

# 塩釜山岳会 念願の慰霊登山

# 体協スポーツニュース スポーツ広報委員会

## 2020年 10月号 Vol. 49

塩釜山岳会 70周年記念事業

## 慰霊登山 2020.7.19

CL: 内海善寿 SL: 二階堂・曾根・赤間

長谷川・佐藤重・福原・佐藤久・桜井・横山・横田・庄子・末永・橋沼・杉船・阿進・阿耕

・刈田レストハウス 8:00～馬の背～慰霊塔前 (10:20～12:45)～刈田レストハウス 14:45



塩釜山岳会 70周年記念事業

## 六十二年前の悲劇忘れず

今から六十二年前の昭和三十三年三月に、塩釜山岳会会員の島山理一氏と友人の楠見実氏(兩名とも二十三歳)が山形県蔵王連峰で遭難した。

連日の猛吹雪で三月五日まで搜索したが見つからず、一度は雪解けまで搜索中止となった。しかし十一日は快晴だった為、地蔵岳から熊野岳へのコースに搜索に向かったところ、八方沢へ向かう下りの樹水帯にスキーとストックが立っているのをスキーパトロール隊の二名が見つけた。そこには樹水の空洞に、口をリュックでふさいで抱き合ったまま凍死している二人がいたのだ。

塩釜山岳会は、二年後の昭和二十五年三月、熊野岳と地蔵岳の間に、二人の霊を慰める為、立派な慰霊碑を立てた。それは、今も私たちが蔵王を登山する時の目印になっている。

令和二年  
塩釜山岳会 二階堂 峻 記

雨や風にさらされること六十年。今年七月、元会長の長谷川さん親子、OBの佐藤重幸さん、現地調査に何度も行ってくれた内海さん、コロナ過の中での山行を協力くださった会長、そして曾根さんとともに、念願だった慰霊登山と慰霊碑の修理を、塩釜山岳会の七十周年記念事業として、多くの会員の皆さんと行うことが出来た。

当日は生憎の雨の中、塩釜を出発することとなった。蔵王に着いても天候は優れず、霧の中を登り始めたが、我々の想いが伝わったのか、すぐに天気は回復。

無事に修理ができなくなった二名と物故会員の冥福を祈ることが出来た。我々の山旅が今後も続くことと願いペンを置く



## 感染症の対策 連携や協力が大事

教えて！賀来先生 新型コロナウィルスを正しく怖れる

去る令和二年十月三日、塩釜市遊ホールにて、「教えて！賀来先生 新型コロナウィルスを正しく怖れる」が開催されました。当日は二市二町(塩竈・多賀城・七ヶ浜・利府)をリモートで繋いで行われたこのセミナー、感染予防に対して改めて学んで来しました



感染症は人類にとって昔から大きな問題でした。微生物が体内に侵入し、増えることによつて起こるのが感染症です。

今回のコロナウイルス感染症は、感染していても症状が現れない方や軽微な方もいます。風邪の症状に似ていますが、基礎疾患がある方は重症化のリスクが高くなる恐れがあるそうです。

ことで、粘膜から体内に入り感染する接触感染、この二つで感染すると考えられています。

感染症にかからない、うつさないためには次のような複数の対策を組み合わせてやるのが大切です。

- 一. 正しいマスクの着用
- 二. 手洗い・手指消毒
- 三. 良く触る場所の消毒
- 四. 窓・扉を開けての換気

すれ違っただけでは感染はせず、感染した人の咳やくしゃみなど、飛び散った飛沫の中に含まれているウイルスを吸い込むことに寄つて感染する飛沫感染と、ウイルスが付着した手指で鼻や口に触れる

マスクは鼻と口をしつかり覆いましょう。手指だけでなく消毒は手首まで行います。換気は1〜2時間ごとに5〜10分間が目安です。

感染症は個人の病気で、人と人との連携や協力が最も重要です。皆で協力することが感染症の対策になりますので、気を緩めずコロナウイルス感染症対策を行っていきましょう。



コロナに負けるな!

