

みんなの スポーツちば

する・観る・知る・学ぶ・支える
「スポーツ」でつながる千葉

ホームページにて最新情報公開中! vol.107

パソコン・スマートフォン <https://chibacity.spo-sin.or.jp>

千葉市スポーツ振興財団

検索

平成30年12月1日発行

FREE

ご自由にお持ちください。

華麗にボードを操る
驚嘆のテクニック!



スケ ボー ド ド ト

skateboard

大好評! 駅からウォーク

ジュニアアスリート紹介/サークルレポート/スポ振クイズ

千葉開府
Road to
900
since 1126

遊びからスポーツへ

skateboard スケートボード

2020年の東京オリンピックに新競技として採用され、注目を集めるスケートボード。グラフィックや音楽、ファッションといった「ストリートカルチャー」として発展してきた側面があり、特に若者に親しまれてきた“新しいスポーツ”です。近年は人気再燃、コースを整えた施設や教室も増加し、年齢、性別を問わず親子でも楽しめるスポーツとしての魅力が広く浸透し始めています。



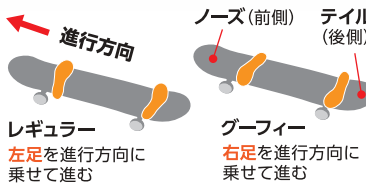
競技としての スケートボード

前後に車輪のついた板(デッキ)に乗って滑り、トリック(ジャンプ、空中動作、回転などの技)を行い、その技の難易度や高さ、完成度などを競います。



用語

スタンス 乗る位置のことや、乗る方向のこと。



- トリック** 技の総称。種類は数限りなくある。
- メイク** トリックが完成すること。技が決まること。
- ルーティン** トリックの組み合わせ。連続して行うトリックの流れ。
- バンク** 小さな坂になっている部分のこと。
- ランプ** ハーフパイプ(円を半分にした形)のボトム(底)に平面を設けたもの。

基本の乗り方

スケボーに乗って進行方向に進む技は大きく2つ

プッシュ
前足をスケボーのノーズに乗せ、後ろ足で地面を蹴って滑る。

チックタック(チックタク)
プッシュを使わずに、ノーズを左右に振ることで前進する。左右に振る動作を繰り返すことにより、勢いがついてどんどんスピードアップする。

乗りがれることが重要!

プッシュ、チックタックは基本であり、格好良い滑りの土台となる大事な技。十分に練習することで、難易度の高いトリックも安定して出来るようになる。

代表的な基礎トリック

- パンピング:** 膝を使ってスピードをつけるアクションである
- フェイク:** 後ろ向きに進む
- オーリー:** デッキごと空中に飛び上がる
- ショービット:** デッキを水平方向に回転させる
- キックフリップ:** 足でデッキを回転させる

オリンピックは2種目

男女合わせて計4種目

難易度、成功率、技の構成、スピード、オリジナリティなどを総合的に評価する採点競技です。

STREET ストリート

街にある階段や斜面、手すりなどを模したセクション(構造物)のあるコース

見どころ

セクションを飛び越える際に、スケートボードから足が離れ、複雑に回転して再び飛び乗るような、高度でアクロバティックな技

バランスコントロールが難しいほど難易度が高い技



PARK パーク

お椀型のボールや深皿型のプールなど、曲面を組み合わせたコース

見どころ

高速での空中浮遊や、体操競技のような飛び出しからの回転技



歴史

発祥は諸説あるが、1940年代のカリフォルニアで木の板に鉄製の戸車を付けて滑った遊びが始まりとされている。

日本では過去3回のブームを経て定着

- 60年代▶サーファー達を中心に愛好者が激増し、「第1次スケートボード・ブーム」が到来。
- 80年代▶スノーボードが人気となり、競技同士で刺激しあい、競うように発展。
- 90年代▶音楽やファッション、グラフィックなどの様々な分野へ進出し、融合していく。
- 00年代からは、海外進出する選手が出始める。大会で好成績をあげる選手も登場し、レベルが進歩。

誰もが楽しめるスポーツへ

国内各地で公共スケートパークの開設が進む中、初期のブームで愛好者だった若者達、熱中したスケーターが親世代となり、子どもと一緒に楽しむ機会が一段と広がりがつつある。

練習中
おじゃまします
突撃
インタビュー

スケートボードパーク「X-PARK」にて
スクール受講者ご利用者の
皆さまにお聞きしました!



ラジパはパークで
最も人気のあるセクション!



最初は弟がしていて、面白そうだとやってみたら、技をどんどん覚えられた。あっという間にぼくの方が上達しちゃいました。1年前から中級クラスで練習しています。技が完成するのが本当にうれしい!できない時は繰り返し練習して、頑張ります。お父さんもスケボーをはじめたので、旅行中にもパークに行ってお滑ったり、有名な選手が出るイベントへ出かけたり、家族みんなで遊んでいます。

住吉 翼くん [8才]
(ずみよし つばさ)

ランプが好きです!
技の完成度が上がって
きてうれしい。



ここ以外には市原のパークをよく利用します。サーフィンもしているので、そちらにも時々。悠真と一緒にサーフィンをしたことがあります。車を使わず行ける近い場所にパーク、練習場が増えてほしいです。

親子で楽しんで
います!

木村 和樹さん [39才]
(きむら かずき)
木村 悠真くん [8才]
(きむら ゆうま)

スケボーをするお父さんにすすめられて、今年の1月からはじめました。慣れれば怖くないし、楽しいです!好きな技はキャブロック。スクールで先生に教えてもらいながら、覚えました。将来はまだわからないけど、続けていきます。



この競技を始めたきっかけはサーフィンです。スケボーは4才の時から練習しているけど、今はこっちの方が楽しい。去年ぐらいから、思うような動きができるようになりました。技が成功すると周りが手を叩いて喜んでくれたり、できなくても励ましてくれたり、他のスポーツにないコミュニケーションが楽しいです。学校とは違うパークでのつながりはとても面白くて、仲良しのおじさん達に色々教えてもらっています。スケボーで友達を沢山増やすのが目標!将来はスケボーの先生になりたいな。



山崎 麻夏さん [9才]
(やまざき まなつ)

道具

- ヘルメット
頭を強打するのは危険なので、子どもや初心者にはヘルメットが必須。スケートボードパークなどでは、ヘルメット着用が義務付けられているところほとんどである。
- プロテクター
手首、ひじ、膝を守るパッドなど。
- シューズ
スニーカーなら何でもOKだが、スケートボード用に作られている靴は頑丈さ、軽さ、衝撃を吸収する素材など、使い勝手に優れる。



安全面に気を配り、大きな怪我しないようにカバー

転倒による痛みを和らげることによって上達も早くなり、安全性も増すので、プロテクターは必ず装着した方が良い。

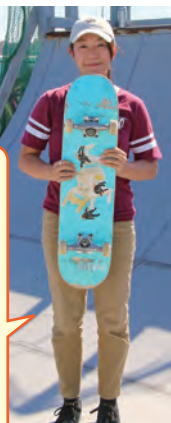
■スケートボード
全てコンプリートされているものが、初心者にはお手頃。ストリートでもパークでも場所を選ばず、オールマイティーに使える。



スクールの
インストラクター
(せら よしたか)
世良 嘉丈さん
[47才]

20~30代にかけてスノーボードでプロ活動をしていました。スケボーはその後から。サーフィンもしています。遊ぶフィールドが近く、施設も整ってきて、道具も手軽なスケボーは触れやすい競技だと思えます。経験者が、お子さんと一緒に再び始めた、という方が最近が多いですね。技が出来た時の達成感は大いいで、子どもたちはみんな練習に真剣です。また、楽しんで集中している子ほど上達が早いです。

趣味としてスケートボードをはじめ、長く続いています。キックフリップが得意です!お休みの日に、パークを訪れて自分のペースでのんびりと練習しています。それ以外にも色々な施設へ行って、仲間と交流したり、刺激を受けたり。友達がいる地方へも出かれます。スケボーは一人で行うスポーツですが、滑りながらボーダー同士で盛り上げ合う感じが楽しいですね。



松崎 悠さん [31才]
(まつざき はるか)



表面には紙ヤスリに似た材質の滑り止め「デッキテープ」が貼られている。



2021年までに
完成予定! 千葉市に新しく
スケートパークが誕生!

