

# スポーツ川崎

より速く      より強く      より高く **第10号**

昭和59年1月1日発行  
川崎市体育協会広報紙  
編集・発行  
川崎市体育協会広報委員会  
☎ 210  
川崎市川崎区宮本町6番地  
川崎市教育委員会体育課内  
☎ 044-200-3312



新年あけまして

おめでとうございます

川崎市体育協会会長

川崎市市長 伊藤 三郎

市民のみなさまにおかれましては、一九八四年の新春をつつがなく迎えられたこととお慶び申し上げます。

さて、川崎市体育協会もみなさまがたのあたたかいお力添えをいただき、創立三十五周年をむかえ、二十五種目団体が加盟し組織も充実してまいりました。

昨今、「生涯スポーツ」ということで、幼児期から高齢者に到るまで一生を通じて積極的に「参加するスポーツ」へと移行してまいりました。基礎的な健康体力づくりの重要性が検討され、むりのない体育の向上が大切となるわけであります。この新しい指向に対応すべく、今までの経験と反省をもとに各種大会の開催、競技力の向上とスポーツへの参加の機会の提供、普及及び広報活動の充実等を強くおし進めております。又市民体育・スポーツの振興をはかり、健康で文化的なまちづくりにむけて努力する所存であります。

年頭にあたり、川崎市体育協会に対する日ごろのご指導と、ご協力に感謝申しあげるとともに、今後とも変わらぬお力添えを賜わりますようお願い申しあげ、新年のごあいさつといたします。

一九八四年元旦

## 外野席

体力不足の低年齢化が叫ばれ、運動不足がもたらす種々の病気（運動不足病）が社会に蔓延し始めている。国民の生活状態が向上し、余暇時間もそれなりにとれるようになってきた。この余暇時間を有効に使う方策として、身体活動を伴う健全な、レクリエーション・スポーツを是非ともお勧めしたいものです。一九八〇年代は、フィジカルレクリエーション・スポーツの時代とも云われ、それは、見るスポーツでもなく、勿論、プロスポーツでもない、また、記録向上のみに偏重し、勝つことだけに価値をおくスポーツでもなく、老若男女、全ての人々に開かれた自らが心より楽しむスポーツ、これが、レクリエーション・スポーツなのです。シエブアップという言葉が流行している昨今、余暇時間を有効に使い、適度に身体を鍛えあげることが、明日へのエネルギーを生み出し、人間が人間らしく快適に生きていく源となる大切なことだと思えます。

# あかぎ国体観戦記

からっ風国民体育大会を二泊三日で視察することになり九月十一日朝上野駅を出発した。心配された天気も時々小雨がふる程度だ、水泳のメロン会場である敷島公園で開会式が盛大のうちに終わった。

いよいよ第一日目の競技が開始される、神奈川県選手団も緊張のなかに自信に満ちた顔が数多く見られ頼のもしく感じた。第一日目は高等学校男子四百米メドレーリレーから競技開始、有望種目からのスタートで監督も、選手も張り切っている反面緊張している姿が印象的であった。最初のレースは特に興奮し、スタンドも各県の役員、選手が応援に続々とかけつける。

もちろん神奈川県選手団も大声援を送りいやが上にも会場は盛りあがった。スターターの号報一発で第一泳者がスタートした我が神奈川県チーム（少年男子B）が健闘し予選第2位の成績で決勝へ駒を進めた。特に法政二高の永田選手（バタフライ）の活躍が

目覚ましかった。各種目とも神奈川県選手が大いに奮闘し多数の選手が決勝へ進出と初日から大いに氣勢があがり一日目が終わった。選手団、役員、監督の皆さんも明日に備へて夜のミーティングも熱気が感じられた。

「からっ風国体」と云うキャッチフレーズで始まった大会も二日目を迎へ、白熱したレースが展開されいやがうえにも盛りあがりを見せた。地元も盛況の出場するレースはたくさんなく発揮した。

秋 季 あ か ぎ 国 体  
に応援が盛大であったのが目についた。  
第一日目に続き、永田選手の活躍は見事であった、ポイントゲッターとして大活躍である。個人種目の四百米個人メドレーでは4分50秒92の大目新記録で優勝した。体調もあまり良くなかったが気力で泳いだとのことである。その後四百米フリーリレー、四百米メドレーリレー等のメンバーとして夫々決勝で第二位になる活躍を見せた。一般及び女子も夫々ベストをつくして活躍し神奈川県を如何

