

マスターズ陸上

とやま

発行：富山マスターズ陸上競技連盟

事務局 〒931-8436

富山県富山市宮園町101-14

理事長 大懸 誠愉

TEL・FAX (076) 451-0394

編集責任者 柳瀬 和昭

TEL・FAX (076) 468-1008

目標と夢に向かって



会長 中西 邦 康

明けましておめでとうございます。

物事の始めは、何か心改まるものです。今年は十二支の始めの「子年」を迎え会員の皆様にはいよいよ心機一転新しい年に意欲を掻き立てて見えることとお慶び申し上げます。

昨年中連盟にお寄せいただきましたご支援ご協力に深く感謝申し上げますと共に今年も宜しくお願ひ申し上げます。

さて、昨秋テレビで野球のオリンピック出場アジア予選をご覧になった方は多いと思います、韓国戦香港戦の攻防の一コマ一コマはまさに感動の連続で、私も他を忘れテレビの前に釘付けになった者の一人です。接戦を制して勝ち取ったあの星野ジャパンの勝利は私達に大きな感動と夢、そしてスポーツの素晴らしさを存分に教えてくれました。

あの勝利をもたらしたものは何だったのでしょうか、特定のヒーローの存在ではなく選手一人一人が、その持ち場の中で力いっぱいを出し切った勝利いわゆる全員野球の勝利だったように思います。監督の采配もさることながら関係プレーの中で発揮された力の結集こそが私たちに大きな感動として心に響くものになったと思えてなりません。

そのことの大切さは、あらゆる諸団体の活動においても言える事ではないでしょうか。

幸いにして当連盟におきましても昨年は役員・会員の皆様がそれぞれの持ち場の中で精一杯活動に心を傾けられた一年でなかったかと思えます。新たな普及・強化活動としての陸上教室の取り組み、各種大会での多数の方々の入賞・新記録、特に新会員女性2名の方の日本新記録の快挙は特筆すべき

事項であり喜びに耐えない次第でございます。

2010年には、全国スポレク祭が富山へやってきます。一大イベントのこの大会にも県・諸団体に協力し是非成功させたいものです。連盟として会員として何が出来るのか何をすれば良いのか今年心傾ける年になるだろうと存じます。大きな目標と夢に向かって活動を起こすことが必ず結果に結びつくことを信じ、今年も富山マスターズ陸上競技連盟の旗の下に楽しく集おうではありませんか。会員の皆様のご活躍とご家族の皆様のご健勝を心よりお祈り申し上げ年頭のご挨拶といたします。

今後の主な行事予定

第 2 回三世代交流陸上教室

1 月 12 日(土)14:30~16:30 富山県総合体育センター(富山市秋ヶ島)

参加料 500 円(児童・生徒・学生は 200 円、障害保険料を含む)、当日会場にて支払い

* 詳細は、次ページ参照ください。

平成 19 年度富山マスターズ陸上競技連盟定期総会

日時: 2 月 24 日(日) 午後 3 時から

場所: オークス カナルパークホテル 会議室にて

* 総会終了後(午後 5 時ごろから)、懇親会を予定しています。

第 3 回三世代交流陸上教室

3 月 8 日(土) 午後

* 詳細が決まれば、別途申込み用紙を配布予定。

第 21 回都道府県対抗全日本マスターズ駅伝鳥取大会

4 月 20 日(日) 鳥取県鳥取市布勢運動公園陸上競技場

* 今年もバスをチャーターして、選手だけでなく応援者も含めた富山県選手団として、皆で楽しく参加したいと思っています。

大会で疲れた後も安心して帰宅できますので、奮ってご応募ください。

第 17 回富山県民スポレク祭マスターズ陸上 兼第 4 回富山マスターズ陸上競技記録会

総合開会式:5月24日(土)、陸上競技会:5月25日(日)富山県五福公園陸上競技場

第 27 回富山マスターズ陸上競技選手権大会

7 月 13 日(日)魚津市桃山運動公園陸上競技場

第 29 回全日本マスターズ陸上競技選手権大会

9 月 26 日(金)~28 日(日) 於ける:宮崎市 生目の杜運動公園陸上競技場

第 21 回全国スポーツ・レクリエーション祭

10 月 18 日(土)~21 日(火) 於ける:滋賀県

第 15 回アジアマスターズ陸上競技選手権大会

12 月 1 日(月)~5 日(金) 於ける:チェンマイ(タイ)