安全にスケートボードを楽しんでいただけるよう、中央区川崎町にて整備が進む蘇我スポーツ公園内に、スケートボード、インラインスケート、BMXができるスケートパークが完成する予定です。スケートパークは、バンクやレールを設置するセクションエリアと、セクションの無い平坦なフリーエリアの設置が計画されています。

勢い抜群！期待の若手スケートボーダー

スケートボードショップ instant千葉所属

今井 龍虎さん [20才]
いま い りゅう き

Q 競技をはじめたきっかけは？

A 小6の終わり頃、友達の影響で始めました。当時は施設もなく、公園などで滑っていましたが、中学生の時に市原市にパークができたのでそこを利用して。中学生時代は周りにスケボーをしている人はあまりおらず、一人で練習する毎日でした。

Q 競技生活での苦勞や喜びは？

A 技を完成させるまでの道のりはとても長いです！習得するまでは何百、何千回と試行錯誤を続ける必要があったので、練習がきつい時もある。でも、かっこいい技、してみたい技は限りなくあるので練習は欠かせません。

Q 練習はどれくらい、どんな感じで？

A 休日はたっぷり練習します。ランプのセクションが好きで「X-PARK」にはよく訪れます。平日も仕事を終えてから時間を作って3時間ほど。自由に滑りながら、目指す動きを何度も繰り返します。他には転倒時、怪我をしないよう、柔軟性を高めるストレッチを行うようにしています。

プロフィール：

1998年7月6日生 レギュラースタンス 【スケート歴】8年 【スポンサー】 instant ベーシックトリックからテクニカルトリックはもちろん、ステアやトランジションも自在に操る。



スポットを選ばないハイクオリティなトレフリップ※は絶品！

※360ポップショービット(回転させながらデッキを浮かせる)の回転にキックフリップの回転をかける高度なトリック

Q 続けていて嬉しかったことは？

A 中2の時、市原で開催された「ボルコム」というスポーツブランドの大会で優勝した。そして、2016年の12月にスケートボードショップ「インスタント」がスポンサーに付いてくれたことです。

Q 得意技、テクニックについて

A 新しい技や高度なスキルは、プロスケーターのテクニックを参考に研究します。自分が得意としているのは、サブロクフリップ(トレフリップ)です。とても複雑な技なので、習得するまで1年かかりましたが、今は安定して出来るようになりました。

Q 今後の目標は？

A とにかく楽しくスケボーを続けていけたら最高です！仕事が忙しく、中々参加出来ない大会等にもチャレンジしていきたい。競技が盛んになりつつある今後、スクールで講師などをする機会も増えると思います。子どもは好きですし、自分の経験を生かしながら教えられるといいなと考えます。

取材にご協力
いただきました！

千葉市内で活動している団体・施設を紹介します！

千葉市スケートボード協会

2017年6月設立。「千葉市にスケートパークをつくってもらいたい」「子どもとスケボーで遊べる場所をつくろう！」そんな想いで活動しているスケボー愛好者団体です。幕張若葉地区にてイベントの際にはランプ台を登場させています。3.6 x 6mのランプ台は協会メンバーによるオーダーメイド。ビギナーでも楽しく遊べるような設計です。



代表：仲野慶(スケボー台に関する問い合わせ他、ご連絡は 090-3546-2875まで)
フェイスブック：@ChibaCitySkateboardAssociation

代表にお聞きしました！

仲野 慶さん [40才]
(なかの けい)

スケートボードがスポーツとして認知され、公園でも遊べるようにして欲しい、というのが活動の原点です。排除されがちなマイノリティスポーツの代表のようなスケボーがきちんとそのあり方を認めてもらえるような社会に変えていきたいと思っています。活動を通じ、一緒に話し合える場を作り出しているのは、スケーターみんなの熱意と、スケーターキッズの保護者や行政の方など、周囲の皆さんの理解が原動力となっています。理想とするパークを設置できるよう、これからも皆と連携して、様々なアプローチをしていきます。

スポーツウェーブ鉄腕24 X-PARK

アミューズメント施設の屋上にある快適なスケートボードパーク。大小合わせてランプ11基と、ボウル1基、その他カーブBOX多数、クォーターバンク、スパイン、レールと充実しており、幅広いスケーターが利用。高さやRが異なるさまざまなランプは、初級～上級者まで楽しめ、徐々にレベルアップできます。



Photo by combat_k



所在地：千葉市稲毛区長沼原697番地 スポーツウェーブ鉄腕24 稲毛長沼店屋上
電話：043-215-5560 営業時間：9:00～24:00 年中無休 無料駐車場500台
<https://www.yamazakiya.co.jp/shop/kantou/#014>

インスタグラム：@tetsuwan_24 各種スクールのお知らせ等、最新情報をチェック！

スタッフにお聞きしました！

玉岡 幸子さん [34才]
(たまおか さちこ)

オリンピック競技として採用され、目的は趣味、選手を目指すなどさまざまですが、愛好者が増えているように感じます。親子で訪れる方は多く、親は子どもの育成にとっても協力的ですね。スケボーはみんなで遊べるスポーツ。家族や友人たちと各地のパークへ出かける遠征も楽しいですよ！当パークは、スケボーを始めるきっかけの場所としておすすめ！施設の利用ルールなども身に付くので他のパークへも気軽に遊びに行けるようになります。日曜日は無料でスクールを開催しており、毎回大盛況です。



未来に向かって！ 活躍するジュニアアスリート

テコンドー

千葉市立緑町中学校 [1年]
徐道場所属

松村 夏子 さん
まつむら なつこ

常に前向き 夢舞台で見事なW優勝！



Q 競技における喜びや苦労は？

A うれしく思うのは、様々な年齢の仲間ができること。自分の思うようなプレーができたとき。優しくときに厳しく指導してくださる先生や、辛いときに励ましあえる仲間と信頼関係を築けたことなど。

Q チカラ飯などありますか？

A 大会前夜の食事は「カツ」と決めています。また、大会会場までの道中にSuperflyの曲「タマシイレポリューション」を聴いて、士気を高めます。

Q 今後の目標は？

A 全日本ジュニアの大会で優勝を重ね、世界にも通じる選手になることです。そのために自分の苦手なこと、苦しいことから逃げずに日々精進していきます。

Q テコンドーの魅力は？

A 「足技のボクシング」と言われるほど、足技が豊富な武道です。相手の動きを見て間合いをとったり、つめたりしながらの組手はとても楽しいです。華麗な足技は見てもワクワクします。

