

第28回 シニア健康 スポーツフェスティバル TOKYO ニュース

令和6年1月31日(水)

発行 公益財団法人東京都体育協会
〒160-0013 新宿区霞ヶ丘町4-2
Japan Sport Olympic Square 10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】
令和5年.10/8(日)～11/23(木・祝)

第28回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYOは、10月8日のサッカー大会を皮切りに、11月23日のマラソン大会まで、10競技、延べ16日間に渡り開催されました。開催日は天候に恵まれ、予定どおり全日程を終了することができました。

今大会は、翌年度の「ねんりんピックはばたけ鳥取2024」の東京都代表選手の選考を兼ねた大会となっていることもあり、出場された選手の皆さんは、日頃から磨きあげてきた技術を存分に発揮し、各競技において多くの熱戦が繰り広げられました。

今大会には10競技合計で2,643名のご応募をいただきました。10競技全体通じての最高齢は98歳の福本 幸子さん(ラージボール卓球)で「大会最高齢者賞」を受賞されました。この他、90歳以上の方を対象とした「長寿賞」は22名、85～89歳の方を対象とした「元気長寿賞」は113名、サッカー競技は、「競技最高齢者賞」として75歳の選手が2名受賞されました。

また、今回は新型コロナウイルス感染症が5類に移行したこともあり、各会場とも参加者のご家族やご友人の皆さんが、選手に力強い声援を送る光景が久々に見られ、スポーツを通じて親睦を深めると共に、健康に対する感謝の気持ちを改めて感じる大会となりました。

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、公益社団法人東京都医師会、各後援団体、各協賛会社など多くの皆様よりご協力をいただきましたことに厚く御礼申し上げます。



テニス大会



ソフトボール大会



弓道大会



ソフトテニス大会



剣道大会



ラージボール卓球大会



ゲートボール大会



サッカー大会



ベタンク大会



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おし、シニア世代の社会参加や仲間づくり、世代間交流を促進するとともに、スポーツ実施率の更なる向上を目指し、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。

- 主催 東京都、公益財団法人東京都体育協会
- 後援 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、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
- 主管 一般社団法人東京都卓球連盟、一般社団法人東京都テニス協会、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、東京シニアベタンク倶楽部、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 ヤクルトヘルスフーズ株式会社、大塚製薬株式会社、ユーレックス株式会社、井村屋株式会社、株式会社 Nolook、株式会社キャラ

会場・開催日一覧

競 技	会 場	開 催 日	申 込 数	
サッカー	駒沢オリンピック公園総合運動場 (第二球技場)	10月8日(日) 10月14日(土) 10月22日(日)	32チーム	642名
	清瀬内山運動公園サッカー場(A面)	11月5日(日)		
ソフトボール	武蔵村山市総合運動場 第一・第二運動場	10月14日(土) 10月21日(土) 11月4日(土)	24チーム	442名
弓道	東京武道館(弓道場)	10月15日(日)	—	166名
ラージボール卓球	東京体育館(メインアリーナ)	10月17日(火)	—	207名
ソフトテニス	有明テニスの森公園 Cコート(砂入り人工芝コート)	10月17日(火)	38ペア	76名
テニス	有明テニスの森公園 Cコート(砂入り人工芝コート)	10月18日(水) 10月19日(木)	205組	410名
剣道	東京武道館(大武道場)	10月19日(木)	—	225名
ゲートボール	駒沢オリンピック公園総合運動場 (第二球技場)	11月3日(金・祝)	26チーム	163名
ベタンク	文京区六義公園運動場	11月8日(水)	27チーム	89名
マラソン	駒沢オリンピック公園総合運動場 (陸上競技場)	11月23日(木・祝)	—	223名

第28回 シニア健康スポーツフェスティバルTO

テニス大会

長寿賞 (90歳以上) …… 2名

元気長寿賞 (85歳～89歳) … 7名

テニス大会は、10月18日と19日に第22回大会以来の有明テニスの森公園において、男女185組、370人の参加を得て無事に開催され、熱戦を繰り広げました。大会当日は秋晴れの下、新設された男子ダブルス84歳以上の部では3組の参加があり、この中には長寿賞を受賞された有滝 史郎、黒田 定明両選手も元気にプレーされました。また、元気長寿賞を受賞された7名の選手も、元気に楽しくプレーされていました。

