

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

vol.129
2024.9

TAKE FREE

特集

相撲



Photo by 千葉県スポーツ協会 職員

連載 声かけの技術を手に入れる

千葉県弁護士会 誌上講座

ペップトーク

スポーツ法律相談室

スポーツ教室/大会情報/アルティーマリナーズ/千葉ロッテマリーンズ/ジェフユナイテッド市原・千葉

相撲

相撲は日本古来の神事や祭であり、同時にそれを起源とする武芸や武道のひとつ。歴史と伝統、作法を重んじる日本由来の武道・格闘技・スポーツとして国際的にも認知されています。



📷 写真は千葉市相撲連盟主催の「相撲教室」にて。ちびっこから中学生力士たちまでが参加。四股・すり足などの基礎練習や、ぶつかり稽古に励んでいました。



小学生力士の晴れ舞台 わんぱく相撲

わんぱく相撲とは /

**国内最大規模を誇る相撲大会
地方大会からの参加者は約4万人!**

わんぱく相撲は小学生(4~6年生)が対象。日本国内200地区(主催青年会議所単位)の予選大会から勝ち上がった小学生力士が、全国大会が開かれる東京・両国国技館での決勝に挑みます。

LOM大会(地方大会)出場

毎年4月からLOM(ロム)大会と呼ばれる、その地区ごとの予選大会が始まります。LOM大会と呼ばれるのは、各地方の青年会議所が中心になって行われ、その地方青年会議所のことをLOM(ロム・Local Organization Member)と呼ぶためです。

ブロック大会~決勝

LOM大会で勝ちあがると、ブロック大会と呼ばれる都道府県代表を決める最終予選大会が開かれます(都道府県によっては開かれませんが)。ここで代表選手に選ばされると、東京の両国国技館、大相撲と同じ土俵の上で、各学年のトーナメント形式の取組が行われます。

期待の /

小学生力士

相撲が好き、教室もとても楽しいです。得意技は「おっつけ」。これからも練習がんばります!



わんぱく相撲全国大会出場
千葉県小学生相撲優勝大会 優勝

千葉県立轟町小学校6年生 棚澤亮太(たなざわりょうた)

関東小学生相撲優勝大会出場
千葉県小学生相撲優勝大会 準優勝
千葉県立生浜小学校6年生
森 陽向(もり ひなた)



小学1年の時に初めて相撲大会に参加してから、5年半教室に通っています。楽しくてずっと続けています。



競技の概要&魅力

ルールがわかりやすい!
年代を問わず誰もが楽しめる国技

2人が押し合い、突き合い、組み合せて、力技によって行う個人競技の一種です。俵で円形に築いた土俵(相撲場)の中で、裸にまわしを締め、ルールに従って素手で押し合いや出し合いをして勝敗を争います。

体重での階級分けがない

大きな力士と小さな力士の取組があるのが相撲の面白いところです。必ずしも大きいことが良い・強い、とならない武道の醍醐味があります。

取組の決着

- どちらか一方の体が、土俵外に着く
- どちらか一方の足の裏以外が、土俵の上や土俵外に着く
- どちらか一方の選手が、禁じ手を使う

【禁じ手】 握り拳で殴る / 頭髪(まげ)をつかむ / 目またはみぞおちなどの急所を突く / 両耳を同時に両手のひらで張る / 前立みつ(前ぶくろ)をつかみ、また横から指を入れて引く / ノドをつかむ(ただし、のど輪はこの限りでない) / 胸、腹をける / 一指、二指を折り返す



大相撲あれこれ

【本場所】 本場所は日本相撲協会が行う大相撲の興行のこと。初場所(一月-東京)、春場所(三月-大阪)、夏場所(五月-東京)、名古屋場所(七月-名古屋)、秋場所(九月-東京)、九州場所(十一月-福岡)の計6回、各15日間行われます。

【決まり手】

しかけた力士により勝ちが決まったときの技を「決まり手」と呼びます。現在は全部で八十二手と決められていますが、他にも勇み足など、非技という五の勝負結果があります。

決まり手ランキングBest5 (過去5年間)

