋を越え和やかに歓談する参加者



# 指導者研修会



講師の森田孝輔氏

2月8日、教育文化会館会議室で開催された指導者研修会には、加盟団体の指導者など40人が参加しました。今回のテーマは「眠り」。講師はファイテン株式会社安眠プロジェクト担当の森田孝輔さんをお願いしました。参加者はメモを取りながら熱心に耳を傾けていました。

森田さんは安眠を得るための条件として、健康な体、快適な寝具、快適な空間の三つをあげました。健康な体になるために足裏ケアが大切と話し、全員で足のストレッチングを実習しました。また、呼吸についても、「現代人の多くは上手に呼吸ができず、酸欠になっているので、しっかり吸ってしっかり吐くことが安眠に結びつきます。肋間筋や横隔膜をマッサージをすることでいい呼吸になります」とマッサージポイントを説明しました。

## 日本の睡眠事情

厚生労働省のデータによると、男性の37.7%、女性の43.0%が睡眠の質に満足していない。睡眠の質の調査では、男女とも「日中に眠気を感じた」と回答した人の割合が高かった。「睡眠時間が足りなかった」と回答した人の割合が男性では30歳代、女性では20歳代・40歳代で4割となっている。

平成25年「国民健康・栄養調査」の結果（厚生労働省）



## よい眠りのために

不眠といえば、布団に入ってもなかなか寝つけないことと思われがちですが、浅い眠りで心身が十分休まらなければ「不眠」と言えます。加齢で膀胱の状態が変わることにより、トイレに起きてしまうことがありますが、2回以上目覚めるとしたら睡眠に問題があります。

### ●寝具が合わず体の負担になっている人は⇒寝具と寝室を整える

仰向けで寝ると、体の出っ張った部分「頭・肩・お尻・ふくらはぎ」に圧力がかかります。この圧力を分散し、体への負担を減らすことを「体圧分散」といい、これができる寝具は寝返りが打ちやすく寝やすいとされています。

体の当たる上の部分はやわらかく、出っ張った部分をへこませ、下の方は硬く、体が沈み過ぎないバランスが快眠に重要です。人は人生の4分の1以上を寝具の上で過ごすと言われています。体に合わない寝具では、うまく寝返りが打てず疲れが残ったり、腰が沈むことで痛みがでたりするなどの不調になります。正しい寝具を選び、快適に眠りましょう。

### ●血行が悪く、入眠できない人は⇒身体をスタンバイさせる

運動不足や、冷え性で血流が悪い人は気持ちよく入眠できない傾向にあります。眠りに入るときは体温が低下するのですが、この体温調整がうまくいかないためです。人の体は、体内の「深部温度」が下がることで眠くなるというメカニズムがあります。そのため、寝る前は手足などの末端から熱を放出し、この深部温度を下げるのです。しかし手足の血行が悪いと、熱の放出がスムーズに行われなくなり、血行がさらに悪化することに。寝る前に足先のストレッチを行うと、血行がよくなって心地よく入眠できます。

### ●自律神経のバランスが乱れて体が緊張している人は⇒心と頭を休める

自律神経は、内臓などのように自分で意識しなくても動く体の働きを司るものです。自律神経の乱れは不調につながり不眠になりがちです。寝る時間になると、活動時の「交感神経」から、リラックス状態の「副交感神経」へ、自律神経の切り替えが起こります。しかし現代人は深夜作業やパソコン・スマホが原因で切り替わりにくい状態です。副交感神経を優位にするには、ゆっくり大きな呼吸をすること。この時、肋骨間の筋肉や横隔膜が凝り固まっていると、呼吸が浅くなります。また、加齢で筋肉が固くなるとさらに呼吸がしにくくなります。大きな呼吸には肋骨周りのマッサージが効果的です。



# スポーツ少年団 子どもたちの体力向上に一役

## スポーツ少年団とは

1962年、財団法人日本体育協会創立50周年記念事業として「一人でも多くの青少年にスポーツの喜びを」「スポーツを通じて青少年のからだところを育てる組織を地域社会の中に」と願い創設された日本最大の少年スポーツを統括する団体です。平成29年度の登録団体数は32,170団体、団員数は694,173人となっております。種目別にみると、軟式野球が圧倒的に多くサッカー、バレーボールと球技が続きます。その次に複合種目（年間に2つ以上の種目やレクリエーション活動などに取り組む）が多く、武道、陸上競技や体操、水泳など多岐にわたっているのもスポーツ少年団の特徴です。



