



スポーツまえばし

Vol.6

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」、黒色は音符を連想する「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。

逆境の1年、乗り越え！ 東京2020 オリンピック・パラリンピック

1年の延期となった東京2020オリンピック・パラリンピック。それでも選手たちは諦めず、日々トレーニングを重ねてきました。

今回は前橋市に在住し、縁のある代表選手5人を紹介いたします！

陸上男子5000m (T11) **銀**

陸上男子1500m (T11) 4位入賞

T11…T (トラック競技)

11 (視覚障害のクラス 視力0.0025未満)

渋川市出身

小学4年の時に網膜はく離で失明し、群馬県立盲学校に転校する。盲学校卒業後に本格的にパラ陸上に取り組み、わずか2年後に2018アジアパラ競技大会5000mで金メダル、1500mで銅メダルを獲得

2021年5月には、5000mの世界新記録を17年ぶりに塗り替える。

現在、県立点字図書館に勤務しながら、世界を舞台に走り続けている。

陸上男子
(視覚障害)

唐澤

剣也



明るい未来を切り開く パラアスリート

競泳女子
(運動機能障害)

由井 真緒里

競泳女子200m自由形 (S5)

S5…S (自由形) 5 (運動機能障害のクラス) 6位入賞

競泳女子200m個人メドレー (SM5)

SM5…SM (個人メドレー) 5 (運動機能障害のクラス) 6位入賞

前橋市出身 (前橋西高等学校卒⇒上武大学所属)

病気の合併症の影響により、腰から下を動かすことができなくなり、小学1年生からリハビリのために水泳を始める。

小学5年生の時に金メダリストを育てた柴田安秀コーチと出会い、本格的に競技に取り組み、長い腕を生かした泳ぎを武器に、東京2020パラリンピックでは5種目に出場

運動機能障害クラス分け

運動機能障害は1～10のクラスに分けられ数字が小さいほど障害の程度が重い



スポーツまえばし



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



一般財団法人
前橋市スポーツ協会
滋野文夫

会長あいさつ

「スポーツの秋」を迎え、本来でしたら、好天のもと各地でみなさまが様々なスポーツに親しんでいる時期でしょう。しかしながら、未だに新型コロナウイルス感染症の終息が見通せず、本市においても、昨年に引き続き地区市民運動会の中止、各種スポーツ大会の中止、延期、または規模を縮小して開催するなど厳しい状況下にあります。

半面、自粛生活が続くこの間、「スポーツのない日常はいかに味気ないものか」ということに、多くのみなさまが改めて気づかされたのではないのでしょうか。

本会といたしましても、コロナ禍に屈することなく、スポーツ活動に対するみなさま一人一人の関心と熱意を高めるとともに、スポーツの力で地域を元気づけられるよう、一層スポーツ振興に取り組んでまいりたいと考えております。

何かと不便の多い今日ですが、この状況が一日も早く解消され、平穏な日々が戻りますようお祈り申し上げます。

最後に、医療分野をはじめ、各関係分野で懸命なご努力を続けていらっしゃる方々への感謝を、みなさまとともに持ち続けていきたいと思っております。

ホームページが新しくなりました！



新しいホームページからも、みなさまへ前橋市のスポーツの情報等をお届けしていきます！

各種申請等に必要書類がカテゴリごとに分けて探しやすくなるなど、全体的に見やすく、分かりやすいレイアウトに変更いたしました。

また、携帯での閲覧にも対応できるようになり、画像や表などが見やすく表示されるようになりました。



スポーツ少年団やクラブ・愛好会を地域、種目ごとに検索できる機能が追加



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。



競技別加盟団体数

野球	34団体
サッカー	23団体
バスケットボール	18団体
バレーボール	13団体
剣道	10団体
柔道	7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

2021年度、前橋市スポーツ少年団には14種目、128単位団、団員2,643人、指導者449人、役員・スタッフ148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られるよう、当協会も願っています。

おうち時間の運動不足を解消♪

自宅で簡単！背中エクササイズ!!

～グッドモーニングエクササイズで背中を鍛えて猫背を改善～

今回、紹介する運動は背中の筋肉を刺激する『グッドモーニングエクササイズ』です。
エクササイズの名前のとおり、“おはようございます”と挨拶をするように上体を上下させる運動です。
背中の筋肉は脊柱を支え、起立姿勢を維持するのにとても大切な筋肉です。抗重力筋でもある背中の筋肉が弱くなると猫背などの原因にもつながり、そこからさらに身体の不定愁訴へ繋がっていきます。

①スタートポジション



正面



横

②フィニッシュポジション



体幹の筋肉でもある背中を刺激することにより、若々しい姿勢を維持するのにも効果的です。

①スタートポジションのように、両脚を腰幅程度に開き軽く膝を曲げておきます。両手は頭の後ろで組んでおきましょう。両脚の股関節（ズボンのポケットのあたり）を中心に背中を真っ直ぐにしながら上体を前に倒し、スタートポジションまで戻っていきます。背中が丸まらないように注意しながら、1セット10回を目安に3セット行ってみましょう！

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 Big

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



マウンテンバイク 女子クロスカントリー 今井 美穂

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競技を始める。
教え子の子供たちの応援を力に夢であったオリンピック出場を
叶える。



夢の大舞台
感動をありがとう!

水球男子 志賀 光明

前橋市出身
現登利平所属
兄の影響で小学校から水球を始め、前橋商業高校在学時から日本代表に選ばれる。
日本人で初めてフランスリーグでプレー。オリンピック2大会連続出場
座右の銘は「謙虚に素直に一生懸命」



マラソンスイミング女子10km 貴田 裕美



埼玉県出身（共愛学園
前橋国際大学卒）
現コナミスポーツ水泳
競技部所属
2012年ロンドンオリン
ピックから3大会連続で
日本代表に選出
2017年アジア選手権
女子オープンウォーター
スイミング5km 優勝
座右の銘は「継続は力
なり」

ありがとう

★南スーダン選手団



2019年11月から、前橋市で長期事前キャンプを行っていた南スーダン選手団
予定よりも1年長く故郷から離れた前橋市で過ごす
ことになりましたが、選手団は前橋市民と交流をしながら、日々練習に励みました。

残念ながら、目標であった全員の出場とはなりませんでしたが、男子1,500mのアブラハム選手、女子200mのルシア選手が東京オリンピックに出場し、「南スーダン代表」としてだけでなく、「前橋代表」と言われるほど、注目を集めました。



多くの方々に支えられ、数々の困難を乗り越えた彼らの母国での活躍を第二の故郷より応援しています。



日本語も上達しました。