



# ダッシュ

NPO法人目黒体育協会会報 発行編集/NPO法人目黒体育協会  
発行日/平成27年2月28日

## 『平成27年度への抱負』

### 『平成27年度への抱負』

NPO法人目黒体育協会

会長 藤岡 直彦



会長就任以来、目黒区スポーツ振興課をはじめ、各加盟団体、体協役員理事、事務局の皆様の協力を頂き一年を迎えようとしています。

この平成27年度が、5年後の東京オリンピック・パラリンピック開催に、体協としてどのように関わっていくかの、最初の一步と考えております。既に三部会（総務部・事業部・広報部）には、意見を4月までに発表していただくことになっております。

その中で平成28年度に、区民の健康増進と東京オリンピックの機運を醸成するために目黒区が実施する『公道マラソン大会』を、体協として一致団結し、全力を挙げ大会を成功させたいと考えております。ここでの協力体制を構築することが、オリンピックに関わっていくことへの第一条件と考えます。

一方、先日行われたジュニア育成事業の一環である運動適性テストを見て廻り、「愕然」としたことがあります。その中の一割程度の子供が「腕立て伏せ」「腹筋運動」がまったく出来ないことでした。将来の目体協を担うであろうジュニアの体力向上を目指すことも、体協の役割と考えます。

また、毎年行われる都民大会に於いて、上位入

賞を目指すことも課題です。

その他体協事業として、昨年出来なかった東日本震災復興支援スポーツ交流事業を、今年こそは実現させたいと思っています。

更に12月には、スポーツ推進委員と協働で、住区対抗「綱引き大会」を開催いたします。区民の体力向上、地域コミュニティの活性化に役立てたいと考えています。

結びに、会長就任の挨拶で「女子部設立」を掲げました。平成27年度中に立ち上げ、体協に新風を吹き込んで欲しいと願っています。

今年もより一層のご指導とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

### 『平成27年度に向けて』

目黒区長 青木 英二



体育協会の皆様には、日ごろから、スポーツを通して、区民の健康づくりや青少年の健全育成、目黒区体育祭をはじめ各種スポーツ行事への協力、さらに、指定管理者として中央体育館や砧球技場の管理運営など、目黒区のスポーツ振興の中心的役割を担っていただいております。皆様方のスポーツ振興への熱意とたゆまぬ努力に深く敬意を表し、感謝を申し上げます。

皆様もご承知のとおり、2020年には東京でオリンピック・パラリンピックが開催されます。このビッグイベントは、多くの方に感動を与える



とともに、未来を担う子どもたちに大きな夢と希望をもたらすものになるでしょう。また、国内だけでなく、世界中から一流のアスリートや多くの観戦者が東京を訪れます。スポーツだけでなく、観光名所や人気イベントなど、積極的な情報発信を行い、目黒区の魅力を最大限にアピールしていきたいと思えます。



平成27年度には東京オリンピック・パラリンピック開催に向けた気運醸成を進めながら、関係する団体等と連携し、公道マラソン実施に向けた検討を含めて、スポーツを通じた生涯にわたる心身の健康の保持増進を図ってまいります。加えて東日本大震災復興支援事業を進め、人の絆を深めてまいります。

体育協会の皆様には、ご自身の健康にも十分にご留意いただきながら、引き続き、ご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

### 『教育委員会の抱負』

目黒区教育委員会

教育長 尾崎 富雄



NPO法人目黒体育協会の皆様には、目黒区体育祭や中学生「東京駅伝」大会等、日ごろから目黒区の子どもたちのスポーツ振興に多大なるご尽力をいただき、心から感謝申し上げます。

目黒区教育委員会といたしましては、これからの社会をたくましく生きる上で、健やかな心身の育成を図ることは極めて重要であると捉え、体力

向上や健康増進に向けた取組を推進しています。健康教育につきましては、児童・生徒が生涯にわたって健康・安全で活力ある生活が営むことができるように、全ての小・中学校において発達段階に応じて体育・保健体育の授業の充実を図っています。また、学校で日常的に体を動かす意欲や体力に対する関心を高めるとともに、バランス運動やリズム運動などの体づくり運動や中学校の武道などの指導方法の工夫・改善を行い、児童・生徒の体力や競技力の向上に努めています。



