



# スポーツまえばし

Vol.7

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。



渡辺  
希哩  
(ボウリング)

全日本ユース  
ナショナルチームメンバー

市立前橋高等学校在学

全日本ユースナショナルチームメンバー ハイゲーム287

令和3年11月に開催された群馬県民スポーツ大会秋季大会ボウリング競技の団体戦メンバーとして、前橋市の優勝に大きく貢献。

中学の時には第49回全国都道府県対抗ボウリング選手権大会 団体が優勝し、前橋市優秀選手を受賞。

第58回全日本選手権大会 3人チーム戦優勝。

実姉の渡辺莉央(上武大学在学)も全日本ナショナルメンバーに選ばれているなど、日本のボウリング界をますます盛り上げていく最強姉妹。

スポーツくじ



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

## 祝 令和3年度 各種表彰



### 前橋市スポーツ功労賞

笹澤 裕樹	菊地 章浩	山岸 定秋	北爪由紀子	高橋 龍介
河内 義高	竹田 尚代	池田 一雄	佐藤 達也	小林 利彦
梅澤 昭子	清水 孝之	津金沢民男	織間 繁夫	新井たか子
片桐 清志	江澤 晃信	橋爪 富男	加藤 満	

### 前橋市優秀指導者・優秀選手

全国大会で優勝の成績を取めた選手を育成した前橋市優秀指導者1名と、国際大会や全国大会等で優秀な成績を取めた前橋市優秀選手205名を表彰いたしました。

今年度は、東京2020オリンピック・パラリンピックに出場された5名の日本代表選手も表彰させていただきました。



優秀指導者 鈴木 綾  
【前橋育英高等学校(陸上：棒高跳び)】



優秀指導者 篠田 達朗  
【桃木ジュニアスポーツ少年団(バレーボール)】

### 前橋市スポーツ少年団 優秀指導者・優良団員

長年にわたり、スポーツ少年団員の健全育成に尽力された7名の優秀指導者と、スポーツ少年団活動だけでなく、日常生活においても模範となる小学6年生以上303名の優秀選手を表彰いたしました。

※前橋市優秀指導者・優秀選手、前橋市スポーツ少年団優秀指導者・優良団員の受賞者については本協会ホームページにて掲載

おうち時間の運動不足を解消♪

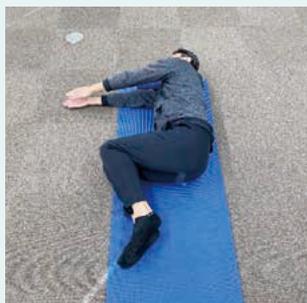
## 自宅で簡単！姿勢改善ストレッチ!!

～ソラジックツイストで背骨、胸、肩をストレッチ、姿勢の改善と腰痛予防～

今回、紹介する運動は『ソラジックツイスト』です。ソラジックツイストは、腕を動かしながら背骨、胸、肩周りをストレッチする運動です。日常生活やデスクワークで無意識のうちに猫背になっていませんか？そのような姿勢を続けていると胸や肩周りが凝り固まり、腰痛をはじめ日常動作にも悪い影響を与えていきます。

腕をゆっくりと動かしながら、背骨、胸、肩周りをストレッチしていくことで、姿勢の改善や腰痛予防などにつながっていきます。

①



②



③



頭の下に枕などを置き、横向きに寝転がり両手を合わせるようにします。(写真①)  
腕で円を描くように頭上に動かしながら(写真②)、背中側に回していきます(写真③)。写真③まで行ったら、写真②①の順に戻していきます。指先を目で追うようにし、胸、肩、背骨がストレッチされているのを感じながら、ゆっくりとした動作で10回程度繰り返してみてください。動作中は腰が動きすぎないように注意してください。



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

前橋市スポーツ協会は、昭和21年7月に任意団体として発足し、その後、平成30年4月から一般財団法人へ移行して以来、体育・スポーツの普及振興に努め、もって市民の健康増進と体力の向上を図り、明るく豊かなスポーツ文化都市を実現することを目標に邁進してまいりました。

スポーツは、「する」、「みる」、「ささえる」の観点から様々な関わり方、楽しみ方があり、市民のみならず「活力」と「笑顔」の源になるものです。

当協会としても、一日も早くコロナウイルスの感染拡大が終息することを願いながら、市民のみならずがスポーツを通して笑顔になれるよう、加盟団体のみならずとともに様々なスポーツ活動に取り組んでまいりたいと考えていますので、更なるご指導、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