1月12日開催**於：富山県総合体育センター(秋ヶ島)****第2回三世代交流陸上競技教室**

富山マスターズ陸上競技連盟では生涯スポーツとしての陸上競技普及のため、第2回三世代交流陸上競技教室を開催致します。

今回は冬場におけるトレーニングについて座学と実技の講習を行います。

この教室は2ヶ月に1回のペースで開催(奇数月の第2土曜日)を予定しています。継続して参加して頂き、少しでも体力・競技力の向上に役立てば幸いです。

第3回は2008年3月8日(土)開催を予定しています。

主催 富山マスターズ陸上競技連盟 後援 北日本新聞社
 日時 1月12日(土) 14:30~16:30 場所 富山県総合体育センター(秋ヶ島)
 参加料 500円(児童・生徒・学生は200円、傷害保険料を含む)、当日支払い
 対象者 小学生から高齢者まで(マスターズ会員以外の参加大歓迎)
 申込・問合せ先 富山マスターズ陸上競技連盟 理事長 大懸 誠愉
 〒931-8436 富山市宮園町101-14 TEL&FAX 076-451-0394
 E-mail autec@t-mastertf.com 携帯 090-8966-7610

申込締切 12月31日(月) 必着でお願いします。

所定の申込書にご記入の上、郵便・FAX・E-mailでお申し込み下さい。

ホームページアドレス <http://t-mastertf.com> 検索ワード『富山マスターズ陸上競技連盟』

【タイムスケジュール】

- 14時00分～ 受付 コーチ・スタッフ打合せ
- 14時30分～ 開講挨拶・座学『トレーニング理論と方法』各種目コーチによる講義
- 15時20分 (一階会議室)
- 15時30分～ 種目別実技指導 (トレーニングルーム・室内ピット)
- 16時30分 閉講

----- 切り取り -----

第2回三世代交流陸上競技教室参加申込書(新規・継続)

第1回の教室に参加された方は継続に○印を付け、※欄以外の記入は不要です

氏名	※	性別	男・女
ふりがな		年齢	※ 歳
住所			
郵便番号		連絡先電話番号	
希望種目 (○印を付ける)	※ 短距離走 ハードル走 中・長距離走 走り幅跳 三段跳 走り高跳 棒高跳 砲丸投 円盤投 やり投 ハンマー投		
経 験	無し・有り 年くらい(できればご記入ください)		
※ 誓約書			
私は、自分自身の健康管理に細心の注意を払い、万一の事故の場合には主催者に対し、主催者加入の傷害保険以外の請求は一切いたしません。			
平成 年 月 日			
		参加者氏名	印
		保護者氏名	印

マスターズ陸上競技とは

スポーツを愛好する中高年齢の人たちが、人間の基本的な運動能力「歩く」「走る」「跳ぶ」「投げる」等の種目すなわち「陸上競技を5歳刻みの年齢でグループに分けた競技者の中で競う競技です。

ただし、順位よりも『自己記録への挑戦』をモットーにして、日々の練習の成果を試す場として、各種競技大会が開催されています。

当富山マスターズ陸上競技連盟に入会または一時登録をして、参加したい競技会への申込みをすれば、年齢区分に応じてどなたでも気軽に参加できます。

生涯スポーツのひとつとしてスポーツ・レクリエーション県大会・全国大会の競技種目にもなっています。

**2010年(平成22年)第23回全国スポーツ・レクリエーション祭富山開催決定
なお、来年は滋賀県にて10月18日(土)～21日(火)に、再来年は宮崎県にて開催予定です。**

競技クラス	[男子]	[女子]	
25～29歳	—	SW25	
30～34歳	SM30	W30	
35～39歳	M35	W35	ただし、女子のみスポレク参加可
40～44歳	M40	W40	以降男女ともスポレク参加可
45～49歳	M45	W45	
50～54歳	M50	W50	
55～59歳	M55	W55	
60～64歳	M60	W60	
65～69歳	M65	W65	ただし、スポレクでは女子は以降同クラス
70～74歳	M70	W70	
75～79歳	M75	W75	
80～84歳	M80	W80	ただし、スポレクでは男子は以降同クラス
85～89歳	M85	W85	
90～94歳	M90	W90	
95～99歳	M95	W95	
100歳以上	M100	W100	

