

第19回シニア健康 スポーツフェスティバル TOKYO

ニュース

平成27年1月30日(金)

発行 公益財団法人東京都体育協会
〒150-8050 渋谷区神南1-1-1 岸記念体育会館3階
TEL 03-6804-8122

協会ホームページ
<http://www.tokyo-sports.or.jp/>

大会レポート

【開催期間】
2014.9/27(土)～2014.11/24(祝月)

高齢者が楽しめるスポーツイベントとして今年もシニア健康スポーツフェスティバルTOKYOが平成26年9月27日から11月24日まで開催されました。第19回目となる今大会は、9月27日(土)のサッカーをかわきりに、10種目の競技が行われました。

今大会には、2819名のご応募を頂き、85歳以上の方が81名、そのうち90歳以上の方が24名いらっしゃいました。大会最高齢者賞は弓道大会に参加されました、97歳の方が受賞されました。

台風の影響で中止となった種目や、雨の中行われた種目もありましたが、参加者のご家族やご友人の声援に見守られながら無事に大会を終えることができました。

なお、今大会の開催にあたり、各競技主管団体・各区市町村スポーツ主管課・高齢福祉主管課・東京都医師会・後援団体・協賛団体など多くの皆様のご協力をいただきましたことに厚く御礼申し上げます。

サッカー大会



ソフトボール大会



テニス大会



弓道大会



剣道大会



ソフトテニス大会



ラージボール卓球大会



ゲートボール大会



ペタンク大会



マラソン大会



シニア健康スポーツフェスティバルTOKYOとは…

シニア世代に適したスポーツや健康づくり活動をととして、シニア世代の社会参加や仲間づくり、世代間交流が進められるよう、多くの都民が参加できるスポーツ大会とすることを目的としています。

本大会の上位入賞者は次年度の「ねんりんピックおいでませ! 山口2015」の東京都代表選手の選考対象者となります。

- 主催 東京都、公益財団法人東京都体育協会
- 後援 東京新聞・東京中日スポーツ、公益社団法人東京都医師会、社会福祉法人東京都社会福祉協議会、東京都民生児童委員連合会、一般社団法人東京都レクリエーション協会、公益社団法人東京都老人クラブ連合会、渋谷区、足立区、世田谷区、目黒区、文京区、江東区
- 主管 東京都卓球連盟、東京都テニス協会、東京都ソフトテニス連盟、東京都ソフトボール協会、特定非営利活動法人東京ゲートボール連合、東京シニアペタンク倶楽部、公益財団法人東京陸上競技協会、東京都弓道連盟、一般財団法人東京都剣道連盟、公益財団法人東京都サッカー協会
- 協賛 オタフクソース株式会社、ヤクルトヘルスフーズ株式会社、エスケー石鹸株式会社、味の素株式会社

会場・開催日一覧

種 目	会 場	開 催 日	予備日	参加チーム数	参加人数
サッカー大会	舎人公園陸上競技場 駒沢オリンピック公園補助競技場 駒沢オリンピック公園第二球技場	9/27(土)、28(日)、 9/28(日)、 11/8(土)		21	358
ソフトボール大会	立川市多摩川緑地野球場	10/18(土)、 10/11(土)	10/25(土)	28	465
テニス大会	有明テニスの森公園Cコート	10/15(水) (中止)	10/22(水) (中止)	146	303
弓道大会	東京武道館(弓道場)	10/19(日)		—	261
剣道大会	東京武道館(大武道場)	10/21(火)		—	178
ソフトテニス大会	有明テニスの森公園Cコート	10/21(火)	10/23(木)	37	74
ラージボール卓球大会	東京体育館(メインアリーナ)	10/29(水)		—	349
ゲートボール大会	駒沢オリンピック公園第二球技場	10/29(木)		43	242
ペタンク大会	文京区立六義公園運動場	11/6(木)	11/27(木)	45	142
マラソン大会	駒沢オリンピック公園陸上競技場	11/24(祝月)		—	213

第19回 シニア健康スポーツフェスティバルTOKYOニュース

サッカー大会

サッカーは昨年に続いて2回目の開催となり、昨年と同じ21チームが参加しましたが、そのうち5チームが初めての参加でした。この大会が徐々に認知されてきたのではないかと思います。シニア世代のサッカーが東京都全域にわたって、その底辺がこの大会によって広がっていくのを実感いたします。試合の内容もレベルが上がっています。多くのサッカー愛好者が毎年この大会に参加することで、サッカー人生がより楽しくなっていくことを心から期待しています。