## 秋季あかぎ国体

### 本県男女共七位

県内全市町村をリレーされた炬（きよ）火が点火され赤々と燃えさかる十月十五日午前十時四〇分、第三十八回国民体育大会秋季大会「あかぎ国体」が前橋市の敷島公園県営陸上競技場で開会式の幕がひらかれた。「かかあ天下」とともに知られる赤城おろしのからっ風。その風に向かって

上州の祭りなど華やかな演技で大会気分を盛り上げたあと開会式とともにファンファーレが鳴り響き、特別参加の日系南米選手団をトップに南の沖縄から郷土の期待を担って力強い入場行進でスタートした。本県選手団は、白地に神奈川県を赤でアレン

ジした県旗を高々と揚げたクレーン射撃の渡辺和三選手を先頭に、宮森進団長以下役員選手五百三十四人が三十五番目に堂々と入場行進し、マリオンブルーに県鳥のカモメを白であしらった、ユニフォームがスタンドの目をひときわひきつけ、大きな拍手と声援が送られた。

天皇、皇后杯とも三位をねらう県勢の中でも特に注目されたのは、日本女子短距離界のエース磯崎公美、少年男子四百メートルの吉岡勇二、団体では、卓球、ボクシングなど優勝をねらえる競技が目白押しで活躍が期待されたが結果は次の通りであった。

#### 成績

天皇杯、皇后杯、両杯とも七位と入賞を失った（昨年度は五位）

#### 大山理事長の「秩父宮賞」受賞を祝して

この度大山理事長には、長年に亘る陸上競技に対する功績が認められ、日本陸上競技連盟より、競技人としては最高の栄誉である「秩父宮賞」を受賞されました。第三十八回あかぎ団体の開会式当日の受賞式には秩父宮妃殿下より直接本人に手渡されましたが、本人の感激は如何ばかりであったかと思えます。大山氏には戦後の混乱期より一貫して、陸上競技の発展のために献身的な努力を重ねて参られました。今日の川崎市陸上競技協会がすべての面で、県の最右翼にあるとの評価を受けているのも、大山氏の陸上競技を愛する情熱と卓越した指導力によるものと心から感謝しています。又大山氏は神奈川県陸上競技協会の副会長として、県全体のためにも活躍され、全国規模の大会等で好成績を収めているのも大山氏の力によるものが大きいと思います。

スポーツの世界も多くの問題が山積している今日、大山氏の一層の活躍と、今回の受賞を心からお祝い申し上げます。

# 川崎市に 黒獅子旗

—— 都市対抗野球 ——  
川崎市（東芝）が優勝！！

第五十四回都市対抗野球  
（主催日本社会人野球協会、  
毎日新聞社）は、最終日（八  
月三日）、午後二時から、東  
京、後楽園球場で新日鉄名古  
屋（東海市）―東芝（川崎市）  
の間で決勝戦が行われ、東芝  
が八対三で勝ち、五年ぶり二  
度目の優勝を遂げ、黒獅子旗  
を持ち帰った。

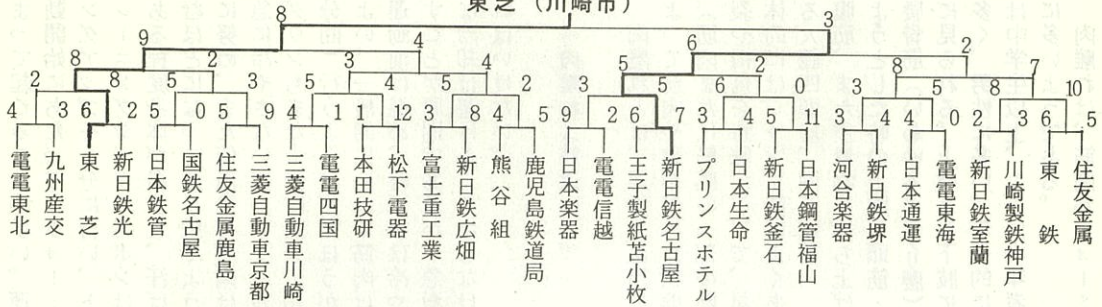
新日鉄名古屋に一点を先行  
された東芝は、宮崎のツウラ  
ン本塁打で逆転し、その後も  
強打で加点、三番手のエース  
黒紙が五回以降を散発三安打  
の零点におさえ、後続を断つ  
た。

