



スポーツまえばし

Vol.4

シンボルマークの青色と水色は前橋市のキャッチコピーである「水と緑と詩のまち」の「水」、緑色は「緑」、黒色は首符を連想する「詩」、赤色は一生懸命にスポーツをする子どもたちの熱意を表しています。また、黒の円は前橋市の市章をイメージしており、前面に人がバンザイをしているような形を描くことで、各種目で勝ち抜いたり良いプレーが出来たりした時の喜びや達成感を表現しています。

女子MTB 今井美穂選手

群馬県富岡市出身。
現前橋市立新田小学校教諭。
通勤のために自転車を購入したのをきっかけに自転車競技を始める。
東京オリンピック代表候補選手に内定し、幼い頃からの夢であった「オリンピック出場」を叶える。
2018、19年 全日本マウンテンバイク選手権クロスカントリー優勝。



夢のスタートラインへ！



Photo by: 「JCF/日本自転車競技連盟」

MTB（マウンテンバイク）競技

自転車競技の中では比較的新しいスポーツであり、自然を楽しむためのスポーツとしても人気。
1996年アトランタ・オリンピックより、「クロスカントリー・オリンピック」という4km程度の起伏があり、テクニックを要するコースを周回する種目が行われており、パワーとともにテクニックも必要な競技である。

スポーツくらじ

toto
FOR ALL SPORTS OF JAPAN

BIG

スポーツまえばしは
スポーツ振興くじを受けて作成しています

今井美穂選手インタビュー

イメージしたことは

必ずできる

—代表内定が決まった時の気持ちは

今井 1年間選ばれるために競技をしてきたので、良かった、安心したのが1番です。

—教職との両立は難しいのでは

今井 そこまで思ったことはないです。練習時間があまり確保できない分、集中して取り組むのがあって良かったのかもしれないですね。

—教え子について

今井 レースに出ると子供たちは結果を聞いてくるので、「優勝できなかった…」とは言いたくないです。勝たなければいけないとも伝えていたので、逃げられないってのはありましたね（笑）だから、応援してもらって、子供たちがいて本当に良かったなって。

—大事にしている言葉は

今井 「イメージしたことは必ず出来る」です。オリンピックのスタートラインに立って走るイメージが出来て、そのイメージを必ず実現させると思ってきたので、それは自分の中にいつもあります。

—スポーツを頑張る子供たちに一言

今井 色んな可能性や道があるので、一つに決めてしまわないでチャレンジをして欲しいです。誰かに言われてやるのではなく、自分で決めて楽しい道を作ってください。



おうち時間の運動不足を解消♪

自宅で簡単！体幹トレーニング！！

～スタビライゼーションで筋肉のバランスを整える～

今回、紹介する運動は『スタビライゼーション』です。ゆっくりとしたスロースタビライゼーションで体幹を始め全身の筋肉を刺激して、筋肉のバランスを高め機能的な体を作るのに最適です。

①スタートポジション



頭－肩－腰が一直線（赤線）にします。

②フィニッシュポジション



指先－頭－肩－腰－膝－踵が一直線（赤線）にします。

①から3秒かけて②のように対角の腕と脚を伸ばしていき、3秒間キープしたあと3秒かけて①にもどります。反対側も同様に、左右で1セットとして3セット行います。動作中は腹筋を中心に全身に力をいれて、アゴがあがったり、腰が捻じれたり、腕と脚が上がりがすぎたり下がりがすぎたりしないように注意します。

新 大渡体育館オープン



2020年8月、新築（建て替え）工事が完了し、大渡体育館が開館いたしました。冷暖房設備を導入し、バレーボール、バドミントン、バスケットボール、卓球だけでなく、車いすバスケも利用することができます。

内覧会に
参加して
きました。



【所在地】 前橋市大渡町2-3-11

【利用時間】 平日と土曜日 午前9時から午後9時まで
日曜日と休日 午前9時から午後6時まで

【休館日】 木曜日（祝日と重なる場合は、その翌日）

☎027-253-7811（大渡温水プール・トレーニングセンター）



(一財) 前橋市スポーツ協会
滋野文夫

難局を乗り越えましょう！

市民のみなさまには、日ごろから前橋市スポーツ協会の諸事業に多大なるご理解とご協力をいただいておりますこと、心から感謝申し上げます。私は、先の役員改選により三期目の会長に就任させていただくことになりました。