競技別最高齢者賞：77歳男性2名

競技区分	優勝	準優勝
Aブロック	FCマジョール	墨東クラブ
Bブロック	セレクション・トキオロFC	江東五区四十雀SC(60)

ソフトボール大会

大型で非常に強い勢力の台風18号と19号の関東上陸の合間に行われたソフトボール大会初日(10月11日)であった。晴天の下、汗をかきながら白球を追うシニアとは思えない動きをする選手！それを応援するベンチの仲間たち。点を取ったり取られたり・・・ファインプレー！エラー！にお互いのベンチから声援が飛び交う。これが、19回目を迎えた立川市多摩川緑地野球場でのシニア交流の場の雰囲気だ！

大会二日目(18日)ベスト8が出揃い笑顔の中にも緊張感が漂う。

決勝戦は常連の2チームであったが、ベスト8に残ったチームの中には若返りでレベル向上しこれからが楽しみなチームも見受けられた。

大会二日間ともに快晴で水分補給に気を遣うほどのソフトボール日和でありました。これからも健康に気を使いながら元気にソフトボールを生きがいの一つとして楽しんで行きたいと思います。

競技別最高齢者賞：81歳男性2名

◆優勝
八王子シニア(八王子市)

◆準優勝…オール福生シニア
(福生市)

◆三位…いっしょうファルコン
(日野市)

テニス大会

今年の大会は、雨の中で試合を開始しましたがコートに水溜りが出来、高齢者の大会でもあり中断、そして中止になり、予備日に開催を予定しましたが、これがまたまた、豪雨の為、中止になってしまいました。

皆さん普段より練習と試合を積んでいる方が多く少しでも、試合をしたいとの熱意がヒシヒシと伝わる中での終了になってしまいました。

競技別最高齢者賞：93歳男性1名

元気長寿賞：4名

弓道大会

第19回大会は日曜日開催で参加者は、「朝電車が混んでいないので助かった」と喜んで居りました。

さて10時頃から試合開始、男子最高齢の西條さんが一番で出場です、元気な姿で入場して開始致しました。各選手はこの大会に出る為に1年間精進して楽しみにして来るんだ！射場に立って弓を引ける事が嬉しい！（当たればもっと良いのだが・・・）と、真剣に取り組んで居りました。また仲間が元気で参加して来た事を喜び、楽しそうに話をしているのが何箇所かで見受けられました。又来年のねんりんピックは山口市で行なわれる事に「頑張って参加するのだ」と仲間と得点比べをしたり、他の人の成績を気にして居る風景がほほえましく見えました。

選手の中でも目に付いたのは、80歳代優勝の摩庭選手の8射7中、男子全体でも4位と好成績でした。

女子では65歳代の高木選手の8射6中でした。閉会式で表彰を受け、入賞された選手は喜び合い和やかな1日でした。今年も無事故で終わることが出来ました。

大会最高齢者賞：97歳男性1名

競技別最高齢者賞：97歳男性1名

元気長寿賞：18名

競技区分	優勝	準優勝	三位
女子80歳以上	山田 朝子	八木 七三	崎山 美津
女子75～79歳	杉山 和子	矢嶋 奈保子	岩切 節子
女子70～74歳	飯田 久子	村山 勝子	小倉 京子
女子65～69歳	高木 清子	伊藤 美砂子	伊藤 朋子
女子59～64歳	坂内 松子	小川 菊代	入江 悦

競技区分	優勝	準優勝	三位
男子80歳以上	摩庭 文次郎	金澤 治夫	柿沼 義雄
男子75～79歳	清水 保郎	鵜ノ澤 清正	太田 哲三
男子70～74歳	鶴田 巖	田畑 和記	宇野 敏男
男子65～69歳	高橋 政時	亀井 達久	米谷 広良
男子59～64歳	瀬賀 邦夫	木下 恒雄	三橋 弘文

剣道大会

今年の大会は、昨年より20名ほど多く申込があり、その中でも4年目を迎えた女子の部は11名多い30名から申込がありました。道場内の溢れんばかりに響き渡る掛け声、ハツラツとした身のこなしに目を見張るばかりでした。