今大会は、来年度の「ねんりんピックはばたけ鳥取2024」の選考対象大会として実施されましたが、新型コロナウイルス感染症も落ち着きを見せる中、選手・役員・大会関係者皆様のご理解とご協力をいただき、滞りなく無事に終了することができました。改めて有難く厚くお礼申し上げます。

次回大会以降も、「ねんりんピック」選考対象大会に相応しいものとなるよう努めて参ります。

区 分		優 勝	準優勝	① 3位(2ペア) ②	
男子 ダブルス	59歳以上	増田 久徳 中野 康之	篠崎 淳一 渡部 公夫	福井 正志 牧野 章男	笹木 浩幸 千葉 健美
	64歳以上	浅井 俊和 大野 雄治	土井 憲雄 村井 博哉	小室 廣明 阿部 悟	森田 秀昭 太田 允生
	69歳以上	大石 秀俊 葛巻 国成	疋田 達夫 八木原 信裕	高村 捨雄 亀田 光彦	荻原 邦彦 荻原 和彦
	74歳以上	海老名 温 岩永 和夫	長谷川 義春 南 成泰	佐藤 佳伸 田畑 昭雄	山森 秀夫 石川 時昭
	79歳以上	神森 達朗 後藤 和義	齊藤 征隆 酒井 国雄	橋田 孝 中村 基史	本橋 治保 上之家 健次
	84歳以上	服部 比登志 早乙女 邦彦	吉井 滋 米田 元昭	有滝 司郎 黒田 定明	—
ダブルス	59歳以上	鈴木 巳季 御代 佐絵子	新井 たつ子 辻 明美	吉川 弥生 曾我 智子	青木 純子 川村 照美
	64歳以上	住山 いづみ 中山 すみ子	出店 たつ恵 勝山 智子	増島 佳子 相澤 良枝	福田 幸子 小松 利恵子

ソフトボール大会

長寿賞 (90歳以上) …… 0名

元気長寿賞 (85歳～89歳) … 3名

武蔵村山市総合運動場にて10月14日(土)から11月4日(土)まで大会を行い、24チームが参加致しました。武蔵村山市は狭山丘陵の西にあり、東京都の中で唯一鉄道のない市ですが、緑多く穏やかな街です。大会開催は例年、台風の影響が危ぶまれますが地元の皆様や審判員のご協力のお陰で、予定通りに終えることができました。

今年度は5名の方が元気長寿賞になりましたが、2名の方が参加することができず3名の方が受賞されました。毎年見せていただきますが、改めて選手の「若さ」に驚きます。大会の内容はコールドゲームが多く出ましたが、選手の皆様は楽しく元気に最後までプレーしていました。今年は17本のホームランが出ました。選手・役員・大会関係者の皆様のご理解とご協力を戴き、大きな怪我もなく無事に終了することができました。本当に有り難うございました。



優 勝	準優勝	3 位
シニア八王子クラブ	町田メイツ	オール西東京シニア

弓道大会

長寿賞 (90歳以上) …… 4名

元気長寿賞 (85歳～89歳) …13名

今回は、昨年の四ツ矢一回からコロナ禍前の四ツ矢二回に戻しての開催となりました。ただ、密を避けるために年齢別区分ごとにグルーピングしての運行としました。

当日は雨降る肌寒い天気のためか、エントリーした166人中25人が欠席となりましたが、熱い戦いが繰り広げられ、3位までの入賞者の成績も例年にないような的中数・高得点となりました。