▽決勝

新日鉄名古屋（東海市）	0	1	1	0	0	0	0	0
東芝（川崎市）	0	2	2	3	0	1	0	0
	×							
	8	3						

川崎市は全く強かった。二  
回に東海市に先行された川崎  
市は、その裏にも宮崎の逆転

## 東芝（川崎市）



本塁打を打ち、その後強打、  
快打で、東海市のくり出す投  
手陣をノックアウトした。  
東海市は、逆転された後も  
三回に、水谷がライトヘッウ  
ベースで川崎市の先発・川端  
をマウンドから引きずり降し、  
代った岡田にも攻撃を加え加  
点して粘ったが、五回以降、  
左腕の黒紙が打たせて取るう  
まい投球の前に打撃は沈んだ。  
一方、川崎市の好機にた  
みかける長短打の迫力は、東  
海市の守備の動きの悪さを浮  
彫りにし、手痛い失策や捕逸  
を呼んだ。まさに「横綱野球」  
を見せつけた感があった。

〈試合成績〉	
1回戦	6-2 光市・新日鉄光
2回戦	8-2 仙台市・電電東北
準々決勝	8-2 川崎市・日本鋼管
準決勝	9-4 姫路市・新日鉄広畑
決勝	8-3 東海市・新日鉄名古屋

## 連載 スポーツ事故の応急手当て法 (第二回)

日本赤十字社神奈川県支部  
委嘱救急法講師 左沢重明  
(イラスト 星 雅之)

### 《こむら返り》

こむらがえりは、普通ふくらはぎ（腓腹筋）に多くみられるが、大腿部裏側の大腿二頭筋にみられることもある。筋肉を過剰に引き伸ばしたような時（過伸展）あるいは急激に負担をかけた時、また運動のし過ぎで老廃物が筋肉内に蓄留した時（筋肉疲労）によくおこるものである。筋肉が急に冷えた時（下肢筋肉の血流不足）にもしばしば発生する。筋肉の急激な異常収縮、つまり、筋肉部分に酸素が不足したり、血流疎外が起った時に一過性にくる収縮けいれんの状態をこむら返りという。いわゆる「ツル」という状態である。

### （応急手当て法）

まず患者に、尻を地面につかせた状態で両手を後について上体を支えさせる。

術者は患者の足の方に膝をつき、片方の手掌を患者の膝頭に、もう一方の手掌を足の指のつけ根にあてる。そして足のつけ根の方を膝のほうに強く押す。この時、第一指（拇趾）だけをより強く押すと効果的である。と同時に、曲っている膝頭を強く下に押しさげる。この両手を同時に、静かにゆっくりと行う。緩めたり押しつけたりして繰り返し

う。ほとんどはスポンと抜け  
たように収縮がおさまるもの  
である。

また、例えば水泳中にこむ  
ら返りが起こって、このよう  
な方法がとれない場合は、背  
を丸めて「くらげ浮き」の状  
態となり、自分の一方の指先  
で、患部側の足指を膝の方向  
に強く引き曲げ、もう一方の  
手は、膝を押さえるのでなく、  
けいれんを起こしている筋肉  
部分をつまみ押さえるように  
するのがよい。足の親指だけ  
をよく強く曲げるといのは  
同様である。

けいれんがおさまっても、  
すぐに運動をさせると再び「つ  
る」ことが多いから、しばらく  
は安静にしておいたほうが  
よい。患部を温湿布して、強  
く圧迫しゆっくりと揉むマッ  
サージをするとよい。

〔予防法〕

こむら返りを習慣的によく  
起こす人では、左右の下肢の  
いずれか一方の起こす足がき  
まっている。手の指・足の指  
にくることもあるが、それも  
たいていは一側のある指にき