そんな女子の部では、決勝まで5試合を勝ち抜いた石井さんが優勝されました。

男子の部は、熱気に満ち溢れ、気合もろとも打ち込む姿には凛々しさを感じ、日々研鑽に務めまさに「生涯剣道」を実践していると感じました。各選手は優勝を目指し、日頃の修練の成果を十分に発揮されました。なお、80歳以上の部の竹松選手が4連覇を成し遂げられました。

試合が終ると和気あいあいと互い健闘を讃え、多くの剣友と友好の輪を広げたすばらしい大会でした。

競技別最高齢者賞：91歳男性1名

元気長寿賞：9名

競技区分	優勝	準優勝	三位
女子(59歳以上)	石井 幸枝	生方 由紀子	本郷 まゆみ 吉野 チエ子
男子(59～64歳)	増田 勲治	内田 隆彦	金子 巧 菊田 叔明
男子(65～69歳)	重松 正寛	吉野 邦俊	小野寺 覺 宮谷 信行
男子(70～74歳)	奈良 義直	近藤 良基	横田 實 潮 修宏
男子(75～79歳)	福田 弘	赤坂 明成	荒川 春男 松本 幸男
男子(80歳以上)	竹松 健	平山 四郎	山下 勇 亀澤 優



ソフトテニス大会

競技別最高齢者賞：84歳男性1名

大会当日は小雨が降る中の開会式となりました。
ブロックごとに予選リーグを行った後、各ブロックの1位の選手が決勝トーナメント、決勝リーグに勝ち上がっていきます。
予選リーグが終わったところには、雨も上がり、白熱した試合を展開していきました。なかでも、女子ダブルス決勝戦は、手に汗にぎる試合となりました。
怪我人もなく無事に大会を終えることができました。

競技区分	優勝	準優勝	三位
男子ダブルス	下田 春行 竹中 良明	飯沼 恵 柳下 秋久	浦野 広茂 五十嵐 敏久
女子ダブルス	坂庭 博美 宮本 美智代	天明 裕美子 二木 美佐子	中山 絹江・村井 澄恵 佐原 弘子・バーシュ 美智子
混合ダブルス	本間 進 吉田 勝代	福田 光枝 石井 勝治	井口 博文・笹川 友子 國重 始・佐藤 佳恵子

ラージボール卓球大会

今回の第19回シニア健康スポーツフェスティバルTokyo(ラージボール大会)は10月29日(水)に東京体育館で開催されました。6つの各年齢区分(最高は94歳)で300名を超えるラージボール愛好者が熱戦を展開されました。今年度から

84歳以上の部が新設されましたが、逆に59歳～63歳の部が減少してきました。ちょっと残念です。ボールもセルロイド製の他にプラスチック製のボールが公認球となり併用で行われました。

競技別最高齢者賞：94歳女性1名

元気長寿賞：14名

競技区分	優勝	準優勝	三位
男子シングルス59～63歳	林 朋実	吉直 貞二	新倉 茂
男子シングルス64～68歳	森口 健二	今出川 美登	阿部 康廣／毛利 秀
男子シングルス69～73歳	森永 恒史	鈴木 平一	嶋田 精久／久保 貢
男子シングルス74～78歳	諸本 徹也	大沼 孚	近藤 輝夫／伊東 英雄
男子シングルス79歳以上	唐橋 博	土井 索	小石 春男／能瀬 博美
男子シングルス84歳以上	鈴木 慶助	松村 喜動郎	水野 稲／本田 隆穂

競技区分	優勝	準優勝	三位
女子シングルス59～63歳	林 睦子	溝口 由里子	田中 由美
女子シングルス64～68歳	小泉 久江	矢島 美智子	上村 照代／佐々木 愛子
女子シングルス69～73歳	平田 洋子	川田 律子	満留 藤江／内田 雅子
女子シングルス74～78歳	田村 ちえ子	土屋 慶子	赤坂 芳子／中井 裕子
女子シングルス79歳以上	石原 政子	中川 すみ子	尾形 とみ子／葦沢 秀
女子シングルス84歳以上	依光 富久子	鯨井 かね子	斎藤 こう／大平 カツヨ

