特定非営利活動法人 多賀城市民スポーツクラブ広報誌

れっつたがすぽ

Let's TAGA-SPO Vol.47 2018.12.winter

第17回多賀城さざんか駅伝大会 平成30年10月21日(日)
うしちゃん多賀城緑地公園東地区にて開催(結果は3頁に掲載)

9月2日(日)多賀城公園野球場がリニューアルオープンしました。

記念式典では菊地市長や少年野球チームの代表によるモニュメントの除幕式に続き、社会人野球チームの宮城第一信用金庫と杜の都信用金庫による招待試合が行われました。

利用に関するお問い合わせは多賀城市民スポーツクラブまでお願いします。

多賀城市市民テニスコートの人工芝張替え中

多賀城市市民テニスコートでは、10月から人工芝の全面張替を行っています。各コート順番に工事を行っているため、利用の制限はありますが、張替の終わったコートは利用できます。
ご利用お待ちしています。

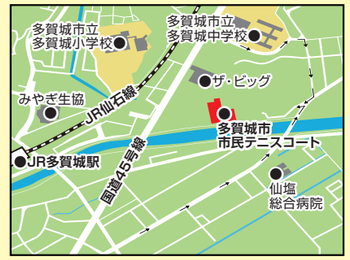
今後予定をしている事業

事業名	実施日	対象者
スポーツ活動研修会(テーマ:テーピング実習講座)	平成30年　12月6日(木) 18:30~20:30	市民
10,000人寒稽古	平成31年　1月12日(土)	武道愛好者
第15回多賀城ライオンズクラブ杯フットサル大会	平成31年　2月2日(土)・3日(日)	市民
キッズテニス教室	平成31年　キッズコース／3月11日(月)・12日(火)・13日(水) 15:00~16:00　予備日14日(木) ジュニアコース／3月18日(月)・19日(火)・20日(水) 16:00~17:00　予備日22日(金)	未就学児~小学生
小学生短期水泳教室	平成31年　3月28日(木)・29日(金)・30日(土) 16:00~17:00	小学生

総合体育館

市民プール

市民テニスコート



申　込・問い合わせ先

特定非営利活動法人 多賀城市民スポーツクラブ事務局

多賀城市総合体育館　／多賀城市下馬5-9-3　TEL 022-365-1918
多賀城市市民プール　／多賀城市伝上山2-6-6　TEL 022-365-3232
多賀城市市民テニスコート　／多賀城市鶴ヶ谷1-6-1　TEL 022-364-1971

☆各種お問い合わせはこちら → e-mail／info@tagajo-sc.jp

特定非営利活動法人多賀城市民スポーツクラブでは、多賀城市内のスポーツ施設の管理・運営を行っています。

発　行：特定非営利活動法人　多賀城市民スポーツクラブ
発行日：平成30年12月1日

FSC ミックス 責任ある木質資源を使用した紙 FSC® C106175 www.fsc.org
Waterless Printing. Naturally.
VEGETABLE OIL INK

トレーニングジムを利用している木村時さんにお話を伺いました。

−木村さんはいつ頃からこちらのジムを利用されていますか。

平成14年の後半くらいからです、その前は亘理にある知人のジムに1年くらい行っていましたが、遠くて通うのが大変なので多賀城の体育館に来るようになりました。

−トレーニングを始めようと思ったきっかけは、どのようなことだったのでしょうか。

ゴルフをやっているのですが、体力をつけるために始めました。お陰様で好きなゴルフも楽しくできています。

私は車の免許を持っていないので、運転はいつも主人なんです。トレーニングジムや打ちっぱなしに行くのも一緒で、夫婦で体力をつけて健康管理をしています。

−木村さんはお肌に張りがあってとても綺麗ですが、何か秘訣などありましたら教えていただいてもよろしいでしょうか。

特別なことはやっていませんが、夕食後にコラーゲンをヨーグルトに混ぜて食べています。また、テレビの健康番組を見ながら主人がメモを取って参考にすることもあります、黒にんにくを作って食べたりもしています。

−ほかに気をつけられていることはありますか。

寝る前は嫌なことや辛いことは考えず、楽しいことを考えて寝るようにしています。例えば、以前飼っていたペットとの楽しかった事などを思い出したりして笑顔で眠るようにしています。そのせいか肩こりや寝不足も一切なくなりました。また、認知症対策に良いからと娘からぬり絵をもらいやっています。その前はナンプレやお手玉作り、折り紙などをしていたこともあるんですよ。

−最後にスポーツクラブに対してのご意見などありましたらお願いします。

私は話をするのが好きなので、体育館に来て他の利用者の方々とお話をするのもとても楽しみです。また、多賀城体育館が休館日の時に他のスポーツジムにも行ってみましたが、トレーニング機器の大きさが自分に合わず、私はここが使いやすいです。これからもお世話になります。

−この日もインタビューが終わると、ジムでランニングマシーンや懸垂などをこなしていました。笑顔が絶えない80歳の木村さん、素敵なお話をありがとうございました。木村さんからは年齢は出さないでと言われましたが、隣にいたご主人が公開して大丈夫とのことでしたので、書かせていただきました。(笑)