Q 大会で優勝したことについて

A 今年(2018年)の全日本ジュニアで、型・組手ともに初めて優勝しました。型の部は昨年は1回戦で敗退したので、その悔しさをバネに練習を重ねた成果が結果につながり、うれしくてたまりませんでした！先生や家族には感謝の気持ちでいっぱいになり、もっと上手になりたい、内容の良い試合がしたいと思いながら頑張っています。

Q 力を入れている練習は？

A 基本動作の練習と、体力・筋力をつける練習です。繰り返し動作を確認したり、自分を追い込むようなトレーニングを行っています。

Q 演技中に心がけていることは？

A 緊張すると動作の間が早くなってしまいうので、「ゆっくり、ゆっくり」と自分に言い聞かせ、落ち着いて演技するようにしています。



プロフィール

2005年9月3日生まれ(13歳)
ポジティブなO型

主な戦績

2018年 Children 10-13 女子トゥル黒帯の部 優勝/2018年 Children 12-13 女子マツギー50kgの部 優勝

松村選手にお聞きしました！

Q 競技をはじめたきっかけは？

A 競技歴は7年。5〜6歳頃に見た、アニメに登場する空手が上手い女子高生のキャラクター(「名探偵コナン」の手利蘭)に憧れました。強く優しい女子になりたいと思ったことがきっかけです。

スカッシュ

千葉市立高洲中学校 [1年]
セントラル稲毛海岸所属

緑川 あかり さん
みどり かわ

「練習の力を信じて」ポテンシャルと負けん気の強さで勝負を制する



Q 大会で優勝したことについて

A 今年7月に行われた「Korea Jr」で、6月の大会「Penang Jr」で接戦負けした選手にストレートで勝ったことです。コーチのアドバイスと、「今度こそ勝つ！」という強い気持ちが、とても良いプレーにつながりました。

Q 目標としている選手は？

A 日本一で、世界でも活躍している渡邊聡美選手です。試合はもちろん練習や試合にのぞむ姿勢も見習いたいと思っています。いつか自分も全日本選手権の決勝で、試合ができるような選手になりたい！

Q ライバルに勝つ方法は？

A そのライバル以上の練習と、「絶対に負けたくない！」という気持ちが必要です。試合では「絶対に下を向かない」「誰が相手でも全力でプレー」「絶対に諦めない」の3つを心がけて戦います。

Q 続けていて良かったことは？

A 国内にも海外にも、友達やライバルがたくさんできたことです。試合を見るたびにみんな強くなっていて、とても良い刺激になります。

Q 力を入れている練習は？

A どんなボールも諦めないで取りに行くのに大切な「フットワーク」の強化です。私にはそれが一番足りていないと感じ、集中して取り組んでいます。

Q 今後の目標は？

A 12〜1月に行われる海外大会での優勝。様々な国、多くの選手が出場するので、今までの練習を信じて自分のできる最高のプレーで優勝したいです！



緑川選手にお聞きしました！

Q 競技をはじめたきっかけは？

A 競技歴は4年です。小学校入学前からテニスをしていたのですが、日焼けアレルギーがひどかったのと、スカッシュのコーチをしていた母からすすめられ始めました。

Q スカッシュの魅力は？

A スカッシュは4面の壁を使うので、頭を使いながらできる競技。打つボールの速さを変えてみたり、いつどのタイミングでどのショットを打てばいかに相手を走らせることができるかを考えるのが楽しいです。

プロフィール

2005年8月15日生まれ(13歳)

主な戦績

・2018 Penang Jr U13 6位入賞
・2018 Korea Jr U13 優勝
・2018 Japan Jr U13 優勝



冬晴れのまち歩きを楽しもう!

今回は稲毛区!

駅からウォーク

健康づくりには、誰でも気軽に程よい運動がいちばん! 今号は稲毛区のウォーキングコースをご紹介します! 駅と公園や公共施設を結ぶコースを歩き、千葉市の魅力を再発見してみたいはいかがでしょうか?



- コースの特徴**
- 歴史を感じる名所と特色のある公園
 - 商業地の周辺にも緑豊かなスポットが多く散策に最適!



歴史を感じる名所と自然に親しむコース

かつては遠浅の海岸が広がっていた土地の面影が残るスポットが数多く存在し、公園の自然と共に楽しめます。一方で、交通至便な人気の街でもあり、海側のエリアには大型マンションや団地が多く建ち並んでいます。

コースデータ

約5.06km **平坦**です

京成稲毛駅～稲岸公園～稲毛公園

歩数▶約7,281歩

消費カロリー▶201kcal

所要時間▶59分

- 京成稲毛駅(改札口)**
15分
歩数:1,857歩
距離:1.31km
消費カロリー:50kcal
- 稲毛陸橋下歩道橋入口**
9分
歩数:1,083歩
距離:0.75km
消費カロリー:31kcal
- 高洲第一団地北側交差点手前緑地入口**
8分
歩数:1,024歩
距離:0.71km
消費カロリー:28kcal
- 稲毛海岸駅北側交差点**
11分
歩数:1,332歩
距離:0.99km
消費カロリー:38kcal
- 稲岸公園入口**
16分
歩数:1,985歩
距離:1.30km
消費カロリー:54kcal
- 京成稲毛駅(改札口)**



埋め立て前の海岸線

1940～50年代に埋め立てが行われる前までの海岸線は現在の国道14号線の部分にありました。埋め立て前の稲毛海岸は広大な干潟が広がっており、それを滑走路として利用した日本初の民間の飛行場が設置されていたという歴史があります。また、貝類やのりの採取できる豊かな漁場として、関東一の潮干狩り場・海水浴場として広く親しまれていました。

歴史を伝える記念碑の一つ、稲岸公園にある「礎の碑」



日本初の民間飛行練習所が開設したのを記念して作られた、航空ファンの間では有名な公園です。園内は広々とした芝生広場があり、春には桜が大変美しく咲き、お花見をする人も多く訪れます。

施設案内：芝生広場他
所在地：千葉市美浜区稲毛海岸4丁目15
問合せ先：043(279)8440
美浜公園緑地事務所

稲毛公園



稲毛公園脇を進み、臨時駐車場を過ぎたら右折。



公園の手前で左折。脇道に入ります。



コンビニ、郵便局前を通過します。

Goal

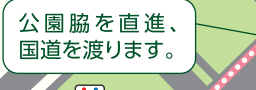
Start
京成稲毛駅

改札口を出たら左へ。
! 駅周辺は道が狭いため歩行に注意!

ミニストップ
改札口(出入口)は1箇所です。
京成電鉄千葉線



横断歩道を右折。浅間神社入口方面へ。



公園脇を直進、国道を渡ります。



機関車の遊具



鳥居左脇の車道を進みます。



ギャラリー方面の看板を左折します。



公園内遊具を通して右折。園路に入ります。

稲毛の松林



浅間神社の創建以来、次第に形成されてきた松林で、かつてはすぐ近くまで波が打ち寄せた眺望絶景の地。現在、浅間神社境内を含めた丘上一帯が名勝地となっており、その一部が市の公園として市民に開放されています。

千葉市ゆかりの家・いなげ

昔ながらの緑側と美しい庭を備えた上品な風情ある日本家屋。多くの文人墨客が訪れた保養地としての稲毛の歴史を今に伝える貴重な和風別荘建築として、千葉市地域有形文化財(建造物)に登録されています。



【公開時間】
9:00~16:30
【入館料】無料
【休館日】
毎週月曜日・祝日
(5/3~5日除く)・
年末年始

施設案内：主屋・離れ
所在地：千葉市稲毛区稲毛1-16-12
問合せ先：043(245)5962
千葉市教育委員会 文化財課

千葉市ゆかりの家・いなげ



国道14号へ出たら左折し、直進。



歩道を直進。稲毛陸橋下までできたら、歩道橋の階段を登ります。



歩道を直進。交差点を2つ通過します。



稲毛海岸公園へ入り、園路を進み出口へ。

Check Point!