これも、皆さんがコロナを乗り越え、弓を引ける喜びに感謝しながら稽古に励んだ賜物と思います。

最後に、大会役員の皆様にご感謝申し上げますとともに、また来年も元気でこの場に立てるよう祈念しつつ、大会結果のご報告とさせていただきます。

区 分		優 勝	準優勝	3位
男子	59～64歳	矢吹 博	和泉 亮	市村 司
	65～69歳	粟野 茂	神尾 和弘	飯野 信夫
	70～74歳	中園 末広	湯沢 基至男	鈴木 利夫
	75～79歳	濱田 幸二	斉藤 順	成田 喜裕
	80歳以上	金澤 治夫	若松 正明	遠藤 尚志
女子	59～64歳	柿崎 博子	秋葉 紀子	円道 俊枝
	65～69歳	鈴木 玲子	長谷川 佳子	横田 和代
	70～74歳	新井 雅枝	中園 いずみ	藤旗 わか子
	75～79歳	大庭 正子	菅野 一恵	高橋 尚子
	80歳以上	木村 裕子	井出 雅子	菊地 昌子

ソフトテニス大会

長寿賞 (90歳以上) …… 0名

元気長寿賞 (85歳～89歳) … 0名

今年の大会は、爽やかなテニス日和で始まりました。今回は大会会場が小金井公園から有明テニスの森公園になりました。会場が変わった事もあり参加者が減ってしまいました。シニアとは言え、気迫あるプレーが多く見ごたえあるゲームが多数見られました。

今年は、昨年まで行われなかつた女子ダブルス70も熱い戦いが行われました。昨年までは行われていた男子ダブルス70は、今年は行うことができませんでした。来年は行われることを期待します。

今年は、新型コロナやインフルエンザが流行っている中での開催でしたが、元気な顔が沢山見れたこと、また関係者の皆様のおかげで無事開催出来ましたことに、感謝致します。

区 分		優 勝	準優勝	① 3位(2ペア) ②	
男子ダブルス		赤津 義昭 岡田 賢一	市川 克己 栗原 操	武士 典央 奈良部 利昭	高橋 清 吉田 正弘
女子ダブルス		春日 君江 萩原 由美	白井 紀代美 藤巻 茂美	春山 和美 三上 幸子	古屋 ゆり子 永見 慶子
混合ダブルス		新沼 宏之 鈴木 節子	熊谷 信夫 田村 良子	菊池 薫 落合 幸作	—
女子ダブルス70		竹内 美鶴 中山 初美	中島 しづゑ 澤田 節恵	佐々木 美知子 佐藤 佳恵子	—

剣道大会

長寿賞 (90歳以上) …… 2名

元気長寿賞 (85歳～89歳) … 8名

10月19日東京武道館を会場に昨年を上回る、197名の参加を得て、女子の部1部門と男子の部(5つの年齢区分)に分け、4試合場において行われました。

シニア世代とは思えないハツラツとした気迫あふれる掛け声、気合もろとも打ち込む姿には凛々しさを感じ、日々の研鑽に努力し、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。

また、試合が終ると和気あいあいとお互いの健闘を称え、これが剣道で言う「交剣知愛」です。多くの剣友と友好の輪を広げたすばらしい大会でした。

区 分		優 勝	準優勝	3位(2名)	
女子		59歳以上	大木 清美	井坂 雅子	吉野 チエ子 上原 富佐江
男子	59～64歳	仲 博史	露木 幹也	山本 修平	星 君徳
	65～69歳	宗 順一	栗原 正美	沼田 康宏	安藤 賢一
	70～74歳	金子 巧	田中 正人	酒井 房男	藤井 栄
	75～79歳	木村 友治	久松 好弘	渡辺 敏明	荻原 正夫
	80歳以上	小柳 哲夫	岡本 邦靖	渡邊 春男	小菅 昇

大会写真



テニス大会



ソフトボール大会



弓道大会



ソフトテニス大会



剣道大会

ラージボール卓球大会

10月17日東京体育館において第28回シニア健康スポーツフェスティバル大会ラージボール卓球大会が開催されました。

今回は新型コロナウイルス感染対策が緩和されたことにより、スムーズな大会運営が出来ました。

今大会のエントリー数207名、当日参加者が185名で、棄権者が多く出ましたが、昨年度より16名の参加者増加となりました。長寿賞(90歳以上)に12名、最高齢98歳でした。