令和元年度は、みなさまのお陰によりほぼ予定どおりの事業を実施することができました。令和2年度は、新型コロナウイルスの感染拡大により、市有スポーツ施設の利用制限、大きなイベントの開催延期または中止が相次いでおります。

新生活様式並びに各種ガイドラインを遵守することを心掛け、如何にこの難局を乗り越えるかが課題となっております。どうか市民のみなさまにおかれましては、健康に十分留意されましてスポーツに親しんでいただければと思っております。今後とも、引き続きご支援、ご協力をお願いいたします。

新役員等一覧

○名誉会長	山本 龍							
○顧問	吉川真由美	赤石明男	杉田 智	鶴田智之	酒井一雄	小林正明		
○参与	川端利保	山中茂樹	村岡隆之	北爪義男	中島新介	小林 充	加藤照男	
○会長	滋野文夫							
○副会長	関口充雄	菅原 宏	静 知明					
○専務理事	金子周之							
○理事	吉野 宏	松井 慎二	永井 隆	佐藤 栄一	野崎悦夫	野上 廣一	牛込 益次	
	木村雅治	山本正明	鈴木健一	村山壮介	大塚惠弘	山田和豊	吉原秀人	
	角田雄二	蜂須聖司	遠藤祐司	桑原和彦	阿部忠幸			
○監事	小泉俊夫	関口久美						
○評議員	飯野幹忠	鈴木正明	池田伊一	関口定彦	高井光夫	北澤篤久	岡田修一	
	岡部清	滝原正明	柳川益美	内山栄子	三橋好	高橋由幸	小野里昭午	
	宮内康夫	清水一孝	宮崎武夫	大澤 茂	松本広行	狩野 誠	野中和三郎	
	岩上清美	湯浅真一	石川 靖	塩谷輝行	永井加津美	鈴木俊司		

賛助会員募集

◇活用事業

- ・小中学生県大会出場選手強化事業
- ・前橋市体力優良証贈呈事業
- ・ジュニア育成支援事業
- ・中学校体育連盟優秀指導者（学校）褒賞事業

◇賛助会費

- *法人・団体・企業 1口10,000円以上
- *個人 1口 3,000円以上

◇特典

- ・本協会ホームページ及びスポーツ協会機関紙に、会員名の掲載
- ・オリジナルタオルの贈呈
- ・スポーツの祭典等のプログラムに会員名の掲載
- ・機関紙等の発行物の提供
- ・スポーツ協会主催イベントの開催案内

◇申込み

- ・所定の賛助会員加入申込書に記載の上、お申し込みください。折り返し振込依頼書を送りますので、その後会費を銀行振込み、またはスポーツ協会窓口までお持ちください。☎027-289-0607

つなげていきます
スポーツへの想い

スポーツくじの収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

スポーツくじ BIG

www.toto-dream.com www.toto-growing.com
©19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。
運営・販売：独立行政法人日本スポーツ振興センター

2021年を目指して！ 南スーダン選手団

長期事前キャンプ延長

新型コロナウイルスの世界的感染拡大による東京2020オリンピック・パラリンピックの1年程度の延期に伴い、前橋市では長期事前キャンプを行っている南スーダン選手団の受入れを2021年開催の東京オリンピック終了まで延長することとなりました。



雨の日は

ウェイトトレーニング！



前橋市スポーツ少年団

スポーツ少年団は、「一人でも多くの青少年にスポーツの喜びを！」「スポーツを通じて青少年のからだところを育てる組織を地域社会の中に！」と願いつくられました。

2020年度、前橋市スポーツ少年団には14種目、138単位団、団員2,763人、指導者495人、役員・スタッフ152人が登録しています。



これからも子供たちが楽しんでスポーツに触れるよう、当協会も願っています。



競技別加盟団体数

野球	36団体
サッカー	27団体
バスケットボール	20団体
バレーボール	13団体
剣道	11団体
柔道	8団体
空手道	14団体
ソフトボール	1団体
ソフトテニス	2団体
バドミントン	1団体
複合	1団体
スキー	1団体
スケート	2団体
卓球	1団体