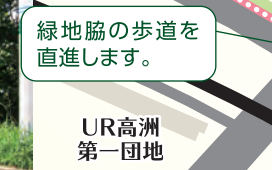


進行方向、右側のルートで歩道橋を渡ります。

歩道橋は登り切らず、右へ曲がる



緑地脇の歩道を直進します。



UR高洲第一団地

正しい ウォーキングフォーム



さらに美しく快適に歩くためのポイント

- ①前に振り出した膝が伸びると歩幅が無理なく広がり、美しい歩く姿勢が得られます。
- ②かかとからつま先へ足の裏を転がすように重心を移します。
- ③後ろ足のつま先にしっかり重心を残します。
- ④足の運びは、左右それぞれ直線上を歩くことをイメージして、足が不規則に外に広がったり、内側に寄ったりしないように。

※資料提供 【NPO法人千葉県ウォーキング協会】同協会のホームページでは、上記ポイントの詳細な解説が聞けます。
千葉県ウォーキング協会

◎コースのデータ(歩数、消費カロリーの数値)については、個人差(歩幅、体重等)がありますのであくまで目安としてお考えください。計測者：165cm、55kg

千葉ポートアリーナで開催される大会①

Chiba Port Arena

千葉ポートアリーナ



第28回 千葉市長旗争奪ミニサッカー大会

観戦無料



1対1の勝負!



ナイスセーブ!



取りこぼさず!

幼児から小学生とママさんパパさんによる、ワイワイ楽しいミニサッカー大会! みんなで盛り上がりよう!

場 所 千葉ポートアリーナ

日 時 平成31年2月9日(土)・10日(日) 9:00~17:00 予定

9日:5年生の部、6年生の部、ママさんの部、パパさんの部

10日:幼児の部、1年生の部、2年生の部、3年生の部、4年生の部

入場料 無料

※参加チーム募集は、終了しました。

問合せ 公益財団法人千葉市スポーツ振興財団 TEL:043-238-2380

〒260-0025 千葉市中央区問屋町1-20 千葉ポートアリーナ内

<https://chibacity.spo-sin.or.jp> [千葉市スポーツ振興財団](#) [検索](#)



いけいけ~!

第27回 千葉ポートアリーナ杯争奪ミニバスケットボール大会

観戦無料



第27回千葉ポートアリーナ杯争奪ミニバスケットボール大会では参加チームを募集しています!千葉市内在学または千葉市内に拠点を置く小学3年~6年生によって構成された男子または女子チームなら、実力に関わらず参加可能です!ご応募お待ちしております!!

場 所 千葉ポートアリーナ

日 時 平成31年3月9日(土)・10日(日) 8:45~17:00 予定

入場料 無料

問合せ 公益財団法人千葉市スポーツ振興財団 TEL:043-238-2380

〒260-0025 千葉市中央区問屋町1-20 千葉ポートアリーナ内

<https://chibacity.spo-sin.or.jp> [千葉市スポーツ振興財団](#) [検索](#)



シュート!



負けないぞ!

参加チーム募集

申込期間 平成31年1月15日(火)~2月1日(金)

参加資格 千葉市内在学または千葉市内に拠点を置くチームの小学3年~6年生によって構成された男子または女子チーム

参加費 1チーム2,000円
※参加申込書は、千葉市スポーツ振興財団ホームページで配布。



絶対守る!



さあ攻撃だ!

三井不動産 第20回 ウィルチェアーラグビー日本選手権大会

観戦無料
※12/16のみ有料



車いす同士がぶつかり合う激しいコンタクトスポーツ！スピーディーで華麗な車いすの操作などエンターテインメント性が高い競技です。出場チームは、北海道から沖縄までの全8チーム、地元千葉からは「RIZE CHIBA」が参加します。トップレベルのプレーを体感できる絶好の機会ですので、ぜひ会場に足をお運びください。



場 所 千葉ポートアリーナ

日 時 平成30年12月14日(金)～16日(日)

14日(金) 9:30試合開始(予選)

15日(土) 9:00試合開始(予選・順位決定戦)

16日(日) 10:00試合開始(順位決定戦・決勝戦・閉会式)

※詳細な大会の時間・チケットについては、HP等でご確認ください。

主 催 (一社)日本ウィルチェアーラグビー連盟
<https://jwrf.jp>



Photo ©JWRF/ABEKEN

16日(日)は実況・解説を行いますので初めて観戦される方におすすめです。

16日のみ事前予約制
(全席指定)、チケットの発券手数料がかかります。

第8回長谷川良信記念 千葉市長杯争奪 車いすバスケットボール全国選抜大会



車いすバスケットボールは、車いす球技の中で最も競技人口が多い競技です。日本選手権(天皇杯)上位の6チームが、千葉市長杯の栄冠を目指して激しい試合を繰り広げます。地元、千葉からは「千葉ホークス」が参加します。企画・後援依頼なども含めすべて淑徳大学の学生たちの手によって運営される全国唯一の大会。ぜひ会場で選手の熱戦、奮闘する学生たちにエールを！

観戦無料

場 所 千葉ポートアリーナ

日 時 平成31年3月2日(土)～3日(日)

2日(土) 13:00試合開始 3日(日) 10:00試合開始

※試合開始時間は、変更になる場合があります。

主 催 千葉市、千葉市スポーツ振興財団、淑徳大学

主 管 淑徳大学学生実行委員会

車いすバスケットを体験! **参加無料**

大会参加選手による体験会開催
3日(日)13:30～14:15



千葉ポートアリーナなどで開催される教室

キッズヒップホップダンス教室

小学生

ヒップホップに合わせて楽しみながら、身体を動かして基礎体力の向上や表現力、リズム感を養います。

場 所 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)

日 時 1/12~3/23 (2/2を除く)
土曜日 10:00~11:00

定 員 25人 回 数 10回

参加料 2,800円

申込期間 12月1日(土)~15日(土)



親子リトミック教室

1~2歳までの子とその親

親子でスキンシップをはかりながら、楽しく音楽に合わせて自由に体を動かすことで子ども達の表現力や感受性を育みます。

場 所 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)

日 時 1/15~3/26 (1/29を除く)
火曜日 10:30~11:30

定 員 15組 回 数 10回

参加料 8,500円

申込期間 12月1日(土)~15日(土)



ローインパクトエアロビクス教室

18歳以上

足腰に衝撃や負担の少ないステップを中心に、徐々に手の動作と移動を加え、コンビネーションを組み動く、エアロビクス入門クラスです。

場 所 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)

日 時 1/20~3/17 (2/3を除く)
日曜日 10:30~11:30

定 員 25人 回 数 8回

参加料 3,400円

申込期間 12月1日(土)~15日(土)



健康体操教室

18歳以上

日常的な運動のきっかけとして始めやすい健康体操の動作を習得し、運動不足解消と健康・体力づくりを目指します。

場 所 千葉ポートアリーナ サブアリーナ

日 時 1/10~3/28 (1/24・31、2/14、3/21を除く)
木曜日 13:45~15:15

定 員 50人 回 数 8回

参加料 3,300円

申込期間 12月1日(土)~15日(土)