まって起こることが多い。運  
動開始にあたってはウォーミ  
ングアップを十分に行い、ト  
レーニングシャツやズボンに  
ある程度身体が温まり、汗ば  
むほどになってから脱ぐよう  
に努め、また使用後の筋肉は  
急に冷やさないよう、クール  
ダウンもまた十分に（5〜10  
分間）行うようにしたほうが  
よい。一般的にいって筋肉は、  
運動前は温め、終了後は冷や  
すことが原則であるが、急激  
な冷却は避けるようにしなけ  
ればいけない。

《肉離れ（筋違い）》

肉離れとは、過労や乱用に  
よって筋肉や腱を傷めた状態  
（筋肉または筋膜の一部の断  
裂や損傷を意味する）で、具  
体的にはジャンプ時によくあ  
る大腿四頭筋、同一頭筋・  
腹筋、また重量物を持ち上げ  
ようとした時の上腕二頭筋・  
腰背筋（いわゆるギックリ腰）  
に見られる。上肢より下肢に  
多く、男性に多い。年令的に  
は中学生以上、ことに中年者  
に多いようである。

肉離れは、筋肉がウォーミ  
ングアップ不足の時に起こり  
やすく、また、普通は、事故  
を起こす一〜三日前から「痛  
い」というより「重い」とい  
う感じがしていることが多い。  
突如として激痛を覚え、運  
動機能を失い、ひどい場合に  
は倒れて起きあがれない状態  
となる。

（応急手当法）

肉離れに対する最善の初期  
手当では冷やすことである。  
冷たいタオルまたは氷のうを  
患部にあて、15〜20分は続け  
る。その間、肉離れの部位を  
高く保つようにすることが望  
ましい。

冷湿布をし、患部を伸縮包  
帯で強目に巻いて固定し、安  
静にする。大腿部や腰背部で  
は粘着テープで固定する方法  
がとられるほか、さらし木綿  
を巻いてもよい。ギックリ腰  
などでは、直後に無理して医  
療機関に行くよりは、一〜二  
日はじっと安静にしておいて、  
痛みが少し和らいでから行っ  
ても遅くはない。単なる筋肉  
痛と混同してむやみに貼薬を  
塗ったり、直後にマッサージ

をすることは禁物である。内  
出血を増大させ、悪化を招く  
だけのものである。

軽度の肉離れでは、温める  
と気持がよくなり、痛みもや  
わらぐことがあるが、温めず  
ぎると、以後、より悪くなる  
ことがあるので、医療機関に  
まかせたほうがよい。相当時  
間経過後は、温熱療法とスト  
レッチングで徐々に機能を回  
復させる。



昭和五十八年度秋季県総体  
男子バレーボール優勝

男子のバレーボールもよう  
やく川崎市の総合成績に貢献  
する事が出来た。ここ数年旭  
化成バレーボール部が推せん  
を受けて、川崎代表として参  
加したものの、その都度、二  
回戦止りと云う不成績であつ  
た。今年には男子が優勝し、女  
子との総合優勝旗を川崎に持  
ち帰る事が出来た。

大会は去る十月二日（日）快  
晴の県立藤沢コートで開催さ  
れた。対津久井郡との一回戦  
が始まるつとしていたが、何と  
我チームは試合をするにはま  
だ選手が一人不足している。  
本大会は当初九月二十五日が  
雨で順延となり、勤務の都合  
が悪くなった夜勤明けの部員  
がまだ到着しないのである。  
川崎代表で参加しながら棄権  
では顔が立たず、やきもきし  
ている間に現われたのが一ヶ  
月前の練習試合で肘の関節を  
骨折し応援に来た部員。まだ  
片手しか使えないなどと言っ  
ていられない。無理矢理ユニ  
ホームを着させようやく試合  
開始のホイッスル。夜勤明け