2020年東京オリンピック・パラリンピック開催に向けて様々な取組が進められているところですが、区教育委員会といたしましても、大会の成功に向けて東京都教育委員会と連携を図りながら取組を進めてまいりますので、皆様のお力添えをよろしくお願いいたします。

結びに、目黒体育協会の益々のご発展と皆様のご健康を祈念致しまして、ご挨拶とさせていただきます。

### 『平成27年度の取り組み』

目黒区文化・スポーツ部

部長 上田 広美



目黒体育協会の皆様には、日ごろから目黒区のスポーツ振興に多大なるご協力をいただき、心から感謝を申し上げます。

平成26年度までの緊急的な財政対策につきま

しては、協会の皆様にご理解・ご協力をいただき、誠にありがとうございます。協会の皆様の信頼を基に、スポーツ振興にはこれまで以上に力を注いでまいります。

さて、東京オリンピック・パラリンピックまであと5年となりました。平成27年度は東京オリンピック・パラリンピック大会開催を目指した事業を展開してまいります。

特に、協会の皆様のご協力をいただきながら公道を使ったマラソン大会の検討を進めてまいります。また、スポーツ基本法に基づく、初めてのスポーツ推進計画を策定いたします。

さらには、長年の懸案であります。さらには、長年の懸案であります。さらには、長年の懸案であります。さらには、長年の懸案であります。



5年後の東京オリンピック・パラリンピック大会には、ぜひ目黒区から選手を輩出したいと存じます。今後とも、スポーツを通じたふれあいと活力のあるまちを目指して、体育協会の皆様とともに様々な取組を進めてまいります。平成27年度もよろしくお願いいたします。

### 『中央体育館は元氣工房』

目黒区立中央体育館

館長 藤平 正信



平成27年4月に、目黒体育協会は中央体育館指定管理者として8年目を迎えることとなります。昨年4月より、「中央体育館は元氣工房」と題し、

ご利用の皆様「元気・健康づくり」をお手伝いしていくことを目標に取り組んで参りました。幼児から高齢者まで、どなたでも参加できるプログラムを用意して参加をお待ちしております。是非、スポーツ・レクリエーション活動に親しんでいただき、元気で健康な生活を維持できる習慣を築いていただきたいと思います。

また、今後の中央体育館の事業展開にあたっては、目黒体育協会が指定管理者であるという特色ある事業を実施していく必要があると考えております。



そのためには、目黒体育協会本部とよく連携をとり、加盟各団体の皆様と話し合いの場を持つてご意見・ご要望をお聞きしながら、事業計画への反映を試みたいと思います。

中央体育館事業に関しまして、これまでと変わらないご指導、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

### 『利用者にも愛される体育館に』

目黒区立区民センター体育館

館長 吉田 覚



おかげさまで平成20年4月から指定管理者制度による目黒区民センター体育館の運営管理に携わり、8年目を迎えます。実感からするとあつという間に7年間が過ぎたと感じられます。

初年度は何も分からない手探り状態からスター

トしましたが、目黒区スポーツ振興課をはじめNPO法人目黒体育協会、目黒区スポーツ推進委員協議会（当時は目黒区体育指導委員協議会）の皆様方には本当にお世話になりました。無事に運営してこられたのも皆様方のご協力があればこそと改めて感謝しております。特に目黒体育協会には一般公開や教室事業への指導者の派遣や大会運営などで多大なご支援をいただいております。引き続きご協力とご指導をよろしくお願いいたします。さて平成27年度の抱負について述べさせていただきます。年頭の訓話で「利用者にも愛される日本NO1の施設になる」という方針のもと、初心に戻り基本を徹底することをスタッフ全員に指示しました。具体的にはまず気持ちのよい挨拶をすること。次に三現主義の徹底ということです。現場・現物・現実に立ち返り、利用者にも喜ばれる業務改善を図っていきます。そして利用者のどんなに小さな声にも即対応していくことです。