初心者対象 ヨガ&ピラティス教室 **託児付**

女性限定
(18歳以上)

初心者を対象に、全身の筋力強化や柔軟性を高めながら、スポーツに親しみながら健康づくりを目指します。託児付きのため、子育て中の方でも安心して参加でき、リフレッシュの機会を提供することで、子育て支援をします。

場 所 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)

日 時 1/11~3/22 (2/1を除く)
金曜日 10:15~11:45

定 員 25人(託児10人) 回 数 10回

参加料 5,400円(託児付きの方 11,700円)

※託児は1歳以上の就学前児となります。

申込期間 12月1日(土)~15日(土)



シェイプアップ教室 **託児付**

女性限定
(18歳以上)

女性限定で筋肉に刺激を与え、引き締めるためのエクササイズと有酸素運動を組み合わせることで、効率よく健康的に痩身する方法の習得とリフレッシュを目的とします。

場 所 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)

日 時 1/16~3/27 (1/30を除く)
水曜日 10:00~11:30

定 員 25人(託児10人) 回 数 10回

参加料 5,200円(託児付きの方 11,500円)

※託児は1歳以上の就学前児となります。

申込期間 12月1日(土)~15日(土)



申込方法

定員を越えた場合は抽選となります。

①往復はがき(1人1通1教室)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢(学年)、電話番号、返信用の宛先を明記して〒260-0025 中央区問屋町1-20 千葉ポートアリーナへ。

②Eメール port@chibacity.spo-sin.or.jp も可。件名に「教室名」、本文に往復はがき裏面(1~6)と申込者のメールアドレスを記入してください。

※託児も希望の方は、お子さまの氏名(ふりがな)・性別・月齢も明記。

※託児付きなど以外の教室は、お子様連れでの受講はできません。

※port@chibacity.spo-sin.or.jpからのメールを受信できるように設定してください。

▼往復はがき記入方法

(返信オモテ)	(返信ウラ)	(返信オモテ)	(返信ウラ)
62 往信 2600025 千葉ポートアリーナ 問屋町一ノ二〇 千葉市中央区	白紙 何も書かないでください。	62 返信 申込者の名前 申込者の住所	1.教室名 2.住所 3.氏名(ふりがな) 4.性別 5.年齢(学年) 6.電話番号

Eメール申込み時の注意事項

①返信を希望するアドレスが、申込アドレスと異なる場合は、返信希望アドレスを記入してください。

②申込締切日から4日を過ぎても申込アドレスから連絡がない場合は、必ずお電話でお問合せください。

③申込受理のメールはしません。

④携帯電話からのお申込みの場合、参加決定メールが迷惑メールに振り分けられる方が多いようです。設定の確認をお願いいたします。

お申込みできる教室の件数及び注意事項

■ハガキでお申込みは、1枚につき1教室でお申込みください。

※1回のお申込みで2人以上または、2教室以上のお申込みは、「無効」となりますのでご注意ください。

※2教室申込みたい場合は、ハガキが2枚必要となります。

楽しみながら健康になろう♪

健康づくりスポーツ教室

時間 19:30~20:30 定員 各25人
参加料 1,500円(千葉市勤労者福祉サービスセンター会員・登録家族は800円)



GYM&RUN▶

教室名		備考
①	格闘技エクササイズ 効果 全身のシェイプアップ、心身のリフレッシュ 運動量 多	(キック)ボクシングなどの動作を音楽に合わせて行う有酸素系のエクササイズで脂肪を燃やし、メタボリック対策、ストレスの発散が期待できます。 場所 蘇我コミュニティセンター ホール 日程 1/17・24・31、2/7・14・21の木曜日 申込期間 12月1日(土)~15日(土)
②	骨盤エクササイズ 効果 筋肉の弾力性・柔軟性の向上 運動量 普通	骨盤を整えながら筋力UP、均整のとれたボディを目指します。骨盤周りの筋肉をほぐすことにより、しなやかさを養い、体への負担を軽減します。 場所 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2) 日程 1/18・25、2/8・15・22、3/1の金曜日 申込期間 12月1日(土)~15日(土)
③	代謝力アップリンパマッサージ 効果 体のむくみ・疲れの軽減 運動量 少	自己によるリンパマッサージでリンパの流れを促し、新陳代謝をアップします。コリやむくみの解消、肌荒れ改善、疲れの軽減、免疫力の向上につながります。 場所 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2) 日程 1/28、2/18・25、3/4・18・25の月曜日 申込期間 12月1日(土)~15日(土)
④	GYM&RUN(脚力・ヒップアップフィットネス) 効果 脚力アップ・シェイプアップ、ヒップアップダイエット 運動量 多	adidas社が開発した「走らなくても走れる脚をつくるプログラム」。走るために重要な筋力を、簡単な動きかつ短時間で養うことができる効果的な低負荷高回数運動です。 場所 穴川コミュニティセンター 多目的室 日程 2/12・19・26、3/5・12・19の火曜日 申込期間 1月4日(金)~15日(火)
⑤	体幹トレーニング 効果 シェイプアップ、リラクゼーション、肩こり解消 運動量 普通	体の内層部に対して自分自身の体重で負荷をかけ、より引き締まった体を目指します。また、セラバンド・コアボールストレッチも取り入れ、肩甲骨周りの柔軟性を高めます。 場所 千葉ポートアリーナ トレーニング室(2) 日程 2/13・20・27、3/6・13・20の水曜日 申込期間 1月4日(金)~15日(火)

参加資格 18歳以上の市内在住・在勤の方

定員を越えた場合は抽選となります。

▼往復はがき記入方法

申込方法 ①往復はがき又は②メールで

①往復はがき(1人1通1教室)に教室名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、返信用の宛先を明記して、〒260-0025 中央区問屋町1-20 千葉市スポーツ振興財団へ。

②Eメール sanka@chibacity.spo-sin.or.jp も可。件名に「教室名」、本文に往復はがき裏面(1~6)と申込者のメールアドレスを記入してください。
※sanka@chibacity.spo-sin.or.jpからのメールを受信できるように設定してください。

(返信オモテ)	(返信ウラ)	(返信オモテ)	(返信ウラ)
<p>62 2600025 往信</p> <p>千葉市中央区問屋町1-20 千葉市スポーツ振興財団</p>	<p>白紙 何も書かないでください。</p>	<p>62 返信</p> <p>申込者の名前 申込者の住所</p>	<p>1.教室名 2.住所 3.氏名(ふりがな) 4.年齢 5.電話番号 6.千葉市勤労者福祉サービスセンター会員番号(該当する方のみ)</p>

※千葉市勤労者サービスセンター会員は、申込時に会員番号を記載の上、教室参加初日に会員証を持参。※お子様連れでの参加はご遠慮ください。

千葉ポートアリーナへのアクセス

- 所在地/〒260-0025 千葉市中央区問屋町1-20
- 電話/043-241-0006 ■ファックス/043-241-0164
- 駐車可能台数/1,100台 ■駐車料金/1時間まで無料 それ以降30分100円

ポートアリーナご利用のお客様には、1階事務室にて割引券をお渡し致します。
※割引券のご利用で、1時間以降30分50円

- 12~2月の休館日/12月10日(月)・1月21日(月)・2月4日(月)
- 年末年始:12月29日(土)~1月3日(木)

