

高く・強く・楽しく



柏崎体育

第193号

Kashiwazaki City Sports Association

(一財) 柏崎市スポーツ協会広報誌

2025年8月26日発行

編集●(一財) 柏崎市スポーツ協会広報部

印刷●柏崎インサツ

活躍する市内大学生アスリートたち

当協会に所属する新潟産業大学には、その競技のトップレベルを目指して活動する学生たちがいます。インカレをはじめとして、各種全国大会への出場・入賞を目標に日々の練習に励んでいます。

また、小・中学生への技術指導や高校生との交流、ボランティア活動への参加など、多方面で地域に貢献しています。そんな大学生アスリートたちの活動をご紹介します。

水球部 栗林 陽華・春谷 心太郎

新潟産業大学水球部は、平日は朝6時から8時、夜20時から22時に、主に柏崎アクアパークで練習に励んでいます。「疾風に勁草を知る」というチームスローガンを胸に、芯の強いチーム作りを目指しています。水球のまち柏崎に集まる国内外のチームと交流し、海外にも遠征します。部員は全員、ブルボンKZにも所属し、毎週日曜日に小学生水球教室のアシスタントを務めます。男女チームとも、インカレの各戦での勝利を目標にしています。



サッカー部 藤本 千輝

サッカー部は、北信越大学サッカーリーグの1部に所属しており、昨年度は創部初の全国大会に出場することが出来ました。私たちは、毎日刈羽のサッカー場で練習をしています。地域の方との繋がりも大切にしており、部活動以外の活動として市内のサッカークラブのスクール補助や市内の奉仕活動に積極的に参加しています。今年度は、リーグ戦や総理大臣杯、天皇杯などの全国大会に出場することを目標に、切磋琢磨しながら楽しく練習に励んでいます。



卓球部 神林 輝

私たちの普段の練習は実践を想定してゲーム練習をしています。その中で課題を見つけ各自で克服するように練習に取り組んでいます。今年度の5月に行われた第72回春季北信越学生卓球選手権大会兼94回全日本大学総合卓球選手権大会（団体の部）北信越地区予選にて、男子団体、女子団体共に予選を通過し、インカレの出場権を得ました。今年度は、北信越学生卓球選手権大会において、団体、ダブルス、シングルスで連続優勝を目指します。



ライフセービング部 掛川 航喜

私たちライフセービング部は、夏の海の監視活動を主軸に、夏は海で、冬はプールで練習をしています。監視活動を行う上で、



怪我を未然に防ぐことに繋がる海岸清掃には毎年参加しています。また、昨年は全日本学生ライフセービング選手権大会で、レスキューチューブレスキューで6位という成績を残しました。今年も海の監視活動に向け、知識と体力を高め、大会等でその技術と実力を証明できるよう、より精進していきたいと思っています。

空手道部 川野 春哉

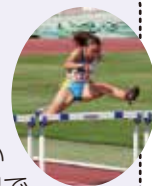
私達、新潟産業大学空手道部は、選手2名・マネージャー2名で活動しています。主な活動内容として、地域の道場に行き、小中高校生に指導しています。また、高校生のあいさつ運動に参加して、交流を深めています。空手道部の主な練習は、基礎トレ、体力づくりです。昨年度の主な競技成績は、北信越大会・形の部で1位、2位という成績でした。今年度も北信越予選を勝ち抜き、男女ともにインカレに出場します。

空手道部一同、誠心誠意頑張ります！



陸上競技部 松本 愛美

新潟産業大学陸上競技部は2023年に始動今年で3年目を迎えました。年々仲間が増え、今では活気あるチームへと成長しています。勢いと元気に満ち溢れ、日々の練習では笑顔が絶えません。令和6年度は北信越インカレで松本愛美(3)が100mH3位、矢代珀(1)が走幅跳3位という成績でした。今年度は「全員が自己ベスト更新!」をスローガンにそれぞれが目標を持ち記録と心に残るシーズンを目指します。笑顔と感動を作れるよう全力で走り抜きます。「柏崎から全国へ!」