平成27年度はこのような

目標を持ち、施設運営に努

力してまいりますので、

ご指導・ご鞭撻のほど

よろしくお願いいたします。



### 『総合型地域スポーツクラブとして』

目黒区立碑文谷体育館 館長

長谷川 佳文



目黒体育協会関係各位の方々におかれましては、

益々のご活躍心よりお慶び申し上げます。また、日頃より目黒区立碑文谷体育館及びNPO法人スポルテ目黒の事業等へのご理解とご協力をいただき厚く御礼申し上げます。

お陰様をもちましてNPO法人スポルテ目黒も昨年10周年を迎えることができました。指定管理部門での碑文谷体育館管理運営におきましても皆さまに携わっていただいている一般公開事業の参加者、平成22年度年間12,468名であったものが、平成26年度途中1月末15,694名を数えており、広く区民の皆様にもご利用いただけるようになりました。

施設の関係上、トレーニングジムのない目黒区唯一の体育施設であり、決して派手なイメージではございませんが、碑文谷は碑文谷の良さがあり、職員はそれを誇りに業務にあたらせていただいております。



私どもは区立体育館運営管理者として、また総合型地域スポーツクラブとして皆さまのご協力をいただきながら、区民の方々・クラブ会員の方々が、体力面はもとより精神面でも健康的な生活を送っていただけるよう「サポート」をさせていただきます。

平成27年度も「ホスピタリティー」の気持ちを忘れずに、ご利用者をお迎えして参ります。

今後ともご指導ご鞭撻の程、よろしくお願いいたします。

## 『27年度も地域と一体』

目黒区立駒場体育館

館長 久寶 利清



平成20年度からスタートした目黒区立体育施設指定管理者制度に、私は初年度からこの駒場体育館で運営に携わってまいりました。

指定管理者制度は民間での施設運営ではありませんが、私は基本的な考えとして常に地域体育館の運営者であることを念頭に置いてきました。それは「常に公平で公正であること」、「広い世代の区民に利用して頂くこと」、そして「体育館に来たことで健康づくりや運動するきっかけ作りになれる施設にしていくこと」です。

当初駒場体育館で実施していた一般公開や教室・講習会等の事業は89事業でしたが、この平成27年度では142

事業を年間に実施していく予定です。



事業の増加は7年間指定管理者として運営をしてきた中で、少しずつ利用者から頂いた意見や要望を形にしてきたものです。そしてそれを実施可能としてきたのは行政をはじめ、各目黒区体育協会加盟団体、スポーツ推進委員等、地域で活躍されます指導者方にご協力頂いた結果でもありません。指定管理者として私は、「地域が一体として体育館を形作っている繋ぎ役であるものだ」と考え、これからも良い施設づくりに努めたいと考えています。

## 『全区民がスポーツを！』

目黒区立八雲体育館

館長 恩田 康弘



2020年東京オリンピック・パラリンピックが近づき、目黒区においてもスポーツ熱に高まりを感じ、大変うれしく思っております。

私たちは八雲体育館の指定管理者として、みなさまのご支援・ご協力により、さまざまな事業や安全・安心な施設の運営に注力してまいりました。これからも地域のみなさまとともに、区民スポーツの振興の一助となれるよう努めてまいります。

区民のための施設は、さまざまな区民のニーズ、地域におけるスポーツの課題を解決することが使命です。しかし、まだまだ、スポーツを実践する人は少なく、「スポーツやカラダを動かすことが大切なことは理解しているけれど・・・」といった方が多いと思われまます。また、年代・性別・スポーツ歴等によっても体育館に対して求めるものは変わってきます。

このような背景を踏まえ、「スポーツを好きな人が今以上に楽しめる環境」「スポーツから遠ざかっている、やったことがない人も無理なく実践できる機会」を提供することにより、区民の皆様がスポーツを習慣化し、健康で活力に溢れた人生を手に入れるお手伝いができればと思っております。