1位	押し出し	18,098回 (25.9%)
2位	寄り切り	16,911回 (24.2%)
3位	叩き込み	5,989回 (8.6%)
4位	突き落とし	4,026回 (5.8%)
5位	上手投げ	3,220回 (4.6%)



指導者

大相撲
力士経験者
千葉市相撲連盟 理事
井口隆洋 いくちたかひろ

千葉市で活動する団体

千葉市相撲連盟



【創設】 1951年(昭和26年)。国技である相撲の普及・振興ならびに市民の健康維持・体力向上を目指して千葉市相撲連盟が発足。同時に千葉市体育協会(現:千葉市スポーツ協会)に加盟しました。相撲人口の拡大や初心者への指導、更なる相撲技術の向上を目指して2003年(平成15年)から相撲教室を開催し、相撲を通じた青少年の健全育成に力を入れています。

【活動場所】 千葉市相撲場 古市場公園スポーツ施設(千葉市緑区古市場町474-336)

本物の土俵を体験できます!

見学自由!

相撲教室 日曜日 13:00から

相撲教室へ参加・体験をご希望の方
お気軽にお問合せください!

〒千葉市相撲連盟 理事長 佐藤好美



TEL.090-4613-9176

✉ ys1953@ozzo.jp



相撲教室に参加している子どもたちは、わんぱく相撲千葉場所大会への出場を皮切りに、全国を目指して様々な大会へチャレンジしていきます。男子主体の競技と思われがちな競技ですが最近では女子の全国大会もあり、女子力士も少しずつ増えています。教室では子どもたちの力に合わせ、胸を貸しながら指導しています。「やる時はやるぞ!」とメリハリを付け、無理のない範囲で稽古をしています。

千葉市相撲連盟 理事
鈴木貴勝 (すずきたかまさ)

相撲を通じ、勝つ喜び・負けた時の悔しさを知り、思いやりの心を育てたいと考えています。また、諦めない気持ちみや頑張る心、道徳感や豊かな人間性を身につけてもらえるよう、これからも親身な指導を心がけていきたいと思ひます。



大会結果

2024 ミニバスケットボール 3 on 3大会

〈開催日〉2024. 7/7 (日) 〈会場〉千葉ポートアリーナ

〈参加者数〉119チーム 607名

男子：中学年15チーム、高学年29チーム 女子：中学年27チーム、高学年48チーム

主催 (公財)千葉市スポーツ協会 主管 千葉市バスケットボール協会 協賛 大塚製薬株式会社

中学年男子



優勝 磯辺MBC_C



準優勝
みどりの弟くん



第3位
都賀ビクトリーズ・小



第3位
生浜スパース

中学年女子



優勝 小中台C



準優勝
鶴沢クレインズ女子B



第3位
みどりの妹ちゃん



第3位
サーディンズ山王

入賞チームの皆様 おめでとうございます!



高学年男子



優勝 北貝塚アローズA



準優勝 都賀ビクトリーズ・大



第3位 ハイスピBoys



第3位 AYAME KIDS

高学年女子 ポートディビジョン



優勝 北貝塚MBC



準優勝 グローリアスブラック



第3位 サンフラビスケットボール



第3位 レッドローズA

高学年女子 マリンディビジョン



優勝 生浜ファイヤーバード



準優勝 ISB BLUE STAR



第3位 シリウスB



第3位 花見川セブンA

やる気が上がる↑

PEP TALK!

声かけの技術を
手に入れる



「Pep」は元気・活気・活力★スポーツ選手のやる気を引き出し元気にする言葉かけ「ペプトーク」を紹介

第7回

教えてくれる人

岸田 輝美さん

(一財)日本ペプトーク普及協会
関東ブロック副代表、講師研修部長
認定講演スピーカー・
セミナーファシリテーター

- ビューティフルマナー株式会社 代表取締役
- NPO法人マナー教育サポート協会 理事長
- (公財)全日本軟式野球連盟 理事
- (一財)アンガーマネジメント協会
アンガーマネジメントファシリテーター
アンガーマネジメントキッズインストラクター
アンガーマネジメントティーンインストラクター