# 逆境を乗り越える力 我にあり

令和二年度  
塩竈市中学校  
新人体育大会

## ☆ 団体戦 ☆

		第1位	第2位	第3位
野球		第一中	第二中	
サッカー		第一中	第二中	第三・玉川中
ソフトボール	女	玉川中		
ソフトテニス	男	第二中	玉川中	第一中
	女	第一中	第三中	玉川中
バレーボール	男	玉川中		
	女	玉川中	第一中	第三中
バスケットボール	男	玉川中	第二中	第一中
	女	第二中	玉川・第一中	第三中
卓球	男	第一中	第三中	玉川中
	女	第一中	第三中	玉川中
バドミントン	男	第一中	玉川中	第二中
	女	第一中	玉川中	浦戸中
柔道	男	第一中		
	女	玉川中		
剣道	男	第一中	玉川中	
	女	玉川中		

## ☆ 個人戦 ☆

去る、令和二年九月十九日に、塩竈市中学校新人体育大会が開催されました。コロナウイルス感染症が猛威を振るい、まだまだ油断できない状況の中でしたが、初めての試合の選手も多く、どの選手もとても輝いていました。今回は第三位までを掲載いたします。

### ○ソフトテニス○

- 男子  
第一位 山田 彬人・鈴木 義幸 (第二中)  
第二位 岡田 達樹・森田 彩吹 (第二中)  
第三位 菅原 伯・佐藤 琥太郎 (第一中)  
柏木 永遠・針生 光 (玉川中)
- 女子  
第一位 高橋 七楓・阿部 優美 (玉川中)  
第二位 小野 安純・山崎 心愛 (第一中)  
第三位 佐藤 有紀室・美月 (第一中)  
阿部 加緒理・佐藤 和佳 (第一中)

### ○バドミントン○

- 男子シングルス  
第一位 佐藤 望 (第一中)  
第二位 早坂 聖也 (玉川中)  
第三位 内海 太豊 (浦戸中)  
高橋 晴 (第二中)
- 男子ダブルス  
第一位 松橋 幸斗・押野 颯人 (第一中)  
第二位 藤沢 龍・本田 哲平 (玉川中)  
第三位 佐浦 輝・佐藤 龍 (第二中)  
及川 晃次郎・小川 朋希 (浦戸中)
- 女子シングルス  
第一位 佐々木 飛華 (第一中)  
第二位 佐藤 さくら (玉川中)  
第三位 木村 栞己 (玉川中)  
山本 深生佳 (浦戸中)
- 女子ダブルス  
第一位 高橋 千尋・鈴木 乃々香 (第一中)  
第二位 森 風花・秋澤 由奈 (玉川中)  
第三位 小野 優・櫻田 彩 (玉川中)  
菅原 凜々子・赤間 花奈 (第一中)

### ○卓球○

- 男子  
第一位 早坂 耀 (第一中)  
第二位 佐藤 惠太郎 (第一中)  
第三位 久保 叶悠 (第一中)  
江口 りん太 (第三中)
- 女子  
第一位 星 藍理 (第一中)  
第二位 浪岡 綾乃 (第一中)  
第三位 加藤 結奈 (第三中)  
河鱈 寧々 (第一中)

### ○剣道○

- 一年男子  
第一位 佐々木 悠太 (第一中)  
第二位 小原 怜士 (第一中)  
第三位 佐藤 優飛 (玉川中)
- 二年男子  
第一位 阿部 一路 (第一中)  
第二位 丹瑠 心 (玉川中)  
第三位 齋藤 大雅 (玉川中)
- 一年女子  
第一位 高橋 夢和 (玉川中)  
第二位 鈴木 愛佳 (玉川中)  
第一位 高橋 夢和 (玉川中)  
第二位 鈴木 愛佳 (玉川中)
- 二年女子  
第一位 本田 珈桜 (第一中)  
第二位 後藤 真子 (第一中)  
第三位 東海林 里珠 (玉川中)

コロナ過で部活動が思うように出来ない毎日を過ごしてきたことでしょうか。結果を残せた選手も、残せなかった選手も、次の大会に向けて練習に励んでほしいと思います。努力は決して裏切りません。