目黒区・関係団体・各体育施設からご指導・ご支援を賜り、今後とも邁進し続ける所存です。どうぞ、よろしくお願い申し上げます。

## 『平成27年度抱負』

目黒区立砧野球場・サッカー場

場長 村山 嘉一



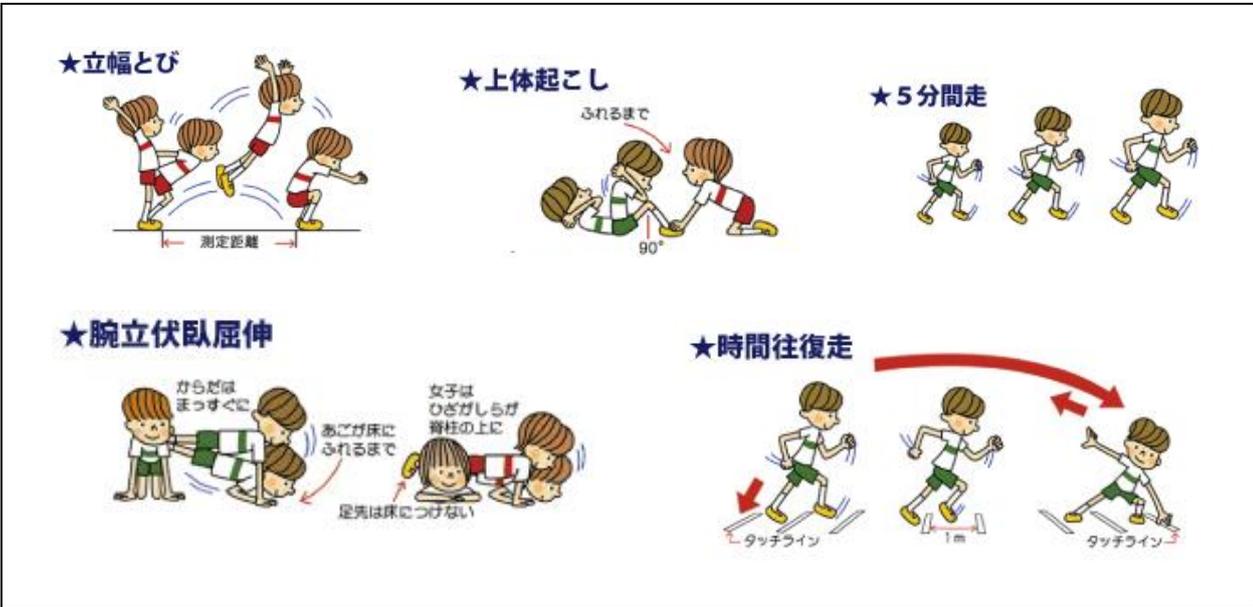
平成20年、目黒区で指定管理制度が始まった当初より、当施設の管理運営に携わって参りました。業務の一つにグラウンド整備があります。利用者の方々により良いグラウンド環境で御利用いただけるようグラウンドの整備に力を注いで参りました。当施設は多摩川河川敷にある屋外のグラウンド施設である為、グラウンドコンディションが天候により左右されます。また季節により様々な顔を見せます。その為、グラウンド整備は自然との闘いです。風の強い日は土埃が大量に舞い、散水に追われたかと思えば雨の後は水たまりや、ぬかぬかみができ、それらの対処におわれまます。

また、春から秋にかけては芝の刈込も毎週行わなければなりません。冬場は霜が降りそれが解け出すとグラウンドがぬかるみ、その状態では利用できません。砂を散布したりし一刻も早く利用できるようにします。このように季節、グラウンドの状態により様々な整備が必要です。