ペプトークとアンガーマネジメント・マナーの資格を取り、年間で10,000名へ講演。

携帯:090-8012-3756

Mail: beautiful-2017@beautiful-manner.com

行動・してほしい変換

ペプトークの構成4ステップのうち、今日は③『行動』の「してほしい変換」です。前回の「とらえかた変換」では、大事な本番前マイナスになっている心の状態をプラスの方向へと変化させていきました。この本番で何をしてほしいのか、相手に成功のイメージを持ってもらえるよう前向きな声かけをしていきましょう。



「してほしい変換」

頭の中に『成功のイメージ』を持たせる

私たち日本人は相手にしてほしいことを伝えるのに「してほしくない」ことを言語化していることが多いのです。例えば「ミスするな」は、してほしくないことを言っていますが、「丁寧に行こう」と言えば、してほしいことを言語化しています。「諦めるな」ではなく「最後まで信じ続けよう」と言い換えること、それがしてほしい変換です。

私たちの脳は最初に聞いたミスという言葉に自分の過去のミスをイメージして頭の中をネガティブな映像でいっぱいにしてしまうのです。「ミスするな」も「ミスしよう」も同じイメージになってしまいます。

そんな状態で本番に向かったら本領発揮できるでしょうか？前向きな言葉で相手にしてほしいことを伝え、頭の中を『成功のイメージ』にしてあげてください。

気をつけてほしいのは、意味を変換するだけでは相手に伝わらないこともあるということです。

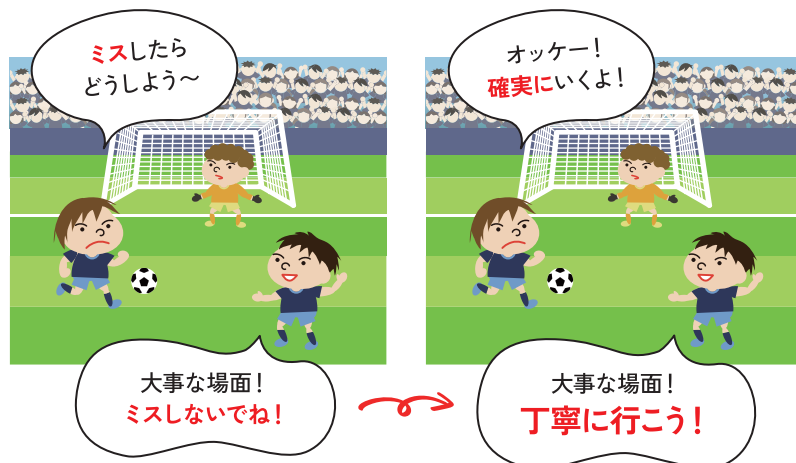
例えば「負けるな」は「勝て！」に変えたくります。前向きな言葉の変換にはなっていますが、その言葉を聞いた相手が「ムリ！」と思ってしまうとそれはネガティブになってしまいます。対戦相手が圧倒的に強い場合や、これまで達成したことがないような挑戦の場合は「結果」ではなく「行動」を明確化しましょう。

「勝て！」のように本人にはどうすることもできない結果を伝えるのではなく、「今ある力でベストを尽くそう」や「練習通り強気で行こう」など今の自分にできる「行動」「してほしいこと」を言語化することが大切です。

してほしい変換

~~DON'T~~ ~~QUIT~~

してほしくない + 否定 → してほしい



★(一財)日本ペプトーク普及協会が主催する「スポーツ指導者のためのペプトーク」が、(公財)日本スポーツ協会(JSPO)公認スポーツ指導者の更新研修として認定されました。

次回は、相手の性格をふまえた言葉を投げかける「背中の一押し」を学んでいきましょう。

次回も
お楽しみに!



学生アスリートの 環境の変化 ～NILの解禁～

1 学生アスリートはアマチュア？ それともプロ？

日本の学生スポーツは、学校部活動を中心に、様々な競技が盛んに活動しています。部活動では、部費や練習用具の購入費のほか、合宿や大会参加費など、様々な活動費が必要です。そのために、親御さんがお金を出したり、大学生がアルバイトをしながら運動部活動を続けるということは、当たり前の光景でした。また、学生のうちからスポーツを通じて収入を得る方法はほとんどなく、野球やサッカーのようにプロのチームに所属したり、テニスやゴルフのようにプロとしてスポンサー契約をするしかないのが今までの常識でした。