使用する用具等の特徴

- ・投てき用具（砲丸、円盤、やり）の重量は、年齢の高いクラスにいくにしたがって軽くなります。
- ・走る距離にも年齢に応じた配慮があります。（60m走、80mハードル走、2000mSC等）

2010 年(平成 22 年)第 23 回全国スポーツ・レクリエーション祭

富山開催決定

なお、来年は滋賀県にて 10 月 18 日(土)~21 日(火)に、再来年は宮崎県にて開催予定です。

県スポレク祭マスターズ陸上兼第 3 回富山マスターズ陸上記録会、第 26 回富山マスターズ陸上競技選手権大会での皆さんの元気なそしてひたむきな競技姿が、会場を訪れた多くの人たちにすばらしい感動を与えました。

そして、7 月 3 日付け北日本新聞の「記者ノート」欄に社会部高木健成氏の「マスターズの広まり期待」との、記事が掲載されました。

そのなかで、富山マスターズ陸上競技選手権大会での出来事や高木さんの思いが記されており、私たちの活動の励みとなる暖かいお言葉でしたので、ここにその内容を紹介します。

『「お父さん、おじちゃん頑張れ。」・・・30 歳から 80 歳の選手に、スタンドから子どもが声援を送っていた。・・・この大会では応援する側、受ける側の立場が“逆転”していて、新鮮な感覚だった。』と、そして『この大会のように、祖父母や親がスポーツで頑張る姿を子や孫に見せる機会が増えれば、若い世代が競技を始めるきっかけになるかもしれない。』、最後に『マスターズがスポーツ振興の一翼を担うことを期待したい。』と結ばれていました。

高木さんのお言葉を胸に刻み、全国スポレク富山大会の成功を期して、これからの活動を盛り上げていこうではありませんか。

会員の皆様方には、地元大会での記録更新を目指して、今後の日々の練習に精進願います。

また、「3 世代交流陸上教室」を継続して開催しますので、知り合いの方々にも年代を問わずお誘いください。

富山マスターズ陸上競技連盟のホームページにアクセス!

富山マスターズ陸上競技連盟

アドレスは [<http://t-masutertf.com/>] です。

広報よりも早く、より多くの最新情報が得られます。

各種大会の記録詳細については、ホームページをぜひご覧ください。

管理者：理事長 大懸 誠愉

第21回全国スポーツ・レクリエーション祭

スポレク滋賀2008

平成20年10月18日(土)~
21日(火)開催!!開会式 平成20年10月18日(土)
会場: 滋賀県希望が丘文化公園芝生ランド「びわ湖から
あふれる元気
きらめく笑顔」

全国スポレク祭

中西邦康会長、田中寿美子副会長等県いきいき長寿センターの教室にて 講師としても活躍

マスターズ以外でも走ることの魅力を伝え、走ることを通じて多くの人々との交流の輪を広げられました。

こうした活動のなかから、陸上競技に気軽に取り組み、健康を維持しながら仲間と楽しく過ごす人の輪が広がるものと思います。

今年 1 年、会員の皆さんが「自分への挑戦」の気持ちで記録更新に挑まれ、また仲間との楽しいひと時を過ごされますよう、ご記念申し上げます。

原稿募集!!

読んで楽しい広報にするため、会員の**皆さんからの投稿**をお待ちしています。

原稿は、文章・写真・イラスト・マンガ等なんでも結構です。

◎ 送付先：柳瀬 和昭自宅まで

〒939-2214 富山市寺家 469

FAX (076)468-1008 (TEL 兼用)

パソコン E-mail アドレス

k-yanase@pd.ctt.ne.jp

「編集後記」

今年も昨年に引き続き、奇数月の第二土曜日に三世代交流陸上教室が開催されます。当面は、冬季練習を兼ねて、身体を動かしましょう。たくさんの方の参加をお待ちしております。

全国各地で開催された各競技会等の情報や結果については、紙面が限られているので、ホームページを参照願います。

会員みんなの「マスターズ陸上とやま」ですから、いろいろな話題の情報があれば遠慮なく提供をお願いします。

編集担当役員一同