の部員が揃う頃には210で  
ほぼ勝利を手中にしていた。

二回戦の大和市との対戦も  
210で割と楽に駒を進めた。

二回戦を通過した事で気が緩  
んだのか、準々決勝の対藤沢

市戦、準決勝の対小田原市戦  
は集中力散漫から共に211

でようやく決勝へ。この頃  
になると快晴の屋外で、ベテラ

ンの多い我チーム今度は体力  
的にへばって来た。決勝戦の

対南足柄市との一セット目は  
11-21でみじめな試合展開、

二セット目は開き直っての一  
進一退のゲームでジュースに

持ち込む。こうなるに経験豊  
富なうちが有利、とうとう27

1-25でセットをものにす。  
こうなると三セット目は押し

まくって楽勝。コートに影が  
長くなる頃優勝旗を受領した。

この大会のヒーローは何と  
言っても骨折した部員であり、

又第一試合を待ってくれた津  
久井郡のチームと役員の方に

頭が下がる思いであった。



### 県総体卓球

#### 四連覇ならす

去る十月二日(日)、藤沢市

秩父宮記念体育館に於いて開  
催された秋季大会卓球競技は、

昨年三連覇を達成しており本  
年は四連覇達成を目標に臨ん

だ大会であったが、一回戦は  
強敵の鎌倉市と対戦五対二と

順調な出足、しかしながら二  
回戦対戦の横須賀市に三対四

と惜敗、残念ながら四連覇の  
夢も消え去る結果となり、今

更ながら連覇が如何に難かし  
いかを痛感した次第である。

当競技は前年の三十三回大  
会より、参加二十六都市の力量

平均化を計る為にチーム編成  
が改正され、二十九才以下男

子三名、三十才以上男子二名、  
女子二名計七名で二名減とな

り、女子選手の成績が勝敗を  
大きく左右する結果となる。今

回の敗因も女子二点の失点で  
あり、今後選手選考に当り一考の

要ありと反省している次第である。  
市予選会に女子の出場が少ないこ

と、如何にして市内在住の隠れた  
選手を掘り起すが課題であり

参加PRにも力を入れ、連覇  
の記録に挑戦していきたい。

### 十月十日

#### レクスポーツ大会

盛会裡に終了

川崎市教育委員会・同体育  
協会・同体育指導委員連絡協

議会・同レクリエーション連  
盟共催のスポーツ・レクリエ

ーションの集いは、前日迄雨  
に降られ心配されたが、当日

薄日をさすスポーツ日となっ  
た。午前九時中原等々力公園

・富士見公園・大師公園・体  
育館・石川記念武道館を中心

に次のような諸行事が行われた。  
等々力公園一帯

陸上競技場9:30 参加者  
市民マラソン大会 200名

サッカー場 親子サッカー教室 150名

親子ラグビー教室 120名

野球場 少年野球教室 552名

等々力フットシグングコーナ  
第七回チャリティ

庭球場 へら鮎釣大会 235名

軟式テニス教室 150名

健康と遊びの広場 親子日帰りキャンプ101名

川崎市みんなよう連合会参加  
の民踊「川崎音頭・福寿音

頭・大東京音頭・炭抗節」  
等が二百名出演の演技、引

続いて米倉先生のフォーク  
ダンス、岩本起代子先生指

導の大極拳が披露され、11  
時より川崎消防音楽隊によ

る演奏は拍手の中に終わった。  
緑地内広場

オリエンテeringの集い  
宮内中学校体育館

一日卓球教室 85名

住吉神社 歩け歩きの集い 150名



健康広場のフォークダンス

#### 大師公園一帯の催

野球場・庭球場で小中学生  
野球教室、初中級テニス教

室が開催された。 160名

#### 川崎市体育館

サーキットトレーニング  
川崎市石川記念武道館

柔剣道、合気道等教室75名

### テニスで

#### いい汗

十一月三日(文化の日)

第六回川崎市民祭り

テニス教室

富士見公園一帯で繰広げら  
れた川崎市民まつりの行事の

一環として、富士見テニスコ  
ートで、ファミリーテニス会場

でテニスでいい汗のスローガ  
ンの下に、参加者(老若三百

名余)軟式テニス140余  
名、硬式テニス130余名、

最年少六才まで、市教育委員  
会の要請により、市テニス協

会指導員十数名が朝九時から  
午後四時まで、初歩のテクニ

ックからゲームの方法までを  
たっぷり指導し、いい汗を流

しながら楽しい一日を過した。  
参加した人達は「この様な

チャンスが年に一二度では  
不足しているね」、といいな

がら次回のスクールを待ち遠  
しく散会した。



# 川崎市・リエカ市姉妹都市友好親善

## 「国際ユースサッカー大会開催される！」

昨年の演陽市との試合につづいて、今年はユーゴラビアの姉妹都市リエカ市のチームを招いて友好親善試合が行われました。

今回は大会名にもユースとあるように若い選手どうしの試合のため、川崎のチームの編成は、市内の高校生の中から優秀な選手を選抜して2チーム、それと市内の日本リーグチームの若手選手の選抜で社会人選抜をチーム編成し3試合が行われました。