2 アメリカの大学スポーツ事情

こういった学生アスリート=アマチュア選手という理解は、アメリカでも同様で、アメリカの多くの大学が加盟している全米大学体育協会(The National Collegiate Athletic Association・NCAA)は、長い間、学生アスリートが大学からの奨学金等を除き報酬を受け取ることを禁止していました。ところが、近年、NCAAは、この規制を180度転換し、学生アスリートが大学からの奨学金以外の金銭を受け取ることを認めることにしました。なぜ、NCAAがこのような方針転換を決めたかは、専門的な内容になるため、ここでは割愛しますが、これによって、アメリカの大学生アスリートは、直接民間の企業とスポンサー契約を締結することが可能になり、まるでプロのアスリートのように活動資金を自分で集めることができるようになりました。

千葉県弁護士会
誌上講座

法律相談室 スポーツ

第1回

このコーナーで
取り上げてほしいテーマを
募集しています。



◀QRコードから
質問フォームにア
クセスし、ご回答
ください

この記事
担当しました



千葉県弁護士会
業務改革委員会スポーツPT
石垣 祐一 弁護士
(虎ノ門法律経済事務所市原支店)

用語解説 NILとは

Name(氏名)、Image(画像
やイメージ)、Likeness(肖像
像)の頭文字をとった造語。

3 日本への影響

日本では、NCAAのように、大学の運動部全体を管理している団体はありません。そのため、日本の大学生や高校生が、アメリカの大学生アスリートのように、個人的に企業とスポンサー契約を締結したり、インフルエンサーのようにSNSを利用して自分の活動資金を集めたりしてよいかどうかは、その選手の年代や、競技団体の規則によって異なるため、慎重に調べる必要があります。実際に、日本でも若いうちから注目を浴びていて、企業がスポンサーになっている場合もありますし、逆に競技団体が、金銭の授受を全面的に禁止している場合もあります。

4 SNS上のトラブルにも注意

今は、SNSによって、誰もが簡単に動画や画像を発信することができる社会になっています。クラウドファンディングのように、活動資金を集める方法も多様化しており、実際にクラファンで活動資金を集めている部活動もあります。他方で、SNSで書き込まれる誹謗中傷や画像の無断加工・無断転載などのトラブルにも気を付ける必要があります。トラブルに巻き込まれないよう、事前に専門家のアドバイスを聞くことも大切です。

悩んでいるなら
弁護士によるアドバイスを!

スポーツに関するお悩み・問題全般を相談できます

スポーツ法律相談

千葉県弁護士会

予約制

《全国初》スポーツ法律相談予約窓口 ☎043-227-8954

スポーツ選手の方からのご相談はもちろん、指導者、保護者、スポーツ団体、またスポーツビジネスに関わる方などからの相談に、スポーツ分野に精通した弁護士がご対応いたします。



千葉県弁護士会ホームページ
「スポーツ法律相談」

「スポーツ法律相談を希望」とお伝えください

【受付時間】平日 10:00~11:30、13:00~16:00

【相談料】30分 2,000円(税込)

同一内容の相談は2回まで

大会・イベント情報

催しの内容は変更・中止となる可能性があります。
ご理解、ご了承のほどお願い申し上げます。



▲自由が丘バトンクラブ

2024.
10/19(土)
20(日)

第59回バトントワーリング関東大会 (第52回バトントワーリング全国大会 関東予選)

¥ 観戦有料

音楽との調和、衣装・演出を含めたスポーツ芸術

初心者から上級者までの関東一円の団体が一堂に集い、バトンを使った身体表現と音楽表現の集団演技を楽しめる大会です。

場 所 千葉ポートアリーナ

日 程 19日(土) 学校部門 10:30~18:00(予定)

20日(日) 一般部門 10:00~17:00(予定)



▲相模女子大学高等部バトントワーリングチーム Tres Mignon

内 容 コンテストの部(関東予選)
チームコンテストの部(入門~最上級)
フェスティバルの部(フリーエントリー)