元気長寿賞(85歳～89歳37名)も多数参加されて、参加された皆様は一日楽しんでラージボール卓球を堪能しました。

また、来年元気にお会いできることを楽しみにしております。



長寿賞(90歳以上).....12名

元気長寿賞(85歳～89歳)・・・37名

区 分		優 勝	準優勝	3位(2名)	
男子 シングルス	59～68歳	板倉 静雄	横江 寛治	山口 領一	斉藤 祥寛
	69～73歳	小田切 健晴	杉田 平吉	大竹 丈久	森 政男
	74～78歳	中島 正基	高橋 忠夫	寺川 俊章	成末回天雄
	79～83歳	森永 恒史	宮川 光彦	半田 明	田村 浩三
	84歳以上	伊東 英雄	芳賀 文治	山口 耀生	高橋 貞作
女子 シングルス	59～68歳	池田 美和子	脇山 美栄子	磯部 典子	高野 明美
	69～73歳	北島 よし子	佐々木 愛子	半木 久美子	紺田 晶子
	74～78歳	岩満 美千代	金子 恭子	山崎 通子	中村 豊美
	79～83歳	徳勝 弘江	畠田 春子	中山 照子	伊藤 キクイ
	84歳以上	伊藤 利子	大石 雪子	土屋 慶子	細田 明子

ゲートボール大会

11月3日(金)秋晴れの駒沢オリンピック公園第二球技場においてゲートボール大会が開催されました。開会式では長寿賞2名、元気長寿賞24名が表彰され、参加者のうち5分の1が受賞する栄誉を得ました。昨年より少ない26チームの参加となりましたが、予選楽しく交流を図ることができました。予選は各チーム3試合を行い、勝ち数と得失点差により、上位8チームが決勝トーナメントに進出し、順位を決定しました。ねんりんピックかながわ2022において3位に入賞した「東くろめ」チームが2位になりました。4位以下は、足立ドリーム、大輝、栗原友の会、八丈スマイル、東京タワーが入賞しました。



長寿賞(90歳以上).....2名

元気長寿賞(85歳～89歳)・・・24名

優 勝	準優勝	3 位
東京六三四	東くろめ	立川こぶし

サッカー大会

今年の大会は10月8・14・22日・11月5日の4日間に渡り、32チームが参加して開催されました。4日間共天候に恵まれ絶好のコンディションで熱戦が繰り広げられました。

コロナの対策も緩和され伸び伸びプレーを楽しむ事が出来ました。

試合では優勝まで4試合を勝ち抜かなくてはなりません。

A・Bブロック共決勝は東京都シニアリーグ所属チームの対戦となり共に有力チームの優勝となりました。

今後もこの大会への参加チームが更に増え、生涯サッカーの一翼を担えることを期待します。

競技最高齢者賞(75歳).....2名

	優勝	準優勝
Aブロック	セレクション・トキオ・ロホ FC	西東京市民FC60
Bブロック	墨東TD	渋谷区FC60.2nd



ペタンク大会

今年度も昨年度と同じく、文京区六義公園運動場にて、11月8日(水)秋晴れの下第28回大会が27チーム、89名の参加により開催することが出来ました。

午前には予選リーグが午後は決勝戦が行われました。午後の決勝トーナメントは、8チームで行われ熱戦の結果、今年も常連のチームが勝ち上がり、深川プライムチームが優勝となり、2位にははむらBチームが、3位には深川フラッグシップチームでした。

今年も事故もなく無事終了したのは、選手、関係者の皆様のご協力があり誠にありがとうございました。

また、来年も皆様に会えることを楽しみにしております。

長寿賞(90歳以上).....0名

元気長寿賞(85歳～89歳)・・・14名

優 勝	準優勝	3 位
深川プライム	はむらB	深川フラッグシップ



マラソン大会

マラソン大会は11月23日に駒沢公園で開催されました。昨年、一昨年は競技場内のみの周回であったのに対し、今回は4年ぶりに駒沢公園内を走行するコースでの実施となりました。