バレーボール交流大会

産業発達や社会構造の変化などによって、子どもたちを取り巻く環境が大きく変わってきています。幼児期の子どもたちが、まっすぐ走れないとか、でんぐり返しができないなど、自然に身につくはずの基礎的な動作がうまくできなくなっています。本来ならば遊びを通して学ぶはずの、ルールや相手を思いやる心などが身につかず、社会生活への適応が難しい子どもも多いといわれています。

そのような背景の中で、スポーツ少年団は①子どもたちが②自由時間に③地域社会で④幅広いスポーツ活動を⑤グループで行うことで、心身の調和のとれた発達を促すことを目指しています。

## 川崎市のスポーツ少年団の現状

川崎市スポーツ少年団は1967年に設立され、登録している団体は、2019年度は46団体、団員数813人です。種目別にみると、バレーボール、バドミントン、ミニバスケットボールなどの球技が多く、剣道、柔道、空手、少林寺拳法などの武道に取り組んでいる団体も少なくありません。本市の場合は、一つの種目に年間を通じて取り組む「単一種目型」の団体が圧倒的です。



柔道練成会

## 年間の活動

### ①各種交流大会

子どもたちにとって他の団とのゲーム形式の対抗戦は、活動の節目としてとても重要な位置を占めています。勝敗の結果にこだわるのではなく、日常のスポーツ活動の成果を確認し、次のスポーツ活動の目標設定をすることが重要とされています。

一つの種目だけを1年間行うことは、体力や技術面から良い効果は得られないといわれています。主となる種目と合わせて、違ったタイプの種目も体験できるような工夫が必要です。



ミニバスケットボール交流大会



バドミントン交流大会



フロアボール交流大会



軟式野球交流大会



## ②運動適性テスト

運動適性テストは、日々の単位団の活動の中で使用している用具のみで実施できる簡単な体力テストです。

定期的の実施することで、日常の単位団活動により団員の体力、運動能力がどの程度向上しているかを知ることができます。

川崎市では、年に1回実施するようにしています。

ここでは、自分一人ではなく、他の多くの団の参加者と、運動の補助をしあったり、記録をしたりする活動を通して、交流を深めることができます。

参加者はテストの記録に応じて級認定の合格証をもらうことができます。また、団員だけでなく、指導者は団員の体力の傾向を把握し、今後の活動の計画を立てることに役立っています。



立ち幅跳び、上体起こし、50m走などの運動適性テストの様子

## ③運動会

年間で最もスポーツ少年団らしい活動の一つです。様々な種目の団体が、色とりどりのユニフォームを着て参加します。

保護者、兄弟などの家族や、近所の子どもたちも参加することができ、川崎市におけるスポーツ少年団活動の紹介の場でもあります。



大人気のパン食い競争や障害物リレー



どの種目も実力伯仲で好勝負が見られます



# 食育推進コンテストの表彰

川崎市PTA連絡協議会主催

子どもたちの食育や生活習慣の改善を目的とした「食育推進コンテスト」(川崎市PTA連絡協議会主催)表彰式が1月13日に高津市民館で行われました。

小中高校生などが、お弁当のアイデアを出すこのコンテストには市内の小・中・高等学校・PTA等から781作品の応募がありました。

昨年11月に行われた審査会では、弁当のコンセプトや栄養や食材、スタミナなどに着目して審査にあたりました。彩り鮮やかなものや、オリンピックにちなんだ弁当、さらには家族を応援する弁当など思いやりが感じられる作品もありました。当スポーツ協会は毎年この取り組みに協力しており、主にスタミナ面を重視し審査にあたっています。

## 川崎市スポーツ協会会長賞 受賞作品



東京オリンピック  
応援弁当  
竹井梨紗  
(井田小学校5年)



お兄ちゃん頑張れ  
スタミナ弁当  
本城 茉弥佳  
(宮前平中学校3年)



野菜が苦手な弟のために!  
栄養満点弁当  
古牧 絆  
(玉川中学校2年)



身長のびるよ!  
おみくじ弁当  
千葉 麻里子  
(中原小学校PTA)

### 受賞者一覧

(敬称略)

賞	所属	学年	受賞者氏名
川崎市 教育委員会賞	百合丘小学校	5年	澤田 結梨
	宮前平中学校	3年	叶田 奈南実
	宮前平中学校	3年	井上 友結
	川崎高等学校	1年	藤井 菜摘
川崎市 スポーツ協会 会長賞	井田小学校	5年	竹井 梨紗
	宮前平中学校	3年	本城 茉弥佳
	玉川中学校	2年	古牧 絆
川崎市 学校給食会 理事長賞	中原小学校	PTA	千葉 麻里子
	末長小学校	5年	新田 莉央
	東高津中学校	2年	高橋 由宇
	菅中学校	2年	安田 朱里
	幸町小学校	PTA	中村 有里

