

# 杉水連だより

No.115 平成24年 7月 5日発行

## 目次

- P1 会長挨拶
- P2~3 ジュニア・マスターズ水泳大会
- P4 事業計画・区民大会
- P5 ご案内
- P6 組織図・編集後記



**おめでとうございます。**

前列左より

ベストジュニア賞 山下 愛さん  
ゴールドマスター賞 大岡希代子さん  
ベストマスターズ賞 若林 瑞さん

2012 ジュニア・マスターズ水泳大会  
(2・3頁に記事 高井戸温水プール)

杉並区水泳連盟の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

今年は、4年に1度のオリンピックイヤーです。日本代表各選手が皆様に夢と希望を与えられるような素晴らしい健闘をすることに期待しております。

当連盟におきましては、去る4月21日に定期総会が滞りなく終了したことをご報告させていただきます。昨年は、東日本大震災の発生により残念ながら、5月開催予定だったジュニア・マスターズ大会を中止と致しました。その後落ち着きを取り戻した11月に、当連盟創立60周年を迎えることができました。その記念講演の特別講師として、アテネオリンピック800m自由形金メダリストの柴田亜衣さんをお招きし、祝賀会にも多くの来賓の皆様をお招きすることができました。会員・指導員各位共々感激し、改めて区民の皆様への感謝の気持ちを確認させていただきました。

本年度は役員改選（任期2年）となり、新たに副会長として矢野明氏、競技委員長として三澤圭祐氏、指導委員長に金田光世氏、理事に坂真理子、鈴木正明、小川健秀、田代真理子氏にご就任いただきました。皆様のお力をお借りしてより良い連盟運営を行いたいと思っております。

本年度は、「区民の体力向上と健康管理」をスローガンに以下の4点を目標として区民の皆様の体力促進に努力していきたいと存じます。

①高齢者スポーツの向上 超高齢化社会を迎えるにあたり、自己の基礎体力低下を予防するトレーニングによる体力維持。 ②障害者スポーツの向上 水中トレーニングにより一般社会生活に順応できる為の体力をつける指導法。 ③初心者指導の強化 区内小学生の体力低下を予防する為の強化トレーニング。 ④指導者の育成等 これからの区民の健康づくりは、多様化するニーズに合わせて杉並区スポーツ振興財団並びに体育協会と連携し、本連盟が行政・区民と三位一体となって高齢者スポーツの在り方を検討する体制になってくると考えております。

水泳を通じて「水の輪」を更に拡大し、区民に水泳への理解を高め、障害者リハビリを含む体力づくり等幅広い貢献が出来る様、会員・指導員共々より一層の努力をしていく所存です。

今後とも区民の皆様のご理解・協力をお願い申し上げます。 杉並区水泳連会長 深野一雄

# 2012 ジュニア



「僕は何番のコースで泳ぐの？」かわいい問いかけをする小学1年生選手、たくましく力強い力泳を見せる現役中高生、ゴールタッチ後に満面の笑みを作る75歳や80歳区分の選手…、区内の水泳愛好者が一堂に集う杉並区ジュニア・マスターズ水泳大会、去る5月13日（日）無事に実行することができました。

約1年間のリニューアル休館を終えた高井戸温水プールは、選手入口やロッカールーム、各導線などが、慣れ親しんだ形状から若干の変化があり、参加経験のある選手の中には、若干戸惑う場面も見受けられました。

競技結果は大変レベルの高いモノで、大会新記録52種目をはじめすばらしい記録が多数見られました。

なにより参加者各位の競技に対する真剣さや、競技を楽しむ姿勢には、心を打たれるモノがありました。

大会を無事に終了できたのは、参加選手、付添保護者の皆様、各チームの引率コーチの皆様のおかげでございます。この紙面をお借りして、改めて感謝申し上げます。

お忙しい中、大会準備や競技役員としてお手伝いいただいた関係者の皆様にもお礼申し上げます。

大きな事故やけが人を出すことなく終了した大会ですが、リニューアル後のプールサイド床面が、以前より滑りやすく、安全対策の必要性を感じました。（3頁へ→）



大会競技前、各部署で入念な打ち合わせ。



大会開会式、競技役員整列。

# マスターズ水泳大会



次年度以降も、多くの区民の皆様にも、安心して競技に臨んで頂ける大会運営を目指し、努力を続けたと考えています。

本大会は、学童から中高年の方までが一緒に泳ぐことができる数少ない大会です。中には、ご家族3世代で参加するスイマー一族もあるようです。真剣ながらアットホームな杉並区ジュニア・マスターズ大会を「さらに素晴らしい競技会に」の思いを強くいたしました。

筆者の私事で恐縮ですが、長きにわたり参加者または付添保護者や引率コーチ側だった私を、今年から大会運営側にお誘いいただきました。杉並区水泳連盟の諸先輩方のご指導を受け、区民スイマーの皆様にご満足いただけるよう、微力を尽くしてゆきたいと思っております。