ゲートボール大会

10月29日(水)、素晴らしい秋晴れで、絶好のゲートボール日和となり、区部22チーム、多摩地域19チーム、島嶼地域2チームの43チームで行われました。

競技別最高齢者賞：93歳女性1名

元気長寿賞：9名

開会式では、競技別最高齢者1名、元気長寿賞9名の方々が表彰されました。
来年度の「ねんりんピックおいでませ！山口2015」の代表を目指して、予選は11コートに分かれて熱戦が繰り広げられました。
試合を見ていますと、表彰された選手が元気にチームの中心で活躍され、年齢を感じさせない見事なタッチ・送り球のプレーをしていました。
高齢者の皆さんが元気にゲートボールを楽しんでいる姿を見ますと、本当に健康に適したスポーツであると感じました。
過去2年大活躍しました、小笠原村の2チームは、残念ながら今年は上位入賞できませんでした。
本年の上位入賞チームは、チームワークを大切に、個々の力が結集され、実力を発揮した結果が出たものだと思います。

◆優勝
江戸川イーグルス
◆準優勝…立川こぶし
◆三 位…ライラック

ペタンク大会

競技別最高齢者賞：87歳男性1名

元気長寿賞：3名

今年は例年を上回る45チームが参加し、とても盛大に行われました。
しかし、当日の天候が不安定で、午前中は予定通り行われましたが、午後からは少しずつ天気が崩れてきました。
雨が降って来たため、準決勝、決勝と、試合時間を短縮し実施しましたが、残ったチームは雨などものともせず、気迫十分で試合に臨み、最後まで戦い抜きました。

◆優勝
深川デューク
◆準優勝…大島PC
◆三 位…桃井B

マラソン大会

昨年は厳しい雨の中での大会であったが、今年は天候に恵まれロードレースを行うには、絶好のコンディションの中での大会になった。59歳から80歳を超えるシニアの元気な方々が、3Km、5Km、10Kmに分かれ約150名が参加し開催されました。

競技別最高齢者賞：92歳男性2名

元気長寿賞：6名

はるばる新島から参加した方は「この大会で皆さんと交流できることを楽しみに参加した」と元気に走っていきました。
参加者の皆様は、普段からそれなりにトレーニングをしているたくましいシニアの方々に途中で体調を崩す者もなく無事完走し、お互いの健闘を称えあう姿が印象的な大会であった。
皆様方のご協力により今年の大会は成功裏に終了いたしました。

競技区分	優勝	準優勝	三位
3km(59～69歳)	橋本 勝行	伊藤 芳男	渡辺 政則
3km(70～79歳)	戸島 祐輔	斉藤 二三男	田中 将隆
3km(80歳以上)	広井 敏	大野 力弥	戸塚 末司
5km(59～69歳)	鈴木 豊	馬込 和明	萩原 悟
5km(70～79歳)	根岸 秀暢	梅澤 孝	生方 文城
5km(80歳以上)	山田 喜一	井上 武夫	堀江 実
10km(59～69歳)	野口 岩夫	永井 英彰	伊藤 春明
10km(70～79歳)	山田 隆	越田 征二	森田 実
10km(80歳以上)	馬場 恒夫	安川 邦夫	佐藤 豪人
3km女子	水田 眞知子	深澤 都貴子	石月 リツ
5km女子	本多 春江	半田 直子	村上 妙子
10km女子	斉藤 育子	南 かず子	松永 美子