賞	所属	学年	受賞者氏名
JA セレサ 川崎賞	真福寺小学校	5年	逸見 優奈
	宮前平中学校	3年	金井 靖繁
	宮前平中学校	3年	赤根 歩実
	幸町小学校	PTA	出井 明子
味の素賞	千代ヶ丘小学校	4年	山下 のあ
	玉川中学校	2年	平山 慎太郎
	川崎小学校	PTA	原 里恵
川崎市PTA 連絡協議会 会長賞	宿河原小学校	3年	金指 瑛菜
	末長小学校	3年	佐藤 宇衣伽
	宮前平中学校	3年	家山 央
	東高津中学校	2年	指平 菜々美
	川崎高等学校	3年	坂本 悠香
	富士見台小学校	合作	成川 月音



## 川崎市総合型地域スポーツクラブネットワーク会議主催 スポーツフェスティバル

地域で多世代に向けて様々な種目を楽しむ機会を提供する「総合型地域スポーツクラブ」。川崎市には11のクラブがあり、それぞれの地域で多彩な活動を展開しています。年に一度、各地区ごとに分かれて「スポーツフェスティバル」を開催し、さまざまなスポーツを多くの方に体験していただきました。

### ●川中島中学校会場 開催日：令和元年10月15日

NPO法人川中島総合型スポーツクラブと川中島中学校区地域教育会議がタッグを組み、地域の子ども文化センター（藤崎・大師・四谷）の協賛で、カローリング大会を開催しました。地域のシルバー世代の方や、家族の方も参加され、総勢62人の参加者が、白熱した試合を展開し、楽しい時間を過ごすことができました。

### ●麻生スポーツセンター会場 開催日：令和元年11月23日



各クラブの運営スタッフ

川崎市北部では、柿生GET、中野島ビルネ、金程わ・わ・わクラブの3つの「総合型地域スポーツクラブ」と、初参加の地元麻生の「クラブコア」の4団体が協同して、麻生スポーツセンターを会場に「わくわくイベント2019」を開催しました。

ボッチャ、スポーツスタッキング、クップ、スポーツ吹き矢、スポーツ合気道、ファミリーバスケットや書道に加え、今年は親子テニス、キッズテニス、バドミントン、走り方教室も行い、11のサテライト教室を開催。また、絵画や書道作品も展示して、近隣地域から来場された589人の親子の皆様にはスポーツの楽しさ体験をしていただき、和やかな交流の場となりました。準備会議からフェスティバル本番まで、各クラブの代表者や教室の責任者が裏方を務め、大盛況に終わりました。

### ●久本小学校会場 開催日：令和2年1月26日

NPO法人高津総合型スポーツクラブSELFとNPO法人ファンズスポーツクラブ宮前が、久本小学校体育館を会場に「車いすアメフト体験」にチャレンジしました。参加者、スタッフ総勢40人で、車いすとボールの奪い合いで大変盛り上がりました。

朝からあいにくの天気で参加者が減少しましたが、地元の少年野球チームが参加してくれたおかげで、何とか開催することができました。いつも使っている野球のボールとは違うボールではありましたが、順応性の高い子が多く、すぐに扱いに慣れ、指導者も驚いていました。将来が楽しみです。



車いすアメフト体験

### ●とどろきアリーナ会場 開催日：令和2年2月9日

かわさきスポーツドリーマーズと中原元気クラブが、とどろきアリーナでスポーツフェスティバルを開催しました。体験として「走り方教室」と「ミニバスケット教室」をしました。「ミニバスケットボール」は幼児の参加者が多く賑わいました。発表の部では「キッズダンス」を披露し、観客から大きな拍手が送られました。総勢380人の参加者がスポーツを楽しみ、地域の方々とふれあいを深めることができました。



ミニバスケット教室 幼児コーナー



ミニバスケット教室 小学生コーナー



キッズダンスの発表



## 多摩川ランフェスタin川崎 実行委員会からのお知らせ

## マラソンの参加料を川崎市へ寄付しました

昨年10月に上陸した台風19号で、多摩川河川敷マラソンコースも泥土堆積や路面舗装剥離など大きな被害をうけました。その影響で11月に開催を予定しておりました「2019川崎国際多摩川マラソン」は中止となりました。参加者の皆様には、お預かりした参加料について、大会準備等にかかった費用を差し引いた余剰分を多摩川河川敷マラソンコースの復旧費用に充てさせていただく旨通知し、ご理解いただきましたこと御礼申し上げます。