主 催 日本バトン協会関東支部

お問い合わせ

<http://www.kanto-baton.org>



写真提供：日本バトン協会関東支部

イベント報告

於 千葉ポートアリーナ サブアリーナ
2024年7月5日開催

パリ2024パラリンピック トライアスロン日本代表

秦 由加子氏 講演会



「自分次第で人生は変わる」どんなことがあっても前へ続く道がある

268名という大勢の方にご来場いただいた、熱気あふれる会場

秦さんは、中学1年生という多感な時期に突然、骨肉腫の宣告と右足大腿部切断の選択を医師から告げられ、「足一本より命の方が大事」と両親をこれ以上辛い思いをさせたく無いという気持ちから右足切断を自分で決めました。
その後は全くスポーツとは無縁の生活を送っていましたが、就職をきっかけに「人生を変えたい」と小学生時代に大好きだった水泳に26歳の時、再チャレンジ。もともと運動が大好きだった魂が目覚め、「もっと速くなりた、もっと強くなりた」と、どんどのめり込んでいき、自分への挑戦のステージをあげトライアスロンに転向。

義足を付けて走ると切断部位が血だらけになり激痛に苦しみました。サポートしてくれた人が一緒に喜んでくれることが嬉しくて、国内外の大会に出場し続けることができ、パラリンピック出場を果たしました。競技の過酷さ且つ困難な目標を目指すプロセスを楽しみながら、達成する喜びは、人生そのものです。トライアスロンやパラリンピックでのエピソードから、自分の人生を切り拓いていくヒントや、ゲストに迎えた「2012年ロンドン・パラ車いすマラソン5位入賞」などの経歴を持つ花岡伸和さんとそれぞれの苦労とサポートの感謝などについて講演いただきました。

秦 由加子 profile 1981年 千葉市生まれ

2016年リオデジャネイロパラリンピック トライアスロンPTS2カテゴリ 6位入賞
東京2020パラリンピック トライアスロンPTS2カテゴリ 6位入賞
パリ2024パラリンピック トライアスロンPTS2カテゴリ出場(9月1日予定)



●秦さんのコメント

レースは街中で行われる事が多く、お客さまと選手の距離が近いことがトライアスロンの魅力のひとつです。いつも、その声援に背中を押され、最後まで諦めず走りきる力をいただいています。
今年5月に行われたトライアスロンの世界最高峰、世界シリーズ横浜大会では、3位に入り、3大会連続出場となるパリ大会で初めてのメダル獲得を目指します。

講習会開催のお知らせ

各講習のお申し込みは下記まで

〒千葉市スポーツ協会

☎043-238-2380

本プログラムは中止・変更となる可能性もあります。ご理解・ご了承いただきますようお願いいたします。

小学
3～6年生・
保護者対象

ジュニア育成プログラム

未来のトップアスリートを目指す小学生が、複数種目を体験できる講習会です。
サポートに携わる保護者向けにジュニア育成に欠かせない分野の講座も開催します。

小学生対象〈実技〉

12.5時間(2.5時間×5回) 講師:各競技3名



ラグビー

10/27(日) 9:30～12:00

千葉市立新宿中学校グラウンド
(雨天時:体育館)

講師 クボタスピアーズ船橋・東京ベイ



陸上競技

11/10(日) 9:30～12:00

青葉の森スポーツプラザ陸上競技場
(雨天時:雨天走路)

講師 千葉市陸上競技協会

専門インストラクターが 指導!

各メニューはジュニア指導等
経験のある専門コーチ・選手・
講師が指導します。
現役の選手などが行うデモン
ストレーションも交え、トップ
スポーツを体感できます。



卓球

11/17(日) 9:30～12:00

千葉市立新宿中学校体育館

講師 千葉卓球・千葉卓球センター



テニス

11/24(日) 9:30～12:00

青葉の森スポーツプラザ庭球場
予備日:11/30(土)

講師 アルドールテニスステージ



バレーボール

12/8(日) 9:30～12:00

YohaSアリーナ ～本能に、感動を。～

講師 千葉ZELVA

保護者対象〈座学〉



12/1(日)