コーナー

ソフトテニス大会



ラージボール卓球大会



ゲートボール大会



ペタンク大会



マラソン大会



参加者からのお便り

沢山の方からのご寄稿、
ありがとうございました。

シニア健康スポーツフェスティバルTOKYOに参加して思うこと、感じたこと、5人の方々のお便りをご紹介します。

剣道大会 黒木 晃さん

剣道大会の組み分けと健康寿命

元気長寿賞を戴きました。ご配慮有り難うございます。
シニア大会をお世話いただいている皆様のご苦勞に感謝いたします。
私は80歳からこの大会に毎回参加しております。
何時の間にか10年が経ちました。来年は90歳になります。
80歳の組の年齢の開きに歳を感じます。
最高齢者の参加の年齢区分に一言申し上げます。
このシニア剣道大会の区分けは59歳から64歳、65歳から69歳、70歳から74歳、75歳から79歳、80歳以上の5組になっています。
全日本武道大会では80歳から84歳、85歳以上の6組になっています。また、陸上競技のマスターズ大会は更に85歳から89歳、90歳から94歳、95歳から99歳、100歳以上と決めています。
このシニア大会は少なくとも85歳から89歳、90歳以上の7組に出来たら幸いです。超高齢者は特に近い年代の差で勝った、負けたと剣道を楽しむ事を求めていると思います。
年齢差を縮めることにより超高齢者の参加が増えることを期待します。
厚生労働省は2014年を健康予防元年として平均寿命を延ばすことから健康寿命を延ばすことに重点を置いています。日本人の平均寿命は男79歳女86歳、健康寿命男70歳、女74歳でその開きは男9年、女12年となります。この差を縮小することにより国民の健康生活の向上と経費の削減を図る施策です。
この施策に東京都シニアスポーツ大会は貢献しています。また、参加される皆さんは健康寿命の優等生と言えます。
附：健康寿命とは健康に問題がない状態で日常生活が送れる寿命。ひとの厄介にならない寿命です。



マラソン大会 小柴 常雄さん

シニア健康フェスティバルに参加して

- ①出発。いつも練習している3kmを走るだけなので大したことはないと思うが、何となくぞわぞわした気分。私の出番は12時10分だが、早めに行って、開会式、10kmや5kmの様子、立派なトラックを自由に走りまわれる喜びを味わうつもりで早めに出掛ける。
- ②スタート。定刻12時10分が近づき選手がスタートラインに集まる。号砲一発、一せいにスタート。忽ち私は最後尾になってしまう。「いつものペースで!!」ビデオを撮りにきている息子の声に勇気づけられて、トラック一周半して場外へ。
- ③場外。場外のランニングコースには一般の人達が走ったり歩いたりしている。私の走りはその歩いている人たちにも追い抜かれる。しかし私なりに精一杯の力走。「マイペース。ころばぬように」いつもの練習時と同じ、心の中でつぶやき乍ら走る。
- ④ゴールへ。ある程度余裕をもって場内へ。最後100mのトラックを走るときの快適さは何ともいえない。両手を上げてゴールイン。最後尾だけれど自分なりの満足感を身体一杯に表わして。
- ⑤表彰。入賞者の表彰のあと、何と私も表彰された。健康長寿賞(85歳以上の3人)を戴いた。
- ⑥感謝。この大会にできる為に日頃練習しているおかげで体調が良い。多くの役員さん、企画してくれた東京都に感謝感謝の日だった。



ソフトボール大会 柳美澤 健一さん

東京オリンピック開催が去年9月に決まり、後6年後にファンファーレが鳴る。
青春時代の1964年と、傘寿で二度目の東京五輪を、稀有にもシニア世代の多くが迎える。第19回シニア健康スポーツフェスティバルは、10月11日・18日秋晴れに恵まれ開催された。
来年は20回大会と、人に例えれば二十歳の成人記念大会、ほぼその歴史と共に歩んできた私のシニア時代を振り返り、懐かしさが込み上げる。
思えば第4回大会に、福生シニアの投手として出場、福生は勝ち進み、羽村と決勝戦5-4で制し初優勝を遂げた。まだユニフォームの上は、紺のTシャツで揃え出場したところである。ミレニウムで世界中が沸き立った2000年、都を代表して(当時は1チーム)大阪ねりんピック出場の際に輝き、慌ててチームはユニフォームを新調、全国初デビューした。その大会一回戦は突破したが、二回戦で兵庫県に5-6で惜敗した。
2002年のうつくしま大会からは、東京代表が二チームとなり、福生シニアは準優勝で参加。しかし、相馬のソフトボール大会は、連日の激しい雨で一日も競技が出来ず中止、雨の中観光や小学校訪問し交歓した。
まさか後に東日本大震災に遭うとは、2012年第25回宮城大会は、出場権を得ていたが、あの災害でソフトボール競技は中止された。
今大会は、二日間恒例の立川緑地野球場で行われ、とても天候に恵まれた。香川ハイシニア全日本を翌週に控え、若手のメンバーを主体に、新生チームで挑んだ。まだチーム編成したばかりとあって、優勝は古豪八王子シニアに譲り、準優勝で2015年ねりんピック山口大会の出場を決めた。
私など数名が登録から外れる程に、25名の枠を今回初めて超えたのは、嬉しいことである。この15年間にねりんピックへは、2000年大阪、2002年相馬、2007年茨城。2010年の石川大会では、我がエース星野彰の力投で、初の全国優勝を飾り祝杯を挙げた。
2012年宮城大会の代表権は得たが、東日本大震災でソフトボール競技は中止となった。2002年に訪れた相馬は相当な被害を受けたと聞く、東北の復興に思いを寄せた。
2013年高知・香南市では、八王子シニアと共に東京はベスト8の優秀賞だった。
シニア時代にソフトボールで全国を駆け巡り、日本を漫遊することが出来た。振り返ると第4回大会優勝当時のメンバーは、私一人になってしまった。
このシニア健康スポーツフェスティバルには、シニア時代の青春が夢多く詰まっている。来年は75歳、選手生命は終わっても、これからもチームの発展に尽力をと願っている。
超高齢化時代を迎えているが、東京五輪が半世紀ぶりに開催されることになった。あと6年、東京五輪をシニア青春のまま、元気に迎えたいという、多くの先輩・後輩も居られることだろう。