日々試行錯誤しながらグラウンド整備を行った結果、利用者の方々からは、雨天後など他のグラウンドは利用中止のときにも砧は利用できるとの声など、良い評価を頂きました。

その事を忘れず他の業務も含め、今後より一層の努力をし、創意工夫を重ねて参ります。





平成27年1月18日（日曜日）に、中央体育館競技場でジュニア育成事業の「運動適性テスト」が行われました。

朝早くから、子ども達と大人を合わせ120名を超える区民の参加を頂きました。

実施種目は、立ち幅とび、上体起こし、腕立て伏せ、時間往復走、5分間走の5種目です。それぞれの種目ごとに判定を行うとともに、5種目全てを実施し、その総合判定を行いました。

スポーツ推進委員協議会では恒例行事として、今回も14名体制でテスターとして事業運営に協力することが出来ました。また、参加頂いた区民の方の頑張りもあり最終的に1級の方が4名、昨年より体力が向上している人が大半で嬉しく感じました。



「準備をして下さっている  
スポーツ推進委員の方々」

今後も目黒区民に親しみを感じて頂けるような活動を続けていきたいと思っています。



スポーツ推進委員 事業部 桂 富実

★ 私は今日の体力テストでいい結果が出せませんでした。来年も挑戦し、より良い結果が出せるように体を動かすことを大切にしていきたいです。

今回は、数字の級になれるように努力することを大切にしたいです。

ジュニア新体操 久保田 真衣（五年生）

★ 体力テストの立ち幅跳びで190cm跳べたのがうれしかったです。

あと、時間往復走で29mだったのがもつとよくした方がいいと思いました。

ジュニア新体操 宮本アロハ（三年生）

★ 体力テストに参加するのは今回が2回目です。前回はお父さんと参加しました。今回はいいことお母さんと参加しました。

テストの内容は前回と同じだったので、すぐに出来ました。上体起こしでは前回は5、6回だったけど今回は12回出来たのでうれしかったです。立ち幅跳びでは前回はいい結果が出せなかったけど、今回はいい結果が出せたと思いました。

腕立伏臥屈伸では、お父さんと来た時は2回か5回ぐらいしか出来なかったけど今回は9回出来たのでうれしかったです。時間往復走は40mと39m出来ました。（立ち幅跳びは）もう少しジャンプ