スポーツのケガ予防等
9:15～10:45

スポーツメンタルサポート
11:15～12:45

スポーツ栄養サポート
13:30～15:00

4.5時間(1.5時間×3回)
講師:各プログラム1名

〈会場〉

蘇我コミュニティセンター 3階 講習室2・3

対象 市内在住・在学小学生3～6年生と保護者 定員 30組60名 ※定員を超えた場合は抽選

参加費 1組 2,700円(保険料含) 申込方法 必要事項をご記入の上、申込期間内に往復はがき又はEメールでお申込みください

※1組1通 【必要事項】①郵便番号・住所 ②子ども・保護者の氏名(ふりがな) ③学年・年齢 ④性別 ⑤電話番号 ⑥子どものスポーツ経験の有無
(有の場合、競技名も)

10/10(木) 必着

令和6年度 ジュニアスポーツ指導者講習会

専門インストラクターによる、小中高生に対するトレーニングの指導法及びジュニアメンタルトレーニング、実技

12/7(土)

9:45～15:45 開講式9:45

1/11(土)

9:45～15:45 開講式9:45

主にジュニアを対象にスポーツ指導をされている方、これから指導に携わろうとする方を
対象に身体面・栄養面・精神面等の発育に関する情報の提供や実技を体験することによ
り、指導者の資質向上及び指導者間の交流を図ります。

会場 蘇我コミュニティセンター3階 講習室2・3、ホール(実技)

対象 市内在住・在勤・在学者 18歳以上 定員 30名 ※定員を超えた場合は抽選 参加費 500円(保険料含) ※全2回分

申込方法 必要事項をご記入の上、申込期間内に往復はがき又はEメールでお申込みください

【必要事項】①郵便番号・住所 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④性別 ⑤電話番号

11/15(金) 必着

申込方法



往復はがき 又は
Eメールで

〒260-0025 中央区問屋町1-20 千葉市スポーツ協会 スポーツ振興班
Eメール sanka@chibacity.spo-sin.or.jp

※sanka@chibacity.spo-sin.or.jp からのメールを受信できるように設定をお願いします。

参加者募集!

千葉市スポーツ協会主催 スポーツ教室

本教室は予告なく中止・変更となる可能性があります。
ご理解、ご了承のほどお願い申し上げます。



☎千葉市スポーツ協会 ☎043-238-2380 FAX 043-203-8936

入門スポーツ教室

スポーツの基礎知識や基本動作を
身につける初心者向けの教室です

申込期間

9/1(日)~15(日) 必着

No.	教室名	会場	開催期間 / 曜日 / 時間	回数	対象	定員	参加費
①	合気道&護身術	YohaS アリーナ ~本能に、感動を。~	10/2~11/20の水曜日 10:00~12:00	8	15歳以上	30人	2,100円
②	卓球		10/2~12/11(10/30を除く)の水曜日 13:30~15:30	10	15歳以上	25人	2,400円
③	実年スイミング	中央 コミュニティセンター	10/4~11/22の金曜日 10:00~12:00	8	60歳以上	30人	2,000円
④	かんたんエアロ& ストレッチ	千葉ポートアリーナ	10/9~10/30の水曜日 13:30~15:00	4	15歳以上	20人	1,300円
⑤	コンディショニング& ストレッチ		10/10~10/31の木曜日 10:00~11:30	4	15歳以上	20人	1,300円
⑥	テニス	青葉の森 スポーツプラザ	10/10~11/28の木曜日 13:00~15:00	8	15歳以上	30人	2,200円
⑦	ソフトテニス		10/16~11/13の水曜日 11:00~13:00	5	15歳以上	30人	1,200円
⑧	ボッチャ ※1	千葉市 ハーモニープラザ	11/1~11/22(11/8を除く)の金曜日 13:30~15:00	3	15歳以上	20人	500円 ※2
⑨	バドミントン	宮野木 スポーツセンター	10/3~12/5の木曜日 10:00~12:00	10	15歳以上	25人	2,600円
⑩	レディーススイミング	北谷津温水プール	10/1~11/19の火曜日 13:00~15:00	8	15歳以上	30人	2,600円
⑪	キッズスイミング		10/26~11/23の土曜日 13:00~14:30	5	小学生	30人	600円
⑫	キッズショートテニス	みつわ台第2公園 スポーツ施設	10/8~11/5(10/15を除く)の火曜日 17:30~19:00	4	小学生	30人	900円
⑬	実年卓球		10/8~12/10の火曜日 13:30~15:30	10	60歳以上	25人	1,800円
⑭	はじめての太極拳	千城台 コミュニティセンター	11/5~11/26の火曜日 13:15~14:45	4	15歳以上	30人	500円
⑮	テニス	昭和の森	10/4~11/22の金曜日 13:00~15:00	8	15歳以上	30人	2,200円
⑯	バドミントン	鎌取 コミュニティセンター	10/4~12/20(10/18・25を除く)の金曜日 10:00~12:00	10	15歳以上	30人	2,600円