60・70は漢垂れ小僧、まだまだと夢は膨らむ!



※このお便りは平成26年11月にお寄せいただきました。

剣道大会 竹松 健さん

年の瀬 本年も余すところ 二日となりました。
私こと、今年の大会を含めて四連覇優勝を得ましたので毎年写真を拝受いたしておりますが、今年(今回)のが一番良く撮れており大変嬉しいです。
ご厚情に甘えての幸運の写真、額に入れ生涯を通し大切に保存いたします。
老骨にむち打ち、更に精進いたしますことを誓い御礼のご挨拶まで、皆様のご健勝を祈ります。



※このお便りは平成26年12月にお寄せいただきました。

テニス大会 猪原 照雄さん

テニス大会に参加して

昨年10月に65歳を迎え、サラリーマン生活に終止符を打つと同時にスポーツ三昧をスタート。週末土曜は選暦野球、日曜、祭日は中学生軟式野球クラブのコーチ、ウィークデイはテニス、合間を縫ってゴルフと生涯を通じてこの一年スポーツに興じていました。
本大会の参加者大募集の案内を見て、男子ダブルス(64歳以上)の大会への参加意欲が湧き、パートナーを探し出すのに苦勞し、テニス、選暦野球仲間の中からやっとお願いして申込みをいたしました。
お互いのプレイ、力量を知らない者同士が俄かにパートナーを組むこととなり、7月下旬から練習を重ね大会当日を迎え、試合会場の有明の森へ出掛けました。
初めての出場でもあり緊張もありましたが、一回戦は1ゲームも落とすことなく予想外の勝利を挙げることが出来ました。二回戦、滑り出しは予定通りお互いのサービスをキープして2-2までは順当に試合を進めましたが、常にリードを許し3-5でダブルマッチポイントを握られ一時万事休すかと観念した状況もありましたが、負けて元々と開き直り徐々に挽回し、その後は4連続ゲームを取り7-5で二回戦を制し、ベスト16に駒を進めることが出来ました。
その後は雨天によるコートコンディション不良のため大会そのものが中止となり誠に残念でありませんでした。
参加理由の一つに、来年度の「ねりんピック おいでませ!山口2015」を目指していました。小生は山口県下関市出身、パートナーは1963年開催の山口国体に高校の軟式野球大会に出場した想い出の地と云うことでお互いに頑張った次第です。
また、パートナーを組んでいたいただいた方の出身地と小生の本籍地が熊本県天草と云う偶然の共通点があったこともこの大会の申込みを行って初めて分かり、即席チームにも拘わらずチームワーク良くプレイすることが出来たのも勝利の一因かと思っています。
勿論、来年度もこの大会に参加出来るよう鍛錬し頑張ります。また、選暦野球全国大会のみならず古希の大会にも出場出来るよう体力の維持、気力の高揚に努めているところであります。

※このお便りは平成26年11月にお寄せいただきました。

平成27年度(第20回)のシニア健康スポーツフェスティバルTOKYOは

7月1日から参加者の募集開始の予定。また、募集案内は各区市町村のスポーツ主管課、高齢福祉課などで配布予定。