## 賛助会員一覧

※各50音順 ※下記の他、ご本人様の希望により掲載していない場合もございます。

令和4年2月28日時点

### 個人

赤石明彦 荒井清彦 飯塚宗夫 飯野幹忠 五十嵐浅雄 池田伊一 牛込次次 内田康雄 江原洋二 大澤茂 大塚恵弘 岡田明久  
岡部清 小野里昭午 加藤照男 金子周栄 一 狩野誠 北澤篤久 木村雅治 倉林愛一郎 倉林邦男 小泉俊夫 小林正明 小林充  
齋藤良二 酒井一雄 佐久間夏江 藤榮一 滋野文夫 静 知明 清水一孝 志村正広 下田雄大 城田秀夫 菅原宏 鈴木健一  
鈴木正明 関口久美 関口充雄 銭谷和雄 高橋仁 高橋龍介 滝原正明 塚本茂二 徳江隆幸 戸所広 登丸譲治 都丸巨  
永井隆 中島新介 野上廣一 野崎悦夫 秋原英隆 蜂須聖司 平石徹 松井慎二 松本広行 宮内康夫 宮崎武夫 村山壮介  
森 崇 矢端 要一 山田和豊 吉野 宏

### 団体

東地区体育協会 天川地区体育協会 岩神地区体育協会 永明体育協会 大胡地区体育協会 桂萱地区スポーツ協会  
粕川体育協会 株式会社カナメ 株式会社関南クラブ 株式会社ファースト 上川淵地区体育協会 清里地区体育協会  
ぐんかんアモート 群馬県弓道連盟前橋支部 群馬県剣道連盟前橋支部 群馬県高等学校体育連盟 群馬県柔道連盟前橋支部 群馬県スケート連盟前橋支部 群馬県スケート連盟前橋支部  
群馬県体操協会トランポリン部 群馬県野球連盟前橋支部 群馬県剣道連盟前橋支部 群馬県柔道連盟前橋支部 群馬県柔道連盟前橋支部 群馬県スケート連盟前橋支部  
下川淵地区体育委員会 城東地区スポーツ協会 杉田ディグ工業株式会社 公益財団法人前橋市まちづくり公社 コーエイ株式会社 敷島地区体育協会  
南橋地区スポーツ協会 芳賀体育協会 富士見町体育協会 前橋オリエンテリングクラブ 前橋市インディアカ協会 前橋市ウエイティング協会  
前橋市アーチェリー協会 前橋市アマチュア自転車競技協会 前橋市ゴルフ協会 前橋市サイクルスポーツ協会 前橋市サッカー協会 前橋市山岳連盟  
前橋市グラウンドゴルフ協会 前橋市ゲートボール協会 前橋市ソフトボール協会 前橋市太極拳協会 前橋市体操協会 前橋市卓球協会  
前橋市水泳協会 前橋市ソフトテニス連盟 前橋市ソフトボール協会 前橋市バドミントン協会 前橋市バスケットボール協会 前橋市バドミントン協会  
前橋市中学校体育連盟 前橋市チェックボール協会 前橋市テニス協会 前橋市トランポリン協会 前橋市ボウリング協会 前橋市民合気会  
前橋市バレーボール協会 前橋市ハンドボール協会 前橋市フェンシング協会 前橋市フォークダンス協会 前橋市ボウリング協会 前橋市民合気会  
前橋市ラグビーフットボール協会 前橋市陸上競技協会 前橋スキー連盟 前橋南部体育協会 前橋リトルシニア野球協会 宮城地区体育協会  
元総社地区体育推進委員会 桃井小地区体育協会 有限会社ジャンプスポーツ 有限会社マックス・ピュア 若宮地区体育協会

## 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

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

# 第59回群馬県民スポーツ大会 秋季大会



群馬県民スポーツ大会が1年ぶりに開催されました！  
今年度もコロナウイルス感染症の影響もあり、残念ながら全種目とはなりませんでしたが、秋季大会では13競技が実施することができました。



今年は4競技にて優勝いたしました！  
来年は全種目開催されることを祈念し  
総合優勝を目指します！！



**優 勝**

サッカー 卓 球  
テニス ボウリング



## チャリティーゴルフコンペ

スポーツ関係者の交流と親睦を深め、さらに競技団体間の連携の強化を図ることを目的に、毎年恒例のチャリティーゴルフコンペを11月に開催いたしました。



ナイスショット～！

大勢の方にご参加いただき、ありがとうございました。