## 運動不足・ストレス解消にいかが？

令和2年度 社会体育施設  
管理維持体制持続化事業に係る  
新型コロナウイルス感染症対策事業

令和2年3月、新型コロナウイルス感染症が本格的に拡大し、学校は休校に、職場ではテレワーク中心になるなど生活が一転しました。

「新しい生活様式」として中長期にわたる感染症対策と向き合わなければなりません。しかし、外出の自粛が続き、運動不足や体重の増加、ストレスや体調不良の声が多く聞こえるようになってきました。

そこで、運動不足やストレス解消、そして将来的な要介護状態を回避する為の教室を開催する運びとなりました。塩釜ガス体育館や塩竈市温水プール、エスプ等、市内の施設を

使って、幅広い年齢層を対象に、ヨガ・フラダンス水泳・ウォーキングといった多彩な教室を用意いたします。日々のストレスは知らないうちに溜まるものです。無心に体を動かしてスッキリすることをおススメします。やろうかどうか悩んでるそのあなた！一歩踏み出してみましよう

参加費や対象年齢、場所、日時等の詳細は塩竈市の広報誌、または、塩釜市体育協会のホームページでお知らせしていきますのでご確認下さい。感染防止対策をしながらの実施になりますが、皆さま、是非、ご参加ください。



# チャレンジ! ニュースポーツ

～ キャッチング・ザ・スティック編 ～

キャッチング・ザ・スティックは1人2本ずつ持ったスティックを掛け声に合わせて、横に移動しながらキャッチしていき、何回続けられるかを楽しむゲームです。

スティックは大体1mくらいで、床を傷付けないように先端にはゴムカバーがついています。イメージとしては突っ張り棒のような形です。10名が横一列にならび、そのうちの右から8名が片手に1本ずつスティックを持ちます。

上下に2回「とん、とん」とついたら「パッ」と離して右へ移動し、右隣の人から2本のスティックをキャッチするのです。一番右端の人はスティックを離した後、一番左端まで走って移動しなくてはなりません。

初めは掛け声に合わせてテンポよく進みますが、回を重ねていくにつれて気が焦ってくるのか、「とん、とん」するスピードが早くなっていったり、移動に気を取られて「パッ」と離れたスティックが斜めになって倒れそうになったりします。このゲームを長く続けられるコツは、移動する時の瞬発力や長く続けられる持久力も大事ですが、なにより、リズムを一定に保つこと、そしてスティックを受け取りやすくするといった仲間を思いやること、これにつきます。

このゲームで言えることは、うまくキャッチして続けられる時も、倒れてしまっておしまいになってしまう時も、みんなが掛け声で一つになり、笑顔が生まれ、そして楽しいということです。

## ☆ゲームの特徴☆

リズム・瞬発力・持久力が勝敗を左右しますが、最も重要なのは、チームの仲間を思いやる心。スティックは受け取りやすく素早く渡そう!



## ☆遊び方☆

- ① 1チーム10名が横一列に並び、8名が1人2本スティックを持ち、スティックを持っていない二人は列の左側につく
- ② チームのリーダーが「せーの」の掛け声をかけ、「とん、とん」とスティックを床に打ち付ける。
- ③ その後、2本のスティックを8人同時にパッと離し、右へ移動し右隣の人のスティック2本をキャッチする。全員が右へ移動するたびにカウントする。
- ④ 右端の人はスティックを離した後、左端へ素早く移動する。

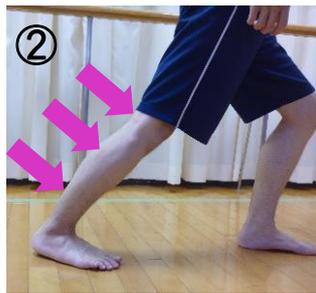
※1人でもスティックのどちらかを床に倒してしまったり、意図的にスティックに触れたり支えたりした場合は終了となる



① 前後に足を開く  
(筋肉を伸ばしたい足が後ろ)



① 前後に足を開きます  
(筋肉を伸ばしたい足が後ろ)



② 後ろの足の踵を床に付けたまま、体全体を前に倒します



② 後ろの足の踵を床に付けたまま、後ろ足の膝を曲げていく

皆さんは、両足を揃えて、かかとを地面に付けたまま、しゃがむことは出来ますか？最近では出来ない子どもが増えていると言われています。小中学校から春先に配布される、子どもの健康観察チェック表でも、この項目は出ることがあり、需要視されていることが分かります。