指導者講習会

(一財) 柏崎市スポーツ協会では、日頃スポーツ指導に携わる様々な立場の方々を対象に、指導力・資質向上を目的に指導者講習会を実施しています。令和7年度は女性アスリート支援、栄養学、運動生理学、スポーツ心理学など、全4講座を開設します。

◆テーマ：女性アスリートへのサポートについて

講師：奈良 梨央 様

(保健学博士、新潟医療福祉大学講師、同大水泳部コーチ)

日時：6月7日(土) 13:30~15:30 会場：ソフィアセンター

女性アスリートの三主徴である「利用可能エネルギー不足」「無月経」「骨粗しょう症」については、継続的な激しいトレーニングや食事制限によりエネルギー不足となり、ホルモンの分泌が低下することで月経異常(無月経)になる可能性があること。無月経は骨密度低下による疲労骨折のリスクがあること。女性が一生の中で骨が最も強くなる時期は20歳頃がピークとなることから10代のうちに骨を強くしておく必要があると講師の奈良さんは警鐘を鳴らしていました。



◆テーマ：夏バテ防止と疲労回復のための食事

講師：長谷川 直子 様(管理栄養士、公認スポーツ栄養士)

日時：7月14日(月) 18:30~20:30 会場：柏崎市総合体育館

身体冷却の方法では外部冷却として手掌と前腕を冷水(15℃くらい)に浸す。内部冷却として運動中には15~20分おきを目安にスポーツドリンク等(糖分4~8%、塩分0.1~0.2%)を薄めずに飲むのがベストであると話されました。

夏バテ解消の食事のポイントは、①エネルギー源になる糖質を補給②糖質をエネルギーに変えるビタミンB1も忘れずに③アリシンでビタミンB1の吸収率をアップの3点を示されました。

食欲がない時は、①免疫力を高めるたんぱく質を摂る②香味野菜や香辛料で食欲アップ③蒸す、茹でる、煮るなどの調理法などを具体的に教えていただきました。



加盟団体のPRコーナー



「水泳連盟100年の沿革」

柏崎水泳連盟 小林 琢也

今年は本連盟が設立されてから100周年に当たります。大正14年（1925年）7月22日に競泳を目的とするものではなく、心身を鍛錬し海の犠牲を無くし、ひいては海の柏崎の発展を目的として結成されました。海で泳法指導が成され、学校にプールができて以降、その幕は降ろされましたが、その精神は現在に至るまでスポーツ教室や競泳、水球、ライフセービング等水泳に関わる事業全般に脈々と受け継がれています。



「バスケで柏崎を元気に!」

NPO法人柏崎バスケットボール協会 片桐 準

当協会では、小学生からシニアの方まで幅広い世代に向け、大会や取組を進めています。

昨年度は、新潟産業大学附属高等学校女子バスケットボール部のウィンターカップ出場をはじめ、U12男子の柏崎REDSHARKSが県大会第3位、U14女子のB-almaが県大会準優勝と市内チームが各カテゴリーの大会で優秀な成績を収めており、今後も活躍が期待されるところです。引き続き協会員とともにバスケットボールで柏崎を盛り上げていければと思いますので、よろしくお願いします。



「休日の部活動地域展開」

柏崎ソフトテニス連盟 中沢 盛二

当連盟では中学校の休日の部活動が地域展開されることを受け、令和4年度より試行を重ね、令和8年度からの本格実施を目指して取り組んでいます。学校枠を3つに区分けし、地域クラブとして指導者を配置し、休日に活動しています。メリットは他の学校と練習することで子供たちが刺激を受けることや専門的な指導を受けることができること。デメリットは会場までの移動負担、事故ケガの対応等、様々な課題を抱えながらも楽しく活動しています。



