

VOL.33 2021.6.10

Sports Shinjo

子どもから大人まですべての人が豊かなスポーツライフへ★



鳥海山をバックに、フットワーク練習中の新庄東高校バドミントン部のみなさん

令和3年度も新庄市体育協会をよろしくお願ひいたします

- ▶ あべじゅ〜体操 参加者インタビュー〜
- ▶ 特集 体育施設管理「新庄市テニスコート編」
- ▶ Sportsフォトコンテスト作品募集のお知らせ
- ▶ 利用申請についての注意事項
- ▶ 新庄市体育協会年間行事予定表
- ▶ お知らせ

一般財団法人新庄市体育協会

shintaikyo@estate.ocn.ne.jp

TEL 0233-22-0681

あべじゅ〜体操 参加者インタビュー〜



あべじゅ〜とは新庄弁で「行こうよ!」という意味です

あべじゅ〜体操・・・

健康でいきいきとした生活を送れるようにと高知市で考案された体操「いきいき百歳体操」と、さらに新庄市体育館では、ケガ防止やスポーツをするにあたってのパフォーマンスアップとして、軽い筋力トレーニングも取り入れます。

毎週 月・木
(祝祭日、大会を除く)
午前10:00～
新庄市体育館(ロビー)にて
参加費 無料
参加自由

大山 美枝子 さん

Q. 活動のきっかけは？

A. 平成30年福祉まつりで、健康チェックを受けたところ、結果はBMIだけが痩せすぎるとでました。係の方から先の為にも筋肉量に要注意とアドバイスがあり、それをきっかけにあべじゅ〜体操をしりました。

Q. 活動を続けられる理由・やりがいは？

A. 週2回少しの時間ですが、元気な仲間の皆さんに会い会話を楽しんでいます。続けて3ヶ月頃から、確かに足がしっかりしてきたのを感じました。

Q. 健康のために日々の生活の中で注意していることは？

A. 睡眠時間は、6時間を目標にして、目覚めたら、手足の軽いストレッチをします。以前頭痛があったので、予防のつぼ押しを毎日したところ、すっかり良くなったのでこれを続けています。

加藤 誠一 さん

Q. 活動のきっかけは？

A. 脳梗塞で2週間入院したことをきっかけに、後遺症は残らなかったものの、健康について考えるようになりました。

Q. 活動を続けられる理由・やりがいは？

A. 仲間と楽しく行えるのが長く続けられる秘訣だと思います。まだ、かわりはありませんが少しでも体調が良くなるように無理せずがんばります。

Q. 健康のために日々の生活の中で注意していることは？

A. 禁酒と散歩をし、なるべく体を動かすように意識して過ごしています。



マスクを着用し、間隔をとって体操をしています

特集

体育施設管理 VO.1 〜新庄市テニスコート編〜



Q: 砂入れ人工芝生の整備で気を付けていることは？

A: 人工芝生のテニスコートを安全かつ快適に使うためには、使用後にメンテナンスをするのが理想です。整備するうえで特に気を付けていることは、目砂を均一な状態に保つことです。目砂を入れることで、クッションの役割を果たし、運動する人の衝撃を和らげたり人工芝生を保護し長持ちさせます。コート整備の基本は「砂を集める」「砂を撒く」「ならす」です。定期的なトラクターを使用したメンテナンスではゴミを拾い上げたり、振動ブラシを使用し、人工芝の圧密をほぐす作業に気を使っています。プレーヤーの安全のためにも、コートの寿命を延ばすためにも、日々の管理を適正に行うことを心がけています。

- ◆利用期間 4月1日～10月31日
※コートのコンディションにより、オープン日が変更になります。
- ◆利用時間 5時～21時
※午前5時～午前8時30分までは市民球場(受付事務所)に職員がいますので早朝に利用を希望される方は前日に市民球場までお越しください。
- ◆施設概要 人工芝6面
- ◆料金
小学生…無料 中学生…無料
高校生…1面につき100円 一般…1面につき200円
照明設備…1面1時間につき510円





新庄 Sports フォトコンテスト

ドキドキワクワク感動する
写真作品を
大募集!

一般 Sports 部門  スポ少・部活 部門

テーマ 『新庄市のSports』

応募期間
6/21(月)～7/20(火)

コンセプト

新庄市のスポーツに関するすべてが対象となり、競技スポーツ、レクリエーションスポーツを問いません。自由な発想でスポーツを表現してください。

スポーツをする一瞬をとらえてみませんか？大事な試合、スポーツ大会、習い事、日々の健康づくりなどスポーツをする瞬間、観覧、応援している姿を写真におさめ、ぜひコンテストに参加して下さい。フォトコンテストを通じて市民の皆さまのスポーツ意欲向上につなげていただければ幸いです。新型コロナウイルス感染により多くの大会やイベントが中止になっており、スポーツ活動の制限がされています。今だからこそ熱いスポーツの写真でコロナを吹き飛ばしましょう!!