あいにく、大型台風の接近と時期が重なってしまい、雨にたたられた大会となりましたが、グラウンドでは雨を忘れさせる素晴らしいゲームが展開されました。

なかでも、社会人選抜とのゲームは社会人選抜が先制点をあげ、リエカが後半猛反撃で逆点するという試合展開となり、お互いの技術と体力の限りを出した闘志あふれる好ゲームとなり、雨の中をつめかけた観衆の目を楽しませ

第一試合 (8月14日)	高校 A 0 1 1	3リエカ
第二試合 (8月16日)	社会人 1 1 0	3リエカ
第三試合 (8月17日)	高校 B 0 0 1 2	4リエカ



せてくれました。また、高校選抜の選手にとっても国際試合は初めての、そして貴重な体験であり、この体験が大きな誇りと自信になって今後のプレーに生かされるでしょう。

### ス ポ ー ツ 今 昔

## 創立記念第1回 駅伝マツダ(東芝堀川町) 栄冠に輝く

(浅野浩志)

区	間 (km)
第一区	川崎—新子安 7.0
第二区	新子安—日之出町 6.9
第三区	日之出—杉田駅前 7.7
第四区	杉田—金沢八景 7.1
第五区	金沢—田浦交番 5.1
第六区	田浦—市役所前 4.1

で成績は次の通りであった。

- 一位 マツダ 2・16・16
- 二位 横浜造船 2・17・42
- 三位 日本精工 2・18・13
- 四位 富士電機 2・19・16
- 五位 日産横浜 2・19・18

神奈川県実業団体体育連盟は発足記念大会として、昭和二十三年二月十一日(建国記念日)に三市縦断(川崎—横浜—横須賀)駅伝大会を、神奈川新聞社と共催で開催した。本大会は三市と神奈川県・神奈川県体育協会の後援の下に実施された。二月十一日は快晴に恵まれ一九チームの選手と数百名の応援団参加の下に九時三十分川崎市役所前に集合、久野実体連副会長と川崎神奈川新聞編集局長の挨拶、佐藤秀三郎審判長(県体育課長)の諸注意、マツダ木村選手の手選宣誓があつて十時一斉にスタートし、次の区間各事業場の榮譽を担い、37.9キロ走破しマツダ(現東芝堀川町)が第一回大会の栄冠をかち得た。

本市出場チームの順位は、七位日本鋼管・八位東芝柳町九位川崎水道・十六位東洋通信であつた。本大会は午後一時三十分より横須賀市議会議場において閉会式が浅野総務の司会で行われた。当日会長稲垣平太郎(商工大臣)より挨拶があつた。佐々木神奈川新聞社長より優勝楯、メダル等が授与された。引続き大田横須賀市長、横須賀地区米軍士官デッカー大佐の祝辞があり佐藤審判長より本大会を通じて準備すべき点、走行中の諸注意が述べられ午後二時閉会式は無事終了した。明年度の大会を明日より目指し練習を誓い散会した。(次号へ続く)



川崎市テニス協会理事長 畑沢兼一郎氏におかれましては、かねてより病氣療養中のところ薬石効なく八月十二日逝去されました。生前は、永年にわたりテニスの普及と協会発展のため多大の尽力をされその業績は衆人の認めるところであります。この度の逝去について、謹んで哀悼の意を表わし、お悔み申し上げます。

### 編 集 後 記

新年あけましておめでとうございます。川崎市体育協会広報誌「スポーツ川崎」も発刊以来、五年目をむかえることとなりました。過去、たくさんの方の企画が頭に浮びましたが、誌面に表現で出来ずに流れてしまったこともありましたが。広報委員一同まだまだ未熟ではありますが、どうぞ今後とも、読者のみなさまの暖かいご指導と応援を賜りたく存じます。

なお、十月の庁舎移転にともない事務局も市役所隣り安田生命ビル三階になりました。