JR「千葉駅」から	千葉モノレールで、「千葉駅」から、千葉みなと方面行きで、「市役所前駅」下車、徒歩8分。「千葉駅」から徒歩16分。	千葉みなとループバス まちなかコース (運賃大人100円/小児50円)
JR京葉線「千葉みなと駅」から	千葉モノレールで、「千葉みなと駅」から、千葉駅方面行きで、「市役所前駅」下車、徒歩8分。「千葉みなと駅」から徒歩15分。	西口26番のりばより 約8分
京成電鉄「千葉中央駅」から	「千葉中央駅」西口から徒歩12分。	約4分
		千葉中央駅入口より 約5分

JR「千葉駅」東口11番のりばからも、ポートアリーナ経由のバスが出ています。(行き先は、「幸町団地」、「稲毛海岸駅」、「海浜病院」)



敬愛学園高等学校

女子バレー部



平成29年度
関東高等学校女子バレーボール大会 準優勝！
(写真はカザフスタンU18ナショナルチームとの記念撮影)

個々に自立し、他者と協調できる選手の育成が活動方針です。「敬愛天人」という校訓の実践により、人間力や技術の向上を目指し、チーム一丸となって目標の「日本一」に向けて余念のない練習を行っています。
【近年の実績】平成28年度 全国高等学校総合体育大会 ベスト8/
平成29年度 関東高等学校女子バレーボール大会 準優勝

選手&監督にお聞きしました！

バレーボールが
できていることに
感謝の気持ちで
いっぱいです！



部長
高橋 里奈さん[3年]
(たかはし りな)

Q 大会に出場した感想を教えてください。

A 毎回心に残るのは保護者の応援です。どの大会も多くの人が準備や運営を行ってくださっていて、自分たちがどれほど恵まれているのかを実感します。

Q 力を入れている練習はありますか？

A 私たちの武器である高さを活かすため、丁寧なパスと体系的なブロック練習で強化しています。

Q 今後の目標を教えてください。

A 「日本一」です。チーム全員で全国大会への切符を手に入れ、様々な支援に結果で恩返しをしたいです。

勝敗を左右する
ポジションなので
レシーブ練習を
強化中です！



佐藤 淑乃さん[2年]
(さとう しょうの)

Q 大会に出場した感想を教えてください。

A レベルが上がるほど緊張が増えますが、同時に楽しさも増えるので、もっと上の舞台で戦いたいと思いました。

Q 続けていて良かったこと、またモチベーションを保つ方法は？

A プレー以外でも、人として大切な「人間力」を学ぶこと。目標を決め、それに向けて日々練習をしています。

Q 今後の目標を教えてください。

A チームでの「日本一」。個人では、ドリームマッチや高校選抜などに選出、トップクラスの人たちとプレーしたいです。

Q どのような指導を心掛けていますか？

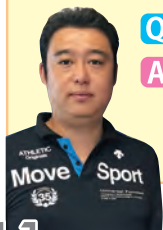
A 苦手であるプレーを如何に克服して、自信を持たせられるかが技術向上のポイントと考えます。純粋な心で目標へ挑む自立した選手となるようサポートします。

Q 強くなった要因は何だと思いますか？

A 「裏表のない性格」、「浮き沈みのない生活」、「上手になりたい」、「日本一になりたい」、部員全員が心から思える部活になってきました。

Q 今後の目標をお聞かせください。

A 攻守においてバランスのとれた「日本一」のチームづくりです。お互いに得意な部分を引き出して、苦手な部分を補い合えるのがチームスポーツの醍醐味。目標に向かい努力をし、文武両道、人間力が備わった大人に成長してほしいです。



女子バレーボール部 監督 上原 典人さん[39才]
(うえはらのりひと)

幕張総合高等学校

水泳部 水球



県総体 男子連覇、女子3連覇！

男女とも本校プールで全国大会を目指して日々活動しています。昨年、温水プールとなったので、1年を通して練習することができます。幕総水球部では、水球というスポーツを通して、競技力の向上はもちろん、豊かな人間性を育むことを目的としています。

【近年の実績】千葉県高等学校総合体育大会水球競技男子連覇、女子3連覇/全国JOCジュニアオリンピックカップ水球競技ベスト8(女子)

選手&監督にお聞きしました！

練習後はマネージャー
手作りのおにぎりで
パワーチャージ！



男子部長
下村 春太さん[2年]
(しもむら しゅんた)

Q 大会に出場した感想を教えてください。

A 試合をする前はとても緊張しますが、いざ試合が始まると一瞬で緊張が取れて、楽しく水球ができます。

Q 力を入れている練習はありますか？

A 試合中にほとんど動きを止めることがないハードなスポーツなので、体力養成のためのスイム練習。

Q 今後の目標を教えてください。

A 「日本一声を出すチームになる」というスローガンを掲げ、インターハイ出場&勝利を目指します！

高いレベルの試合を
見て、練習のモチベー
ションを上げています！



女子部長
山井 裕加さん[2年]
(やまい ゆか)

Q 大会で記憶に残るプレー(こと)は？

A 全国JOCジュニアオリンピックカップで、ベナルティスロー戦の末、強豪チームに勝ったこと。

Q 続けていて良かったことは何ですか？

A 判断力がつき、視野が広がったこと。また、キャプテンとして初めての試合で、ライバル校に勝ち優勝できたこと。

Q 今後の目標を教えてください。

A 温水プールで練習ができる環境を活かし、冬場の練習を頑張り、来年夏の全国大会でメダルを取る！

Q チームの特徴を教えてください。

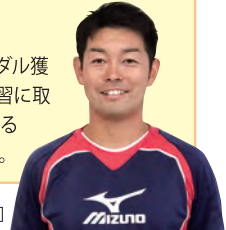
A 高校から水球を始めた部員が9割以上ですが、競技が大好きなので、上達がとても早いです。男女の仲もよく、毎日精一杯練習に取り組んでいます。

Q どのような指導を心掛けていますか？

A チームに主体性を持たせるため、生徒たち自身で現状の把握や課題の共有、解決のための練習などを考えさせるようにしています。

Q 今後の目標をお聞かせください。

A 男子はインターハイ出場、ベスト4、女子は全国大会メダル獲得！練習相手となってくれるOB・OGの協力も得て、練習に取り組む姿勢も年々向上中です。「誰からも応援されるチームになろう」を合言葉に、一丸となって頑張ります。



水泳部 水球監督 榎枝 孝洋さん[36才]
(えのえだたかひろ)

第12回 全日本テコンドー選手権大会

会場 千葉ポートアリーナ
 日程 2019年2月16日(土)・17日(日)
 ※詳細な大会の日時については、HP等でご確認ください。
 主催 一般社団法人 全日本テコンドー協会
<https://www.ajta.or.jp/>
 主管 千葉県テコンドー協会

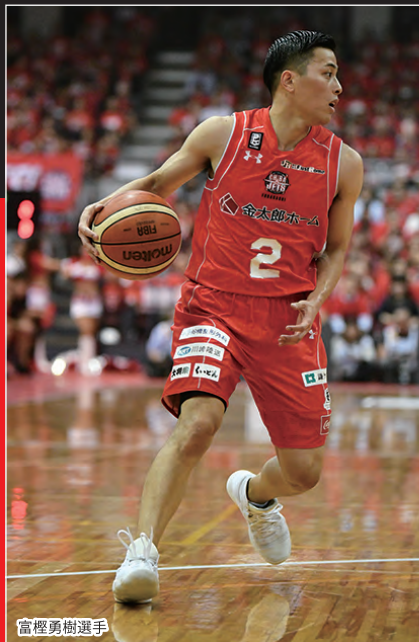
観戦
無料



競技方法 WTルールに基づくトーナメント方式
 キョルギ(組手)、プムセ(型)、パラテコンドー
 試合方法 2分×3ラウンド インターバル60秒



©一般社団法人 全日本テコンドー協会



富樫勇樹選手

CHIBA JETS

2018-19 チームスローガン

Be Professional

2010年に創設され、今シーズンで8年目を迎える千葉ジェッツ。B.LEAGUE開幕時から築き上げてきたチームカルチャーにさらなる磨きをかけ、昨季は準優勝で逃したB.LEAGUE王者を目指し、戦います。

試合日程 会場:千葉ポートアリーナ

2018.12/12水 vs レバンガ北海道

2019.1/16水 vs 栃木ブレックス 1/23水 vs アルバルク東京



千葉ジェッツ様より
「観戦チケット」
プレゼント!
 詳細はP14をご覧ください!!