「テスターの説明を受ける参加者」

の力があつたらいい結果が出ると思います。

最後は5分間走です。

5分間走では9周できたので、うれしかったです。

前回も8周でした。

またお母さんと、今

度は弟とも参加をして

いい結果を取ってみたいです。思い出の一つです。



「立ち幅跳び

思い切り ジャンプ！」

ジュニア新体操 神林 姫佳

★初めてスポーツテストのことを知ったのは

納会の時です。たくみくんが一級をとってかっ

こよかったのでぼくもがんばろうと思いました。

はじめはきつそうだなあと思っていました。け

れど10点10点9点8点

7点計44点で一級をク

リアーできました。

一番うれしかったこと

はうでたてで「一番きれ

いだね」といわれたこと

です。来年もまた一級が

取れるようにがんばります。

自由が丘ドジャース 小川 隼生

★僕は1月18日の運動適性テストに参加し、毎

日の体力づくりが大切だということを学んだ。

去年の春中学生になり、部活動で水泳をしてい

る。夏休みにはつらい練習を何とか乗り越え、9

月には大会に出ることができた。そして、シーズ

ンが終わってプールに入ることができなくなり、

部活動はランや、筋トレなどの陸で行うものにな

ってしまつて、週2回しか運動する時間がなくな

った。すると、みるみるうちに体力がおちてしま

い、1月11日の目黒区水

泳連盟の新春初泳ぎ記録

会で水泳の記録を計つて

みると、シーズンでは考

えられないようなタイム

になつてしまった。もち

ろん体力テストもよい結

果がでなかった。

どんなに頑張つて体力をつけても、毎日続けな

ければ体力が落ちてしまうことが、身にしてみ分

かった。だから、夏や次の体力テストに向けて、

日々筋トレやランなどの体力づくりの努力をして

いきたい。

桜修館中等教育学校 一年 水泳部

★私は3歳の時から水泳をやつていて、中学で

も水泳部に入部しました。基本的に夏はほぼ毎日

泳ぎ、冬は陸上トレニングなどをしています。

夏も冬も常に練習はそれなりにきついです。けれ

ど、先輩や同期と励ましあつて一生懸命頑張つて

います。

今回の体力テストでは、あまり良い結果が出ま

せんでした。特に、腕立伏臥屈伸の成績は最悪で

した。他の記録が良くても、一つでもとても悪い

ものがあると良い成績が出ないのです。少し厳し

い気もしますが、そのおかげで自分の苦手なもの



「腕立伏臥屈伸

何回できるかな？」

が一瞬で分かります。人もたくさんいるし、時間

もかからないし、何より楽しいです。単純な体力

テストなので気軽に参加でき、とても良いと思

ます。

今回あまり良い成績ではなかったのが悔しいで

すが、参加して良かったと思つています。もつと

鍛えて、次はもつと上のレベルを目指したいと思

つています。

桜修館中等教育学校 一年 水泳部

★今回の体力テストは、自分の日頃のトレニ

ングを見直す、いいきっかけとなった。

私は、現在学校の部活動で水泳部に所属してい

る。プールを使うことができない冬場は、腹筋運

動、腕立て伏せ、持久走などを中心にトレニン

グをしている。そのため、今回の体力テストには、

それなりの自信があつた。

しかし、実際にテストを受けた結果、腕立伏臥

屈伸や5分間走などは、普段トレニングをして

いるだけあり高い得点を

もらえたが、初めて行つ

た時間往復走等は、あま

りできが良くなく、思う

ような結果がでなかった。

つまり、自分のトレニ

ングには偏りがあると

いうことが分かった。体

力テストで、自分の欠点を見つけることができた

のだ。また、このテストには世代を問わず、多く



「タッチ！ タッチ！

タッチラインを往復します」

の人が参加していた。他の世代の人と、自分の実  
力が比較でき、その意味でもいい機会となった。

桜修館中等教育学校 二年 水泳部

★私と夫、子らの計5人で、アスリート&その  
卵達の参加する(と思われる)体力テストに参加  
しました。私に関しては、馬車馬の様に働いてい  
る以外は運動に取り組んでいない為、どんなもの  
かと心配しましたが、体協の皆さんの「奥さん頑  
張れ！」の励ましの言葉に、そして同年代の互い  
を同う視線に促され、5種目に全力で挑戦です。  
子どもらも、負けじと普段やらない形の測定を体  
験し、「腕が弱いね」とか「ジャンプどうしたらで  
きる？」などと話たりして、運動と自分の体の事  
を色々考えさせられた様でした。最後に5分間走  
をするのですが、自信の無い私は「夫に絶対ぬか  
される」と怯えながら走っ  
た所、何と抜かされること  
なく走り切るが出来ました。  
そして振り返ると「ゼエゼ  
エ」言って走り終えた夫が、  
悔しそうに私を睨んでおり  
ました。



「頑張れ 5分間走 !!」

体力テストは自分の体力年齢を知る良いチャン  
スです。チームは勿論、ご夫婦で、ご家族では非  
皆様ご参加下さい。家に帰ってからつい屈伸など  
してしまいますから。

アーチェリー協会 鈴木 奈津子

★ 昨年に続き今年も《運動適性テスト》に参加

しました。昨年の全身筋肉痛の洗礼が頭をよぎり  
怖気づいていたものの、次第に燃えてきます。50  
代最後の昨年と還暦を迎えた今年、自分の体力の  
劣化を確かめたい思いもあります。

『時間往復走』など、隣の小学生の軽いフット  
ワークに刺激され、年甲斐もなくついやり過ぎて  
しまいます。

最後の『5分間走』は関門です。小学生がすご  
い勢いで追い抜いていきま  
すが、もう追いかけるスタ  
ミナも気力も当然ありませ  
ん。ヨレヨレ状態で5分間  
が終了した時はもう、息も  
絶え絶え、精も根も尽き果  
てています。