令和2年3月27日に、主催者を代表して公益財団法人川崎市スポーツ協会から川崎市に参加料余剰分の合計17,851,118円を寄付いたしました。

なお「2019川崎国際多摩川マラソン」にエントリーいただきました皆様には、次回大会において優先的にエントリーいただける枠を用意いたします。優先エントリー枠の詳細につきましては、5月末から6月上旬にお知らせする予定です。

今後も参加者の皆様楽しんでいただける、より充実した大会を目指して取り組んでまいりますので引き続き、御理解・御支援くださいますよう、お願いいたします。

多摩川ランフェスタin川崎 実行委員会事務局  
川崎市市民文化局市民スポーツ室 044-200-3245  
公益財団法人川崎市スポーツ協会 044-739-8844



加藤副市長に目録を手渡す中山会長

## 桜本センター ワンコイン教室のご案内 ~曜日と時間の変更について

いつからでも気軽に参加できるワンコイン(500円)スポーツ教室は、令和2年度は全ての教室を月曜日に行います。5月から9月までの前期は、休みの日(5/4・8/10・8/17・9/21)を除き毎週開催する予定です。事前申し込み不要ですのでお気軽にご参加ください。

(※新型コロナウイルス感染症防止のため開催日程がやむなく変更になる場合があります)

## リフレッシュヨガ

ゆっくりとした深い呼吸をしながら、基本的なヨガのポーズで体を調整していきます。柔軟性の向上や筋力アップ、ストレス解消にも効果的です。週始めの月曜の朝にヨガで身体を整え、開放感も得られます。

時間 10:30~11:30  
講師 斉藤 篤子

## リンパストレッチ

リンパの流れがよくなるストレッチとセルフマッサージを行い、自律神経を整え代謝のよい身体づくりを体験します。家事の合間や職場での休憩時間にも手軽にできるマッサージを学びましょう。

時間 13:00~14:00  
講師 池田 由美

## やさしいフラダンス

ストレッチやデュアルタスク(体と頭を同時に使う)等を取り入れ、基本からしっかり楽しくレッスンします。初めての方でも癒されながらフラダンスの魅力を体験できます。

時間 14:30~15:30  
講師 大堀 千春



やさしいフラダンスの教室風景

## ■川崎港湾福利厚生協会 桜本センター

所在地：川崎区桜本1丁目2-29

アクセス：J R川崎駅東口よりバス利用の場合

- ・臨港バス7番乗り場 川23系統「大師行」  
8番乗り場 川22系統「三井埠頭行」
- いずれも「大島四つ角」下車徒歩5分

電車利用の場合

- ・J R南武線「小田栄駅」または「浜川崎駅」下車 いずれも徒歩25分



会場周辺の地図

■問い合わせ 電話⇒044-739-8844 川崎市スポーツ協会 (平日8:30~17:00)



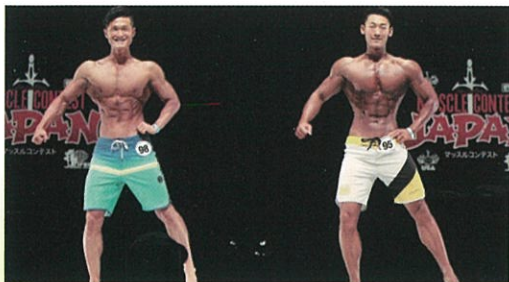
# マッスルコンテストジャパン

## 筋肉美を競う世界規模の祭典 カルッツかわさきで開催

健康維持や体重コントロール、美ボディなどを目的に、性別も年齢も問わず筋力トレーニングが盛んになっている昨今、トレーニングで鍛えた筋肉美を競う国際大会「マッスルコンテストジャパン」が2月11日、カルッツかわさきを会場に行われました。この大会は30年以上の歴史がある世界最大のコンテストで、アメリカを始めとして、ベトナム、アイルランド、インド、フィリピン、ブラジルなど各国で開催されてきたボディビル・フィットネスの祭典です。日本では昨年初めてカルッツかわさきで行われ、今回が2度目となりました。