キヤビン・モドワーズ選手



西村文男選手



千葉ポートアリーナで
アツい声援を送ろう!

千葉ジェッツ公式サイト

<https://chibajets.jp>



観戦有料

提供: ©CHIBA JETS FUNABASHI/PHOTO:JunjiHara

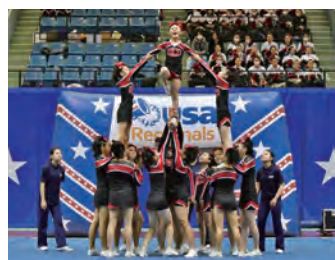
チアリーディング&ダンス選手権大会 USA Regionals 2019 千葉大会

平成31年 1/26土・27日 会場:千葉ポートアリーナ

入場料 前売チケット 2,000円 当日チケット 2,500円

主催 一般社団法人 Cheer & Dance Education
 ユナイテッド スピリット アソシエーション ジャパン

H P <http://www.usa-j.jp/competition/regionals>



写真提供:
 オールスポーツコミュニティ

USA Regionals 2019 千葉大会「観覧チケット」プレゼント! 詳細はP14をご覧ください!!

ROUGH

ソフトバレーボール



千葉市緑区おゆみ野で活動しているソフトバレーボールチームのROUGH(ラブ)です。結成13年になりました。ソフトバレーはゴムボール使用なので突き指もなく老若男女楽しめるスポーツです。運動不足、ストレス解消を目的に楽しく練習しています。メンバー募集中です。是非気軽に遊びに来てください！

練習日 毎週水曜日 19:00~21:00
活動場所 おゆみ野南中学校体育館
連絡先 himawaria2@yahoo.co.jp
H P http://plaza.rakuten.co.jp/rough2006/

KAZEIRO

ハイキング&トレッキング



会への試し参加も大歓迎！

千葉市を拠点に首都圏在住者を会員に持つハイキング&トレッキング愛好会です。安全に楽しく山歩きすることをモットーに、毎月5~6回の山行を実施しています。夏山縦走や紅葉、雪山など1年を通じて様々な計画が提案されますが、登山の難易度レベルは初中級がほとんどなので、経験があまりないという方も歓迎いたします。興味のある方はホームページ<kazeiro.org>がありますのでご覧ください。

連絡先 HPの「お問い合わせ」より <http://kazeiro.org/contact/>
H P kazeiro.org

心が弾んじゃう♪
笑顔で元気で、レッツ・スキー！

ヤックス自然学校 第43回

スキーキャンプ

年齢、体力、経験別のスキーレッスン。スキーレッスン以外にも、雪とふれあうプログラムや夜のお楽しみ会などを用意しています。



キャンプ名	開催日	参加費(税込)	定員	参加対象
A エンジョイスキー 短期間でもたくさん滑って楽しもう！	12/25(金)~27(日) 【2泊3日】	幼児 52,800円 小学生 51,800円	32名 (最少催行 20名)	年中・年長 小学1~6年 スキー初心~初級レベル
B チャレンジスキー 様々な斜面やスピードにチャレンジ！	12/27(日)~30(水) 【3泊4日】	67,800円	70名 (最少催行 28名)	小学1~高校2年 スキー初心~中上級レベル
C とことんスキー たっぷりのスキーレッスン！	12/25(金)~30(水) 【5泊6日】	99,800円	16名 (最少催行 8名)	小学4~高校2年 スキー初心~中上級レベル

【開催場所】福島県 会津高原たかつえスキー場 【宿泊場所】会津アストリアロッジ会津高原ホテル
 【集合/解散】JR千葉駅NTT前(8:00/19:00)・ヤックスドラッグ佐倉店(7:00/20:00)を予定(往復貸切バス)
 参加費に含まれるもの/往復交通費・食費(1日目昼食は除く)・期間中のリフト代・宿泊費・プログラム費
 費用に含まれないもの/レンタル代(スキー3点・ウェア・小物)

お申込み お問合せ ヤックス自然学校予約センター ☎043-307-1211 (平日10:00~19:00 月曜定休日)
 Eメール yacs-camp@aroma.ocn.ne.jp ホームページ <http://yacs-ns.jp> 公式ブログ http://blog.canpan.info/yacs_camp

お問合せ下さい！
1~2月の週末は親子対象のスキーツアーもあります！
募集チラシをお送りいたします

「ホームページ」
キャンプ情報
満載!! ▶▶▶



2018年アジア競技大会 千葉市ゆかりの出場選手 結果報告

2018年アジア競技大会(2018/ジャカルタ・パレンバン)では、205個のメダル(金75、銀56、銅74)を獲得しました。2020年東京オリンピックでは、日本代表選手団の更なる活躍を期待しています。

サッカー女子

菅澤 優衣香選手

試合終了間際に決勝ゴールを決め、1-0で中国を破り、なでしこジャパンが、通算2度目の優勝を飾りました。

トライアスロン混合リレー

細田 雄一選手

アンカーにてトップのタイムをマークし、2位に2分以上の大差の連覇で金メダルを獲得しました。

競泳女子200mバタフライ

持田 早智選手

積極的なレース展開から、終盤に粘りをみせて、銀メダルを獲得しました。

障害馬術団体

福島 大輔選手

良いバトンリレーで、前回大会を上回る銀メダルを獲得しました。

自転車女子チームパシュート

中村 妃智選手

3位決定戦にて香港に大差で勝利し、銅メダルを獲得しました。



持田 早智選手

打瀬中学校卒業
ルネサンス幕張所属



クイズに答えてプレゼントを当てよう!

スポ振クイズ

問題 東京2020オリンピック追加5競技として、野球・ソフトボール、空手、○○○○○○○○、スポーツクライミング、サーフィンの開催が決定しました。さて、初めてオリンピック競技で実施される追加競技は何でしょうか?

スケート○○○

正解者の中から抽選で当たります!