「去年より級が上がったかな？」

それでも総合判定では昨  
年同様1級を頂きました。合計点は昨年に比べ4  
ポイントアップです。(チョツと自慢気)  
普段の体のケアや鍛錬の成果、不摂生の結果な  
ど、自分の体力の今を確認してみる意味でもこの  
ようなイベントに参加するのは面白いものです。  
お勧めです。親子で楽しみながら参加というのも  
なお良いですね。ただ、やっぱり全身の筋肉痛!  
二日後の今がピークであることは言うまでもあり  
ませんが。(笑)

弓道連盟 鈴木 國雄



## 平成27年 NPO 法人目黒体育協会 新年会 報告

総務部長 大塚 雅信

立春が過ぎても、まだまだ冷え込みの続く中、  
2月14日(土)午後6時から、アフィーテ目黒に  
於いて、NPO 法人目黒体育協会の新年会が、目黒  
区長はじめ、多くの来賓の方々の出席の下、盛大に  
開催されました。

谷川事業部長の司会で進められ、和栗副会長の開  
会のことばで始まり、藤岡  
会長からは、平成28年11  
月に、公道を使用しての目黒  
マラソンが行われること、



藤岡会長の挨拶

来賓の挨拶では、2020年の東京オリンピック・  
パラリンピック開催に、目黒区として大会の成  
功に向けて取り組む話がありました。



尾崎目黒区教育長の音頭により、  
乾杯が行われ歓談に入り、料理と  
美酒に酔いしれ、アトラクションで和やかに盛  
り上がりました。

最後に堀内副会長の  
閉会の辞・三本締めで  
終了となりました。



最後は三本締めで

## NPO 法人目黒体育協会 賛助会員 募集

目黒体育協会では社会体育事業を通し、区民の皆様のご健康づくりと青少年の健全育成、また競技力向上等の事業推進のため、広く区民の皆様にご理解をいただき、賛助会員となっただきますようお願い致しております。ご賛同いただける方は、下記事務局までご連絡下さい。

### 《賛助会員年会費》

- 個人会員 一口 1,000 円
- 法人(団体)会員 一口 10,000 円

◇問合せ：目黒体育協会事務局

TEL : 03(5722) 8088 FAX : 03(5734) 1032



★賛助会員ご芳名  
〔個人〕赤城 ゆたか

塚越 美智子

(以上剣道連盟)

(敬称略 受付順)

(12月末現在)

★賛助会費の御礼  
平素から弊協会の運営にご理解ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。12月以降、新たに左記の方々にご加入頂きました。誠にありがとうございます。  
この貴重な財源を、青少年から高齢者の方々まで広く区民のスポーツ振興及び健康増進に活用させていただきます。  
今後とも変わらぬご支援、ご協力の程お願い申し上げます。

## 「みんなでつくろう体育協会 生きがいと健康の輪」

—— NPO 法人目黒体育協会 スローガン ——

目黒体育協会が専門の指導員を派遣しています

# 『スポーツ指導員』を派遣します。

- 派遣費用：指導員1名につき1時間2,000円
- 交通費：目黒線西小山駅を起点に会場までの往復交通費の実費  
※派遣先は区内外を問いません。



詳しくはNPO法人目黒体育協会まで  
TEL : 03-5722-8088  
【受付時間：平日9:00～17:00】

- ★ チームを強くしたい団体に
- ★ 技術の基本を習得したい人に
- ★ 学校での部活指導に
- ★ サークルでの団体指導に
- ★ 個人指導に

お気軽にお問合せください。

### ■ 派遣可能種目 ■

柔道・弓道・なぎなた・剣道・合気道・音楽体操・  
トリム体操・ライフル射撃・ミニバレー・バドミントン・  
テニス・ソフトテニス・ソフトボール・ティーボール・  
相撲・釣魚・卓球・軟式野球・グラウンドゴルフ など

**ご希望の種目・競技についてはご相談ください。**