「生涯スポーツにやってみては」

柏崎バドミントン協会 小林 勇

決めない、打ち返せないところに打たない。とにかくラリーを続ける。楽しさは「緩急の妙味」打ち続けることで気持ちよくなってきます。汗をかきます。強く打たないのでシャトルも傷みません。ガットも切れません。アキレス腱も切れません。関節も痛くなりません。シニアと言われる世代になったら相手の嫌がることをしてはいけません。あはは、アハハと笑い声の絶えないコート。時にはポイントではなくラリーの回数を数えてみては…。



「稽古で心と身体を整える」

合気道柏崎道場 廣川 和久

新潟合気会柏崎道場は現在会員数12名で毎週月曜日・水曜日午後7時半から武道館で稽古しています。また、県内外で行われる合気会本部道場師範講習会や合同稽古会にも積極的に参加しています。合気道は試合形式をとらない武道の為、モチベーションを維持することが難しい面がありますが、反面、年齢を問わず自分のペースで体力づくりや精神面の向上を目指す事ができます。正しい体の使い方、心の持ち方を自然と身に付ける稽古を目指す合気道。是非一度、見学・体験してみてください。



「ワンバウンドバレーボールについて」

柏崎ワンバウンドバレーボール協会 坂田 欽一

ワン (O) バウンド (B) バレーボール (V) 通称OBVと言います。胎内市発祥の高齢者向きスポーツで、通常のバレーボールとの大きな違いは、ボールを床に1回バウンドさせてプレーするということです。

メンバーが減少する中、市内7地区のクラブが定期的に練習しています。また、総合体育館で年6回ほど大会を開催し、長岡や南魚沼のクラブとも交流を図っています。初心者でも気軽に楽しめるスポーツですので、興味がある方、やってみたい方を募集しています。問い合わせ：OBV事務局（田辺）TEL 22-0080



◆◆◆ 令和7年度 役員(理事・監事・事務局等) ◆◆◆

会長
副会長
専務理事
常務理事
理事

本間 敏博
佐藤 幸治
柴野 太
小林 彰 (選手強化部長)
霜田 哲也 (選手強化副部長)
井比 孝広 (普及振興部長)
重野 典子 (広報部長)
原 由紀 (広報副部長)
小池 和夫 (財務部長)
池嶋 聖也 (財務副部長)
今井 孝彰 (柏崎市スポーツ少年団本部長)
池田 真人 長澤 将樹
池田 香織 (主任)

中山 徹 (選手強化副部長)
関矢 隆志 (普及振興副部長)
牧野 輝男 (広報副部長)
狩野 薫 (財務副部長)

監事
事務局員

R7年度の加盟団体

- 柏崎市陸上競技協会 ● 柏崎水泳連盟 ● 柏崎野球連盟 ● 柏崎バレーボール協会 ● NPO法人柏崎バスケットボール協会
- 柏崎テニス協会 ● 柏崎市ソフトテニス連盟 ● 柏崎ハンドボール協会 ● 柏崎卓球連盟 ● 柏崎バドミントン協会
- 柏崎サッカー協会 ● 柏崎柔道連盟 ● 柏崎剣道連盟 ● 柏崎弓道連盟 ● 柏崎なぎなた協会 ● 柏崎市少林寺拳法協会
- 合気道柏崎道場 ● 柏崎山岳会 ● 米峰スキー連盟 ● 柏崎ワンバウンドバレーボール協会 ● 柏崎氷上競技連盟
- 柏崎セーリングクラブ ● 柏崎市地区体育協会連絡協議会 ● 柏崎刈羽小学校体育連盟 ● 柏崎刈羽中学校体育連盟
- 新潟産業大学 ● 柏崎・刈羽ゴルフ協会 ● 柏崎少年硬式野球連盟 ● 柏崎ライフセービングクラブ ● 柏崎空道協会
- スポーツウェルネス吹矢 海の柏崎 ● 柏崎市レクリエーション協会 (以上32団体)

〒945-0061 新潟県柏崎市栄町18-11 柏崎市武道館内

一般財団法人 柏崎市スポーツ協会 広報部

e-mail : info@kashiwazaki-sports.jp

URL http://www.kashiwazaki-sports.jp