当日は、天候にも恵まれ、166名の方が出場し、10km、5km、3kmの各種目で力強い走りを見せてくれました。

長寿賞(90歳以上).....0名

元気長寿賞(85歳～89歳)・・・7名



区 分		優 勝	準優勝	3位
3km男子	59～69歳	中川 康行	齋藤 史直	依田 好雄
	70～79歳	橋本 勝行	増田 英一	一言 庸夫
	80歳以上	田中 将隆	小野 清	井上 克巳
5km男子	59～69歳	磯間 浩幸	中川 順夫	島田 俊幸
	70～79歳	張替 鋼一	中川 清光	田崎 良
	80歳以上	江村 良一	有馬 祐三	長谷川 孝樹
10km男子	59～69歳	加藤 晃司	上原 有恒	町村 勉
	70～79歳	馬込 和明	永井 英彰	矢引 和明
	80歳以上	新井 勝彦	外村 武久	三島 文一
女子	3km	藤野 めぐみ	馬淵 敦子	深澤 智保恵
	5km	谷 真美	吉井 久美子	村上 理恵子
	10km	本山 睦美	田島 智枝子	高藤 則子

コーナ



ラージボール卓球大会



ゲートボール大会



サッカー大会



ペタンク大会



マラソン大会

参加者からのお便り

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、感じたことなどのお便りをご紹介します。

沢山の方からのご寄稿、
ありがとうございました。

テニス大会 | 黒杉 悦子さん

まさに天高く秋晴れのその日、いまだに勝ち知らずの私達、楠田・黒杉ペアの7回目の挑戦が始まりました。

私達はクラブやスクールには属さず、子供の幼稚園のママ友で結成した仲間（現在6名）で週1～2回、都立公園のコートでテニスを楽しんでいます。もう35年ほど続けていて、最近は退職したご主人達も加わってにぎやかです。テニスをしながら、合い間のおしゃべりで日々の悩みや愚痴を吐きだし、そしていいお天気のもとテニスができることの幸せをかみしめ、またそれぞれの家路につきます。

多少体調が悪くてもテニスはやりたいと思えば、さほど心配ないかな、と自分の健康状態をはかるバロメータにもなっています。

そんな仲間の中から私達ふたりが7年前からシニア大会出場の挑戦を始めたのでした。

さてゲームのほうは、1-4の劣勢から4-4に追いつき、その勢いのまま6-4で勝利。7年目にして初めて勝利の喜びを感じる事が出来ました。

さっそく仲間にラインで報告。喜んでくれたのは言うまでもありません。仲間へ感謝、そしてなによりペアの楠田さんに感謝です。

これからも健康に気を配り、少しでも永くコートに立ちたいと思っています。

マラソン大会 | 佐藤 和雄さん

あれから40年（綾小路 きみまる氏の決め台詞）

不惑を前にして健康のためジョギングを始めた。続けられる自信もなく勢いで始めたが、もう40年になる。最初は2キロくらいから10キロ、ハーフ、フルマラソンと東京マラソンにもでた。走れる距離がやりがいとなり日課となった。そして大会ごとに記録も伸び、私の一番の趣味となった。

あれから40年、70歳を過ぎ最近は熱もすっかり冷め、膝が腰が不調と走らない、当然雨の日は無理、暑くても寒くても無理と理由を探している。唯一のレース「シニア健康マラソン」に今年も出た。頑張りすぎないようにと妻のアドバイスもあり途中で歩きが入るが、それなりの成績で無事終えた。そして完走証がでるまで80歳以上の部表彰式を眺めていた。はつらつとした諸先輩の笑顔を見て少し後悔とくやしさを思いつつとぼとぼ駅へ向かう。

帰りの車中、若人の喧噪のなか不思議な思いがこみ上げた「まだ10年もある」と呪文のようにぶつぶつと考えていた。そして今「あれから40年」ではなく「これから10年」だと来年のレースのことを考えている。事務局の皆様ありがとうございました。