No.	教室名	会 場	開催期間 / 曜日 / 時間	回数	対象	定員	参加費
⑰	実年健康体操	鎌取 コミュニティセンター	11/6～12/25の水曜日 13:30～15:00	8	60歳以上	40人	1,000円
⑱	テニス	稲毛海浜公園 スポーツ施設	10/2～11/20の水曜日 11:00～13:00	8	15歳以上	30人	2,200円
⑲	卓球	磯辺 スポーツセンター	10/3～12/5の木曜日 10:00～12:00	10	16歳以上	25人	2,400円
⑳	はじめての気功	高洲 コミュニティセンター	10/16～11/6の水曜日 9:15～10:45	4	16歳以上	20人	500円
㉑	実年健康体操	真砂 コミュニティセンター	10/25～12/13の金曜日 13:30～15:00	8	60歳以上	40人	1,000円
㉒	親子体操		10/26～11/16の土曜日 9:45～10:45	4	3歳以上～ 未就学児と その保護者	10組 20人	1,400円
㉓	ヨガ		11/8～11/29の金曜日 9:15～10:45	4	15歳以上	20人	500円
㉔	キッズランニング	稲毛ヨットハーバー	10/26～11/16の土曜日 10:00～11:30	4	小学生	20人	500円
㉕	ランニング		10/26～11/16の土曜日 10:00～11:30	4	16歳以上	20人	1,000円
㉖	実年テニス	花島公園 スポーツ施設	10/1～11/19の火曜日 13:00～15:00	8	60歳以上	30人	1,600円
㉗	バドミントン		10/9～12/11の水曜日 10:00～12:00	10	16歳以上	30人	2,600円

中級スポーツ教室

基本技術を習得している方に、更なる
競技力の向上を目的とした教室です

申込期間

10/1(火)～15(火) 必着

No.	教室名	会 場	開催期間 / 曜日 / 時間	回数	対象	定員	参加費
⑳	中級テニス	稲毛海浜公園 スポーツ施設	11/11～1/27(12/30・1/13を除く)の月曜日 13:00～15:00	10	18歳以上 (高校生を 除く)	20人	3,500円
㉑	中級バドミントン	花島公園 スポーツ施設	11/5～1/14(12/31を除く)の火曜日 13:30～15:30				3,800円
㉒	中級卓球	高洲 スポーツセンター	11/7～1/16(1/2を除く)の木曜日 13:30～15:30				3,800円
㉓	中級卓球	みつわ台第2公園 スポーツ施設	11/8～1/17(1/3を除く)の金曜日 10:00～12:00				3,800円
㉔	中級バドミントン	磯辺 スポーツセンター	11/9～1/25(12/28・1/4を除く)の土曜日 10:00～12:00				3,800円

①～㉔は、1教室のみお申込できます。(複数申込不可)

・用具は各自でご用意ください。(小学生対象教室を除く)

・参加費は全回分の料金です。返金はできませんのであらかじめご了承ください。

対象 市内在住・在勤・在学の方 ※現在治療中の方は、医師と相談の上、お申込ください。

○対象が15歳以上の教室では、中学・高校生は受講できません。

○お子様連れの受講はできません。(親子対象教室を除く)

※1 ポッチャは車いす使用の方も申し込みできます。 ※2 障害者手帳を有している方は参加費を免除しますので「手帳あり」と明記してください。

健康づくりスポーツ教室

申込期間

9/1(日)~15(日) 必着

No.	教室名	会場	開催期間 / 曜日 / 時間	回数	対象	定員	参加費
③③	ボールエクササイズ	鎌取 コミュニティセンター	10/7~12/9(10/14・28、11/4・25を除く)の月曜日 19:30~20:30	6	18歳 以上の 市内在住 ・在勤者	25人	1,500円
③④	バーオソル (バレエ式エクササイズ)	千葉ポートアリーナ	11/7~12/12の木曜日 19:30~20:30				1,500円
③⑤	ビューティピラティス	千葉ポートアリーナ	11/5~12/10の火曜日 19:30~20:30				1,500円