- ① X-PARK スケートパーク1時間サービス券 **5名様**
- ② サンスポ千葉マリンマラソンのオリジナルグッズ(ランニングキャップ) **5名様**
- ③ USA Regionals 2019 千葉大会 観戦チケット(自由席) **3組6名様**
- ④ プロバスケットボール観戦チケット(2階自由席)「千葉ジェッツふなばし VS 栃木ブレイクス」2019.1/16(水)【会場】千葉ポートアリーナ **5組10名様**

※チケット等の転売はご遠慮ください。

【応募方法】

官製はがきにクイズの答え(○に入る文字)・希望のプレゼント番号・住所・氏名・年齢・電話番号・本誌への感想・今後取り上げてほしい内容をご記入のうえ、下記までお送りください。**平成30年12月25日(火)必着**

郵送先 〒260-0025 千葉市中央区問屋町1-20
千葉市スポーツ振興財団「スポ振クイズ係」宛



vol.107

CHIBA CITY スポーツ情報誌「みんなのスポーツちば」

平成30年12月1日発行

「みんなのスポーツちば」は、年間4回各回10,000部発行し、下記施設にて無料配布しています。

- スポーツ施設 ●市役所・各区役所関係 ●各コミュニティセンター
- 図書館 ●公民館 ●県関係
- 大学等

千葉大学、敬愛大学、千葉経済大学、淑徳大学、神田外語大学、放送大学、東大グラウンド、植草学園大学、東京情報大学など

- ドラッグストア ヤックス
- その他の施設

南部青少年センター、千葉市民会館、農政センター、ふるさと農園、市立青葉病院、市立海浜病院、生涯学習センター、千葉市ハーモニープラザ、千葉市文化センター、千葉市若葉文化ホール、千葉市美浜文化ホール、加曽利貝塚博物館、千葉市動物公園、郷土博物館、長沼原勤労市民プラザ、幕張勤労市民プラザ、三陽メディアフラワーミュージアム、都市緑化植物園、市民ギャラリーいなげ、千葉ポートタワー、千葉市観光協会、千葉市観光情報センター(JR千葉駅東口駅前)、千葉市広報ボックス(JR稲毛駅、JR土気駅)、千葉市幕張観光情報センター(JR海浜幕張駅構内)、昭和の森フォレストビレッジ、千葉市科学館(きぼーる)、東京ドイツ村など

☆次号「みんなのスポーツちばVol.108」は、平成31年3月1日発行となります。

皆様のご意見・ご感想をお聞かせ下さい!!

本誌に掲載してほしい情報、実施してほしいスポーツ教室・イベントなどのご意見をお寄せください。
↓ご意見はこちらからお気軽にどうぞ↓



- 当財団HP ▶ 財団概要 ▶ ご意見・お問い合わせフォーム

地デジ **11** ch

J:COMチャンネル千葉セントラル
あなたの街の情報満載!

デイリーニュース

月～金の毎日夕方5時40分から市内の最新ニュースを生放送。番組では身近なスポーツの結果情報や、市内のスポーツサークルなどからの話題を紹介。
【再放送】夜8:30～/夜11:30～

J:COM フリーコール **0120-914-000**

受付時間 AM9:00～PM6:00(年中無休)
※発信番号を非通知に設定されている場合は、0120の前に「186」をつけてお電話ください。

2014年の初開催から5回目 2年連続千葉で開催!

2019ジャパンパラゴールボール競技大会

平成31年 **2/1(金)・2(土)・3(日)**

各日とも
体験会を
実施予定

会場 千葉ポートアリーナ

●ゴールボールとは
ゴールボールは視覚障がい者の競技で、アイシェード(目隠し)を着け、鈴の入ったボールを互いに転がし合い、相手ゴールに入れて得点を奪う対戦型チーム競技です。

ジャパンパラ競技大会とは、日本国内最高峰のパラスポーツ競技大会。ハイレベルなパラアスリートの活躍を間近でご観戦いただけます。今回は会場にて選手の実演によるゴールボールの体験会を予定しています。音だけを頼りに競技する難しさ、面白さをぜひご体験ください!

参加国 日本・ブラジル・トルコ・アメリカ(予定)
問合せ 《大会に関すること》 公益財団法人日本障がい者スポーツ協会
《競技に関すること》 一般社団法人日本ゴールボール協会
主催 (公財)日本障がい者スポーツ協会 <http://www.jsad.or.jp/japanpara/>
共催 (一社)日本ゴールボール協会 <http://www.jgba.jp/>
photo ©有限会社エックスワン

THE 43rd SAN SPO CHIBA MARINE MARATHON

第43回 サンスポ 千葉マリンマラソン



開催に伴う
交通規制のお知らせ
2018
12/2日

2018年12月2日(日)、「第43回サンスポ千葉マリンマラソン」開催のため、大会コース周辺で交通規制が行われます。詳細につきましては、大会ホームページ上に掲載されますのでご覧ください。



**幕張メッセ
ハーフマラソンコース**



参考 前年の大会では、9:20~12:15の時間帯で交通規制が行われました。

規制時間帯 9:20~12:15(予定)
※詳細は、下記大会事務局までお問合せください。

大会に関するお問い合わせ先
サンスポ千葉マリンマラソン大会事務局
TEL **03-6629-2602**
(平日10:00~17:00)

「オリジナルグッズ」プレゼント! 詳細はP14をご覧ください!!

Viking Vespucci 稲毛ヨットハーバー内レストラン

11:30 14:30 **パスタ又はピッツァ付きランチバイキング**
お好みのパスタやピッツァをお選び頂くとバイキング料理&フリードリンクも楽しめます!

メニュー例 **パスタ4種、ピッツァ4種** からお選びください



- ピッツァ マルゲリータ バイキング付き ¥1,950 (単品)¥1,250
- ピッツァ サルシッチャ バイキング付き ¥2,150 (単品)¥1,450
- ホンビノス貝のスパゲッティ ボンゴレ バイキング付き ¥1,950 (単品)¥1,350
- シチリア産からすみのスパゲッティ バイキング付き ¥2,280 (単品)¥1,680



バーベキューも楽しめます!



目の前に広がる海を見ながら
ゆっくりとおくつろぎ下さい。

バイキング ヴェスプッチ

☎043-279-0770 Facebookもチェック!

千葉市美浜区磯辺2-8-1
稲毛ヨットハーバー管理棟(クラブハウス)3階
11:30~21:00(LO) 休/火曜日

JR新検見川駅・JR検見川浜駅より
直通バス運行中!

HPもみてね! ▶ <http://vespuccibay.info/>

千葉市内に展開する9ホール 3055ヤード・パー36 本格的パブリックコース

お1人様でも、当日でも予約可能
(混雑時には組み合わせになる場合があります)

当日予約 ☎043-237-0020

ゴルフ教室のご案内

- ゴルフを始めた方に おためし体験
- スイングを学びたい初心者の方に スクール
- レベルアップしたい経験者の方に アカデミー
- 個人的に習いたい方に 個人レッスン
- アプローチ、グリーン周りが苦手な方に ステップ・アップ

※各種教室をご用意しております。(ジュニア教室もあります)

9ホール プレー費	平日料金		休日料金	
	夏季(7/1~9/30) 冬季(1/2~3/31)	通常(4/1~6/30) (10/1~12/31)	夏季(7/1~9/30) 冬季(1/2~3/31)	通常(4/1~6/30) (10/1~12/31)
一般	3,900円	4,500円	5,900円	6,500円
高校生 17歳以下	1,900円	2,200円	2,900円	3,200円
千葉市民で 満65歳以上	3,240円	3,720円	4,840円	5,320円

※ご利用料金のほかにゴルフ場利用税350円・緑化協力金50円がかかります。
※レンタル手引きカート200円(1日)含む。※追加は通常料金になります。

千葉市民ゴルフ場 〒265-0076 千葉市若葉区下田町1005
TEL 043-237-0020