弓道大会 | 新井 雅枝さん

「第28回シニアスポーツフェスティバルTOKYO 弓道大会」の入賞メダル写真・副賞を、ご送付頂き有難うございました。思いもかけない入賞でしたので、立派なメダルを見て、嬉し・恥ずかしでした。初めての大会参加でした。

会場に入り、知らないお顔の方ばかりでしたが、待ち時間の間、同年代のよしみで話が弾み、緊張が解けました。シニアの方々の若々しさも感じました。

射位に立ち、雨音がしきない中、雑念が無くなり、自分なりの射ができたように思います。反省は多々ありますが、今後の課題として稽古に励み、来年も大会に参加できるようにと思います。

大会運営にあたり、弓道連盟の役員の方々の丁寧な対応や、てきぱきとした進行、生涯スポーツ課の方々の準備等で、シニアの素敵な大会に参加させていただきお礼を申し上げます。

戻りましてから、所属の弓道連盟に報告し、入賞メダルも見ていただき励ましのお言葉も頂戴しました。

弓道大会 | 菊地 昌子さん

あいにくの雨と寒さで射場に立ったら震えが止まらず思う様な射が出来なかったのがとても残念でしたが88才にしては参加する事が出来たのはすごく良かったと思います。

又四ツ矢二回出来たのも良く役員の皆様に深く感謝したいと思いました。又来年元気で居たら参加したいと思います。



剣道大会 | 森 真理さん

9月に60才を迎え初参加しました。

大先輩方の剣道への姿勢を感じ、帰ってきました。

子育て終わり、介護もはじまりの中で今一番剣道にむき合っている時に、このようなシニア大会は目標になります。

今4つの剣道会に先輩より声をかけて頂きお世話になってます。今回も同年代での交流があり、来年の楽しみになりました。

80代まで続けることが目標です。

ソフトボール大会 | 笹本 良さん

プレーボールの発声!!それはこち良い緊張と興奮の一瞬だ。

週2日の練習でつちかわれた体力と技術がこの時に開花する、そして何よりも試合に参加するというゾクゾクするような喜びが全身を包みこむのだ。

ソフトボール程、誰もが楽しめるスポーツはありません。レジャーとして皆とともに汗を流すのもよし、スポーツとして高いレベルの技術を競うのもよし、懸命にボールにたち向かう時、心身の充実が成就する。まさに健康のみなもとです!!

立川樺ソフトボールクラブ部員仲間とソフトボールをそして健康に身体を動かす事を楽しみにしております。第28回シニア健康スポーツフェスティバルTOKYOの発展をお祈り申し上げます。

マラソン大会 | 一言 庸夫さん

競技歴67年、73才の私はこれまで数え切れないほど多くの大会に出場してきたが、今回ほど心がほんのりする大会は初めてだった。

70～79歳・3キロのスタート前、同じ3キロに出場する59～69歳と80歳以上、さらには女性ランナーを合わせ50名ほどのひとりひとりが紹介されたのだが、名前を呼ばれると笑顔で手を挙げる人や大きな声で返事をする人、そして80歳以上の皆さんには全員から大きな拍手が沸き、号砲を待つ直前とは思えないほどのなごやかさで、出場者全員が「この歳まで胸にアスリートピブスを付けて元気に走ることができることを喜んでいる」様子。

「くれぐれも御無理はなさらないようにしてくださいね」

出走係の審判員の方の呼び掛けを肝に銘じいよいよスタート。私は昨年は体調が整わず参加を控え3年前は新型コロナウイルス感染予防のため中止ということもあり5年ぶりの参加だった。

レースはゴールを前に3人の女性ランナーに一気に抜かれるという思いがけない展開だったが、結果は第3位、目標タイムもクリアして、うれしくまた充実感あふれる大会となった。



テニス大会



ソフトボール大会



マラソン大会

令和6年度(第29回)シニア健康スポーツフェスティバルTOKYOは、7月から参加者の募集を開始する予定です。
募集案内は、各区市町村のスポーツ主管課、高齢福祉主管課、スポーツ施設などで配布する予定です。