なぜ、出来ない子どもが増えてきたのでしょうか？それには大きく分けて二つの原因が考えられます。まず一つは日本人の生活様式の西洋化です。よく言われるのが和式トイレですね。しゃがむ動作が含まれ、自然にストレッチが

出来ていたと思われれます。もう一つは成長期です。成長期がピークにある時に筋や靭帯などが骨の成長についていくことが出来ず、繊維が引き伸ばされ、過度の緊張となり柔軟性を失うそうです。

さて、しゃがむことが出来ないという状態なので、この状態で運動を続けると、筋・靭帯・骨などに余分な負担がかかるそうです。躓きやすくなったりスポーツ傷害の原因になったりと、悪いことしかありません。

今回は、予防にもなるストレッチを二つ紹介します。ぜひ、継続してやってみてください。

あなたは「しゃがむ」が出来ますか？

※伸びたと感じたところでストップし、深呼吸しながら10～20秒キープする。  
※ストレッチは続けることが大事です。

# 塩竈を歩こう

マリゲート塩釜→祓ヶ崎稲荷神社  
→御釜神社

1.5 km コース



東日本大震災後に津波避難デッキとして、2016年4月23日に開通しました。愛称は一般公募により「マリンデッキ塩釜」となりました。天気の良い日は潮風にふかれながらの散歩も気持ちがいいですよ

その昔、鹽竈神社に参拝する前に岬にあったこの神社でお祓いを受け、清めていたことからその名が来ています。ここに祭られている猿田彦大神は、天照大御神の孫が降臨するときに、道案内をした神様です。このことから、花まつりや帆手祭でお神輿が出る時は、祓ヶ崎稲荷神社の神主さんが道案内として先頭を歩くのです。

鹽竈神社に祭られている塩土老翁神が、塩作りの時に使った釜が安置されています。

ホテルグランドパレス塩釜  
祓ヶ崎稲荷神社

# 仙台 89ERS の活躍を見に行こう!



いよいよ、89ERSの2020-21シーズンが始まりました。思えば好調だった昨シーズン。B1昇格も見えてきていた矢先の、新型コロナウイルスによるシーズン途中での全試合中止。選手はもとより、悔しい思いをしたフースターもたくさんいたことでしょう。

そんなコロナ過の中でも、忘れては行けない東日本大震災。宮城県は震災から10年を迎えます。

前回号でも触れましたが、NINERS HOOP (ナイナーズフープ) を合言葉に名取、塩竈、白石、加美、登米、南三陸、仙台で試合をし、ナイナースの輪=HOOPを広げていく我々が89ERS。

塩釜ガス体育館での試合日程は、2020年10月28日(水)19時00分開場です。対戦相手は、埼玉県越谷市にホームタウンを持つ越谷アルファーズ(1997年創設)

昨シーズンの対戦成績を見てみると、4戦4勝の負けなしと相性は抜群。これはどうやら、見逃せない試合になりそうです。

まだ、89ERSの試合を見たことのない方も、何度も足を運んでいる方も、バスケットボールというスポーツの力で宮城を盛り上げようとしている89ERSを黄援(おうえん)に行こう!



仙台89ERSといえば、ホームゲームにおいて必ず行われるシンギスカンダンスが有名です! 一度は聞いたことのある、ダンスミュージックの「シンギスカン」に合わせてタオルや手ぬぐいを使って踊る、名物ダンスです。今回はBリーグの新型コロナウイルス感染症対策のガイドラインにより、一緒に踊ることは出来なようです。当日は心の中で沢山踊りましょう!

編集・発行

特定非営利活動法人 塩竈市体育協会  
塩竈市温水プール(ユープル)内

住所 〒985-0006

宮城県塩竈市宇杉の入裏 39-173

電話 022-363-4501 FAX 022-366-0281

E-MAIL pool@np-shiogama-taikyo.or.jp

ホームページが  
新しくなりました



編集後記

行楽の秋がやってきました。いつもは県外へ旅をするという方も、今年は新型コロナウイルスのことでその足を踏む状況です。

そんな時は県内や市内に目を向けてみてはいかがですか?

身近にある素敵な風景に出会えるかもしれません。

PEN☆Y



塩竈市体育協会

検索