末筆となりましたが、参加された選手やチーム関係者の皆様、付添保護者の皆様の更なるご健康とご多幸を祈念いたします。

秋に和田堀公園プールで予定されている「区民大会」、さらには来年の「杉並区ジュニア・マスターズ大会」でお会いできることを楽しみにしております。

(競技委員長 三澤圭祐)



改装工事が終了し、真新しくなった高井戸温水プール。

大会前日は、和田堀公園プール（夏期区民大会会場）から、競技タッチ板、掲示板などの機材を運びます。役員総出で、機材の設営、調節・確認をします。

(於 高井戸温水プール)

# 平成24年度 杉並区水泳連盟事業計画

## 連盟主催事業

定期総会	4月21日(土)	高井戸地域区民センター
ジュニア・マスタース水泳大会	5月13日(日)	高井戸温水プール
競技役員反省会	9月2日(日)	未定
競技役員勉強会	8月5日(日)	東京辰巳国際水泳場(都民大会)
競泳飛び込み講習会	未定	未定
指導員水泳教室派遣	4月	杉十小温水プール・高井戸温水プール
指導員研修会	年10回	杉十小温水プール等
指導員勉強会	3月23日(土)	未定
指導員養成研修会	第2、4火曜日 年24回	第1、3火曜日 年22回 杉十小温水プール・高井戸温水プール
救急法講習会	7月17日(火)	高井戸地域区民センター
指導員養成講習会	12~1月予定	未定
指導員検定試験	12~1月予定	

## 協力事業(杉並区教育委員会等)

第66回東京都民水泳大会	8月5日 日曜日	東京辰巳国際水泳場
第65回区民水泳大会	9月2日 日曜日	和田堀プール
幼児水なれ①	5月8日~6月26日 火曜日	16:00~18:00 杉十小温水プール
小学生めざせ25①		
幼児水なれ②	9月11日~10月30日 火曜日	16:00~18:00 杉十小温水プール
小学生めざせ25②		
幼児スイムデビュー		
小学生元気にスイム	2月2日~3月23日 土曜日	9:30~11:30 杉十小温水プール
クロール・バック・バタフライ・プレスト	10月6日~11月24日 土曜日	18:00~20:00 杉十小温水プール
泳力アップ初心初級		
泳法ワンポイント	4月~10月 第2日曜日	10:00~12:00 杉十小温水プール
泳力アップ中上級		
泳法ワンポイント	4月~10月 第4日曜日	10:00~12:00 杉十小温水プール
泳力アップ中上級		
泳法ワンポイント	11月~3月 第2、4日曜日	10:00~12:00 杉十小温水プール
泳法ワンポイント	7月~9月 第1、3土曜日	杉十小温水プール

## 委託事業(杉並区スポーツ振興財団)

シェイプアップアクア	4月~3月 木曜日	10:00~11:00 全19回 杉十小温水プール
ウォーキングタイム	4月~3月 月曜日	10:00~11:00 全36回 杉十小温水プール
アクアビクスタイム	4月~3月 月曜日	11:00~12:00 全36回 杉十小温水プール



平成24年度総会後 4月21日(土)

※上記事業計画は、日程等変更になる場合があります。  
詳細は、広報「すぎなみ」に記載されます

東京都民水泳大会 応援よろしくお願いたします。

8月5日(日) 東京辰巳国際水泳場

# 区民体育祭水泳競技会

- 日 時：2012年 9月 2日(日) 午前9時～(雨天実施)
- 場 所：和田堀公園プール (杉並区大宮 2-2-10)
- 対 象：区内在住・在勤・在学・または区内スイミングクラブに所属の方。
- 参加費：一般 500円、高校生 200円、小中学生無料。
- 申込用紙：杉並区スポーツ振興財団、社会教育スポーツ課、区温水プール、区内スイミングクラブに置いてある申込用紙に必要事項を記入して、お申込下さい。  
(全て郵送)  
★郵送先★〒167-0054 杉並区松庵 1-2-20 玉置方 杉並区水泳連盟宛
- 締 切 り：7月 21日(土) 消印有効です。
- 問 合 せ：TEL.090-1201-9960(水連競技委員会) 問合せ時間(19:00～22:00)  
★6月 21日付の広報「すぎなみ」に、競技種目、申し込み方法等、内容が掲載されております。

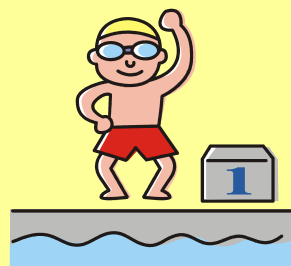
## 救急法講習会(AED使用)

日 時：2012年7月17日(火) 午後7時～9時

場 所：高井戸区民センター、第二和室 ◎水泳連盟会員の方はどなたでもご参加できます。

本格的な水泳シーズンを迎え、私達は日頃より正しく迅速に臆する事なく、救命を行える様に求められています。この度、心肺蘇生法の手技に変更がございます。是非この機会に最新の救急法を会得しましょう。

※AED(自動体外式除細動器)は、心臓機能の異常に対して(心室細動等)電気ショックを与え、正常な状態に戻すための医療機器です。



## 指導員養成研修会

### ①高井戸温水プール

日 時：2012年10/2,16, 11/6,20, 12/4,18 2013年1/15,29, 2/5,19, 3/5,19  
☆全12回 第1、第3火曜日 19:00～21:00(1月のみ第2、第4火曜日) 定員：20名(抽選)  
参加費：12,000円(12回分)

### ②杉十小温水プール

日 時：2012年10/9,23, 11/13,27, 12/11,25 2013年1/8,22, 2/12,26 3/12,26  
☆全12回 第2、第4火曜日 19:00～21:00(1月のみ第1、第3火曜日) 定員：20名(抽選)  
参加費：12,000円(12回分) 2ヶ所で開催!両方受講も可能です!!