応募作品について

- ・撮影場所は最上郡内に限ります
- ・スポーツをしている人及び応援、観覧している人
- ・撮影日は問いません（過去の写真でも結構です）
- ・被写体の個人が特定できる場合は本人及び関係者の承諾を頂いて下さい
- ・応募作品の返却はいたしかねますので、あらかじめご了承下さい
- ・発表は入賞者に直接郵送または電話にてお知らせします
- ・スポ少・部活以外は一般部門になります

表彰について

- ・体育協会会長賞 1点
- ・写真連盟会長賞 1点
- ・一般Sports部門優秀賞 1点
- ・スポ少・部活部門優秀賞 1点
- ・新庄Sportsフォト賞 3点

※8月2日から新庄市体育館にて作品を展示します。選考結果の発表は、作品の展示をもってかえさせていただきます。

応募方法

- ・誰でも応募可能です
- ・応募者本人が撮影したもの（著作権を有するもの）
- ・お一人様3点以内まで応募できます
- ・プリントして応募ください
- ・応募サイズはA4サイズ
- ・応募用紙に必要事項を記入して持参または郵送してください（応募用紙⇒新庄市体育協会HPよりダウンロード・コピー可）

応募作品の著作権・使用権

- ・応募作品の著作権は撮影者に帰属します
- ・主催者及び共催者は、応募作品を印刷物WEBコンテンツなどに無償で使用する権利（画題、作者の明示、トリミングの有無）を有します

その他の注意事項

- ・応募作品の印刷費、郵送料など応募に係る経費は応募者の負担となります
- ・個人情報が入賞・通知・賞品の送付などに必要な範囲で使用させていただきます。入賞以外の個人情報は審査終了後、責任をもって破棄いたします

主催：（一財）新庄市体育協会
共催：新庄市写真連盟
後援：新庄市・新庄市教育委員会

【お申込み・問合せ先】 一般財団法人新庄市体育協会
【住所】〒996-0002 新庄市金沢3072-2 新庄市体育館内
【TEL】22-0681 【FAX】22-0691
【E-mail】shintaiky@estate.ocn.ne.jp 【体協HP】https://shinjo-taikyo.com



◆利用申請についての注意事項◆

- ・申請受付は、利用日の6ヶ月前から3日前までです。
- ・キャンセルや変更については利用日の3日前までに連絡がなかった場合、利用料をいただきます。
- ・電話などでの仮予約は、仮予約後5日以内に申請の手続きがない場合、自動的に取り消しになります。
- ・施設利用について個別に注意事項があります。受付窓口にて、申請時にご確認ください。

施設名	使用申請受付窓口	
・体育館・武道館・市民プール	体育館窓口：新庄市金沢3072-2 新庄市体育館内	☎22-0681
・野球場・市テニスコート ・福田運動広場・福田テニスコート ・陸上競技場・横根山運動広場	野球場窓口：新庄市金沢1398-3 市民球場内	☎23-7666
・すぽーていあ	すぽーていあ窓口：新庄市金沢1147最上中央公園内	☎23-1000

新庄市体育協会年間予定表

新庄市体育協会では
1年間を通して様々な
イベントを企画しています。

7～10月 青空ヨガ

8月 からだづくり競技力向上セミナー

8～10月 トランポピクス講座

10月 サッカーフェスティバル
タグラグビー講習会

11月 エアバレーGAME in 新庄
レベルアップ野球教室
フラワーアート講習会

2月 北都銀行バドミントップアスリートセナ
マジカルスノーランド

《通 年》

あべじゅ〜体操

いきいき、かみかみ100歳体操を毎週月・木に行っています！

健康ウォーキング

ウォーキング日誌をつけながら自分のペースで健康になりましょう！

こども・はばたぎ事業

日新小と新庄小3・4年生を対象としたACP(アクティブチャイルド)を行っています！

※ACPとは・・・？

子ども達が楽しみながら積極的にからだを動かすことを目的としたプログラム

新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、イベント開催を変更や中止とさせていただく場合があります。

～お知らせ～

4月29日に予定していた新庄市スポーツ少年団結団式は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止になりました。なお、スポ少各単位団体の今年度の決意表明を動画にて、体育協会HP等で配信いたしますのでご覧ください。(配信動画の一部を載せております)



新庄市体育協会ホームページ・FBご活用ください!!

施設の空き状況・大会日程のお知らせ・体育協会主催行事など随時更新中！

▼ホームページはこちら▼

<https://www.shinjo-taikyo.com/>



▼フェイスブックはこちら▼

<https://www.facebook.com/shintaikyo/>