また、大ホールでのコンテスト以外に、初心者から参加できる「マッスルゲート」が用意され、「パワーコンテスト」「ストロングマンチャレンジ」「綱引きチャレンジ」などのイベントがありました。その中の5人制「綱引きチャレンジ」では、当協会の加盟団体「川崎市綱引連盟」の役員が運営にあたり、試合進行や審判を担いました。そろいのシューズを履いたチーム、ジム仲間や結成されたチームなどが、声を合わせて綱を引き、会場内は熱気に包まれました。

2021年は2月14日に、同じくカルッツかわさきで開催予定です。



マッスルコンテスト



パワーコンテスト



綱引きチャレンジ

### 小さな掛金、大きな補償

## スポーツ安全保険®

#### 対象となる事故

団体・グループ活動中の事故 / 往復中の事故

#### 保険期間

令和2年4月1日午前0時から  
令和3年3月31日午後12時まで

#### 補償内容

補償内容は、加入区分によって異なります。  
詳しくは、ホームページなどをご覧ください。

4名以上の団体・グループで  
ご加入ください。

例	傷害保険
A1、C、A2区分の場合	死亡保険金：2,000万円 後遺障害保険金：3,000万円(最高額) 入院保険金：4,000円/1日 通院保険金：1,500円/1日(30日限度)
※事故の日からその日を含めて180日以内の死亡、後遺障害、入院、手術、通院が対象となります。 ※上記に加え、賠償責任保険、突然死葬祭費用保険も付帯されています。	

### 加入区分・掛金

加入対象者	補償対象となる団体・グループ活動	加入区分	年間掛金 (1人当たり)
子ども (中学生以下) ※特別支援学校 高等部の 生徒を含む	スポーツ活動	A1	800円
	文化活動 ボランティア活動 地域活動		
大人 (高校生以上)	上記団体活動に加え、個人活動も対象	AW	1,450円
	スポーツ活動(指導・審判を含む) ※右記年齢の判断は、「令和2年4月1日」と「掛金の支払い手続きを行う日」のいずれか遅い日の年齢を基準とします。 ※A2区分で対象となる活動も補償されます。	C 64歳以下	1,850円
	文化活動 ボランティア活動 地域活動 準備・片付け・応援・団体の送迎	B 65歳以上	1,200円
	危険度の高いスポーツ(指導・審判を含む)	A2	800円
全年齢	危険度の高いスポーツ(指導・審判を含む)	D	11,000円

年間掛金には、制度運営費(10円)が含まれます。

### スポーツ安全協会 神奈川県支部

(公財)神奈川県スポーツ協会内

TEL 045-311-0653 (代表) 電話受付時間 午前9時~12時 午後1時~5時(休業日:日曜日、月曜日、祝日、年末年始、その他県立スポーツ会館の臨時休館日)

〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1  
県立スポーツ会館



保険の詳細内容、資料の請求は、  
ホームページをご覧ください。  
※インターネットからも加入受付をおこなっております。

スポーツ安全保険

検索

この広告はスポーツ安全保険の概要についてご紹介したものです。ご加入の際には、必ず「スポーツ安全保険のあらまし」および「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は保険約款および特約書によりませんが、ご不明の点がございましたら(公財)スポーツ安全協会または東京海上日動火災保険(株)までお問い合わせください。

#### 〈引受幹事保険会社〉

東京海上日動火災保険株式会社  
担当課 公務第2部 文教公務室  
TEL 03-3515-4346(平日9:00~17:00)

#### 〈共同引受保険会社(令和2年4月予定)〉

あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン日本興亜  
大同火災 東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保  
2019年12月作成 19-TC0579



# スポーツ協会掲示板

お知らせとお願い

<詳細は事務局まで>

## 令和2年度 (公財) 川崎市スポーツ協会 賛助会員加入のお願い

### 年会費

【個人会員】 1口 3,000円  
【団体会員】 1口 10,000円

- 賛助会費は、川崎市民のスポーツ振興のため、当スポーツ協会が主催し、各種目団体が主管する大会の事業資金となります。
- 本誌「スポーツかわさき」を毎月お届けします。

※賛助会費は、確定申告時に寄付金として控除が受けられるようになりました。法人企業におかれましても一般損金算入とは別枠で算入が認められます。(発行されました領収書は保管しておいてください)

### ● 令和元年度 賛助会員追加

107号では令和元年11月15日までに加入された団体・個人のお名前を掲載しました。今号では11月16日以降に加入された方々について掲載します。  
(令和2年3月30日現在)