第17回多賀城さざんか駅伝大会（10月21日㊐）

子どもから大人までの289名の方々にご参加いただきました。

ミニマラソンの部

小学1〜3年生・男子（29名参加）

1位／	蓑輪 天	5分55秒77
2位／	鈴木 大登	6分03秒31
3位／	佐々木 翔	6分03秒72

小学1〜3年生・女子（18名参加）

1位／	齋藤 琉地果	6分27秒43
2位／	今野 琴葉	6分38秒61
3位／	毛利 麻央	6分38秒99

小学4〜6年生・男子（34名参加）

1位／	鈴木 奏楽	9分11秒02
2位／	西田 煌貴	9分22秒31
3位／	鈴木 陸斗	9分22秒62

小学4〜6年生・女子（11名参加）

1位／	佐藤 絢音	9分15秒77
2位／	太宰 友花	10分26秒39
3位／	白石 彩夏	10分51秒68

中学生男子（15名参加）

1位／	江田 翔大	16分35秒58
2位／	岸川 哲輝	19分23秒10
3位／	佐藤 友哉	19分23秒35

中学生女子（1名参加）

1位／	岩間 百香	22分32秒56

高校生以上男子（12名参加）

1位／	山田 峻一	14分47秒87
2位／	鈴木 佳太	15分48秒69
3位／	渡辺 清隆	18分35秒37

高校生以上女子（1名参加）

1位／	髙橋 久美	21分06秒

駅伝の部

小学1〜3年生男女（3チーム・15名参加）

1位／	東小チーム	20分18秒66
2位／	鶴ケ谷サッカースポーツ少年団	20分30秒12
3位／	東小２年生チーム	21分52秒63

小学4〜6年生男子（7チーム・41名参加）

1位／	TRY-PAC Aチーム	21分45秒35
2位／	城南ベアーズ Aチーム	22分05秒86
3位／	TRY-PAC Bチーム	22分23秒61

小学4〜6年生女子（2チーム・12名参加）

1位／	汐見サンライズ	24分24秒96
2位／	多賀城バーニングス	26分10秒84

中学生男子（13チーム・76名参加）

1位／	アラジソ	25分41秒06
2位／	チームWomen	25分46秒13
3位／	東豊中男子バスケ部A	26分00秒10

中学生女子（4チーム・24名参加）

1位／	多賀城第二中	29分32秒60
2位／	東豊中学校女子バスケ部A	32分12秒31
3位／	東豊中学校女子バスケ部B	32分59秒91

多賀城市民 スポーツ大会 結果発表

ソフトボール大会　（7月15日㊐）

1位／八幡上二

2位／笠神西

少年・少女ドッヂビー大会　（7月28日㊏）

1位／鶴ケ谷A

2位／笠神東B

3位／桜木北C

グラウンド・ゴルフ大会　（9月29日㊏）

1位／浮島A

2位／鶴ケ谷グランドゴルフ愛好会B

3位／高橋南区B

卓球大会　（11月11日㊐）

1位／西能ケ田

2位／桜木東A

写真で見る1年

今年も当クラブの事業にご参加いただきまして誠にありがとうございました。
新しい年も皆さんに喜んでいただける事業を企画してまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします。

おやこふれあい教室
9月から3回にわたりおやこふれあい教室を開催しました。バランスボールを使い、ママといっしょにがんばりました。おっとっと…

スポーツフェスティバル 10月8日（月・祝）
体育の日に開催。このイベントには延べ1,500名が来場しました。写真は武道体験と消防コーナーの様子。

スポーツでらこやサマーキャンプ 7月21日（土）～7月22日（日）
松島自然の家で実施したキャンプには小学1～5年生の18名が参加。
「海で波にのって遊んだり、貝をひろって楽しかった（5年）」「いちばんいんしょうにのこったのは、テントの中でねたことです（2年）」との感想。
海水浴にテント泊、貴重な体験ができた2日間でした。

仙台89ERS バスケットボールクリニック 8月20日（月）
仙台89ERS バスケットボールクリニックを実施。プロのバスケットボール選手から直接指導を受け、終始真剣にそして楽しい時間を過ごすことができたようです。

トレッキングin霊山 9月8日（土）
健康づくり支援を目的として中高年世代に人気の高いトレッキングを開催し、福島県の霊山に23名が参加しました。参加者からは「思っていたよりきつかったが、良い運動になった」といった声がきかれました。みなさん、お疲れ様でした。

天童市・多賀城市友好都市スポーツ交流大会 11月11日（日）
参加者全員で集合写真を撮ったあと、剣道は総合体育館、ソフトボールは中央公園で試合を行い、競技を通して両市民の親睦を深めました。

宝くじスポーツフェアはつらつママさんバレーボールin多賀城 6月9日（土）～10日（日）
世界で戦ってきた選手の指導する姿やプレーを近くで見ることができ、ママさんバレーボール愛好者はもちろん、来場者のみなさんが楽しむことができました。

学校体育を克服！「運動教室」
学校で行う体育の種目で、苦手意識の高い跳び箱・鉄棒・マット運動を中心に6月から7月にかけて全6回実施しました。
アンケートでは「克服できるようになるまで参加したい」「先生方がやさしい指導でよかった」といった回答がありました。

海の安全教室 5月27日（日）
海上保安庁“巡視船 くりこま”の潜水士による教室です。
服を着たまま水に落ちたらどうするか!? 緊急時に対応する技能や心構えを実際に体験しました。

ナイターテニス（全3回） 9月
初心者を対象にスイング、ストローク、サーブなど基本のレッスンを行いました。
参加者からは「分かりやすい指導でした」「短時間だけど、内容が濃かった」「楽しかった」などの感想をいただきました。