申込締切：9月 22日(必着)(★8月の広報すぎなみに、申し込み方法等、内容が掲載されます。)

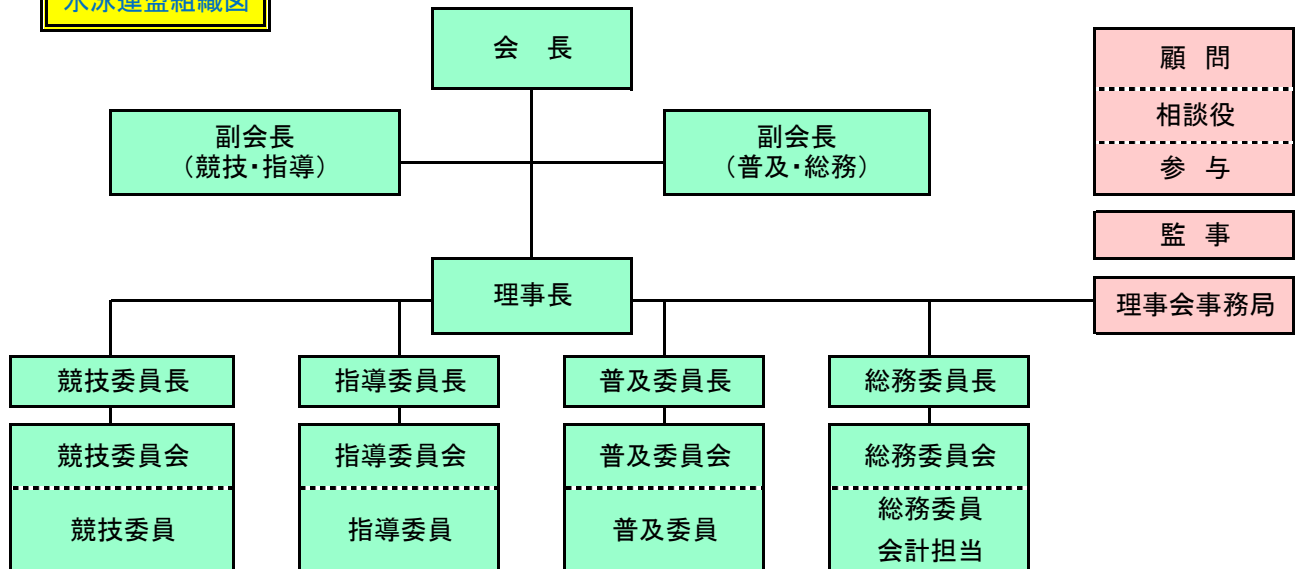
申込み：往復ハガキに、希望する場所(①、②、あるいは両方)、郵便番号・住所・氏名・年齢・性別・電話番号・泳力(泳型・距離)を記入し、下記宛お申込みください。

宛 先：〒167-0051 杉並区荻窪 1-8-3 杉並区水泳連盟 田代 真理子

問合せ：TEL. 5335-6785 田代(夜間7時～11時のみ)

主 催：杉並区水泳連盟 後援：杉並区教育委員会

水泳連盟組織図



役員・理事

会長	深野一雄	
副会長	大泉時男	
	森田恒世	
	矢野 明	

顧問	石原のぶてる	
	内藤裕義	
	宮嶋良寛	
相談役	山口隆也	
	篠原 豊	
	都築直樹	
参与	木暮芳子	
	依田芙佐子	
	福澤杜夫	

監事	塚原奈美江	会計
	杉本 直	業務

理事長	西野淳一	
委員長	三澤圭祐	競技
	松井仲子	普及
	藤波裕美	総務
	金田光世	指導
理事	玉置朋子	競技
	前田慶太	競技
	鈴木正明	競技
	小川健秀	競技
	堀江宏行	普及
	田代真理子	普及
	坂真理子	総務
	上野尚子	会計
	櫻澤幸子	会計
	岡崎道子	指導
	赤津きみ子	指導

《編集後記》

7月にロンドンオリンピック(第30回)が開催されます。巨大市場と化したオリンピックがかかえる問題もさることながら、地球規模で難問が山のように増えつつある最中、「平和の祭典」が開かれることが、少しでも世界にとって良いことにつながるようにと願っています。もちろん、日本人の活躍を期待しながら。

《事務局》

〒168-0064東京都杉並区永福 3-40-16(森田恒世方) 電話・FAX 03(5930)7284