【団体会員】 敬称略 10,000円以上  
川崎市なぎなた連盟

【個人会員】 敬称略 3,000円以上

村田 享 齋藤 信一 松本 剛  
松本 久子 齋藤 義晴

### ご協力いただいているスポーツ店のご案内

次のスポーツ店では、学校体育用品からスポーツ用品全般を取り扱っています。ぜひご利用ください。

(株)三愛スポーツ	☎333-7819
(株)カワチスポーツ	☎511-1615
(株)アイダスポーツ	☎533-8411
(株)フジスポーツ	☎711-0505
(株)グリーンスポーツ	☎854-3311
(株)ミキスポーツ	☎822-8885
(株)エスケースポーツ	☎987-0007

■ 広報誌「スポーツかわさき」はtotoの助成を受け、年間3回3万部を発行しスポーツ情報を広く発信しています。

### 編集後記

近頃の公園から子どもたちの元気な声が聞こえてきます。かけっこをしたり、縄跳びをしたり、滑り台を逆に登ったりなど、本当にたわいのない遊びを延々と繰り返したり、「もうやめちゃうの」と言いたくなるほど短時間で終わったり。人数も、年齢も性別もごちゃごちゃで、でも共通しているのはどの子どもも笑顔です。ふと目に入ったこの光景は、「空いた時間に」「空いた場所で」「身近な仲間と」いろいろなことをすることが楽しいという、昔は当たり前だった遊びの原点を思

い出させてくれました。いつの間にか子どもたちは、許可を得た安全な場所と、教えてくれる大人がいて、しかもほとんどの場合お金を払わないと活動できなくなっていたんですね。新型コロナウイルスは、この編集後記を書いている4月下旬も衰えるどころかますます猛威を振るっています。そんな中、小誌が原稿の執筆や印刷、配送等にかかわる多くの人々のご協力によってできあがりしたことには感謝します。そう遠くない日に、皆様と元気で会いできることを楽しみにしています。(黒田)

**ZAVAS SPORTS CLUB**

トレーニングジム 25mプール HOTヨガスタジオ

◆整骨院・浴室・ジャグジー 他  
◆多彩なレッスンをご用意! エアロピクス・HOTヨガ・アクアピクス 他

大型総合スポーツクラブ **ザバススポーツクラブ 川崎店**  
川崎市幸区堀川町580 ソリッドスクエアB1F  
☎044-548-9191

カワサキカワル!  
**アゼリア**  
azalea

毎日 朝10時から夜9時まで  
お買い物

ショッピング街/10:00~21:00 ※一部店舗は、早期営業、時間延長しております。  
〒210-0007 川崎市川崎区駅前本町26番地2 電話 044-211-3871 <http://www.azalea.co.jp>

**スポーツかわさき108号**

2020年5月7日 発行

発行 公益財団法人 川崎市スポーツ協会  
〒211-0051 川崎市中原区内宮内4-1-2  
☎ 044-739-8844  
FAX044-739-8848  
<http://kawaspokyo.jp>

編集 川崎市スポーツ協会広報委員会  
印刷 (株)アサヒプリンティング

すべては子どもたちの笑顔のために

株式会社 **学研 教育みらい**  
学校教育事業部 Tel.03-6431-1151(代表)  
学研 学校教育ネット 検索  
<http://gakkokyoiku.gakken.co.jp/>

多摩川ノート土手の草花

中本賢の「川と遊ぼう」第1弾!

「雑草とてしなく呼びばれてしまふ植物たちがこの本の主役です。ありふれた風景のなかにこんな世界が! 俳優・中本賢が綴る「土手の草花」の魅力 思い入れたっぷり込めてお届けします。」

舞台は川沿いの土手、河原、河川敷。  
「雑草とてしなく呼びばれてしまふ植物たちがこの本の主役です。」

中本賢  
川と遊ぼう。土手の草花  
定価(本体2,500円+税)  
ISBN 978-4-904733-04-2  
2016年4月発行

復刻版 **かわさきのむかし話**  
-ふるさと心のごちそう-

坂本昇氏が生前加筆修正した内容を盛り込み「かわさきのむかし話」を「復刻版」として復刊することができました。川崎市内の教育機関や学校にはもちろん、お子様へのふるさと教育として幅広い地域の方々に読んで頂けたら幸いです。

幸区新塚2 201ルリエ新川崎 2F  
TEL.044-276-9100 (鹿島田駅直結)

Follow Me!! @kitanobook  
<http://kitanobook.co.jp>  
株式会社 北野書店