③③~③⑤は、1教室ずつお申込みできます。

また、千葉市勤労者福祉サービスセンター会員・登録家族は参加料割引対象です。

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してください。

ポートアリーナの教室

申込
方法

電話による申込(先着順)

〈初回・2回目の方〉2か月前から
〈3回目以降の方〉前日9:00~

教室名	会場	開催期間	曜日/時間	回数	対象	定員	参加費
加圧トレーニング	千葉ポートアリーナ 体力測定室	9/7・14・21・28 10/5・12・19・26 11/2・9・16・30	①10:00~ ②10:45~ ③11:30~ ④13:00~ ⑤13:45~ ⑥14:30~	各1回	16歳以上	各1人	1,500円

申込方法 定員を超えた場合は抽選となります

①~③⑤の教室 申込方法   往復はがき 又は Eメールで

Eメール sanka@chibacity.spo-sin.or.jp

件名に「教室名(・会場)」, 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ご記入ください。

・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。

・Eメール申込の場合、申込受取メールは送りませんのでご了承ください。



ビューティピラティス

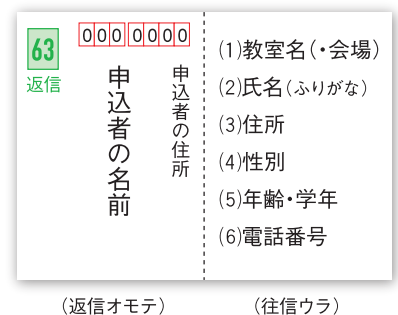
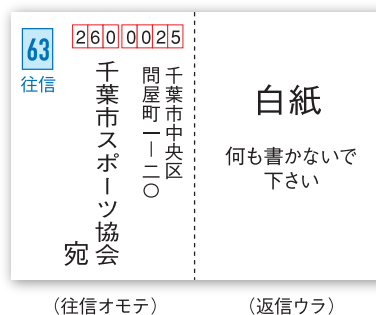
往復はがき

(1)教室名、(2)氏名(ふりがな)、(3)住所、(4)性別、(5)年齢・学年、
(6)電話番号、返信用の宛先を明記して申込期間内に

〒260-0025 中央区問屋町1-20

千葉市スポーツ協会 へ送付してください。

往復はがき記入方法▶



千葉ポートアリーナ 千葉市中央区問屋町1-20 TEL.043-241-0006

【9~11月の休館日】 9/9(月)・10/7(月)・11/11(月)

■駐車可能台数/1,100台 ■駐車料金/30分ごとに200円

ポートアリーナご利用のお客様には、1階事務室にて駐車券を割引処理いたします。

※割引処理にて、30分ごとに50円 ※駐車後15時間まで最大900円

稲毛ヨットハーバーの教室

申込期間

9/23(月)~29(日) 必着

施設詳細と
アクセスはこちら▶



No.	教室名	会場	開催日	時間	回数	対象	定員	参加費
①	市民の日記念行事 クルーザーヨット 体験会	稲毛 ヨットハーバー	10/12 (土)	午前の部 10:00~11:45	1	千葉市在住の 小学生以上 小学生は保護者同乗 (保護者1名につき 小学生2名まで)	31人	1人に付 1,000円
②				午後の部 13:00~14:45	1		31人	1人に付 1,000円

○雨天でも実施しますが、荒天(高波・強風等)の場合は中止となることがあります

申込方法

定員を超えた場合は抽選となります

①~②の教室

申込方法



往復はがき 又は Eメールで
申込期間の最終日必着

Eメール sank@chibacity.spo-sin.or.jp

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ご記入ください。

明記事項 (1)教室名(会場)、(2)開催日(午前と午後がある場合はどちらかを選択)、(3)氏名(ふりがな)、(4)住所
(5)電話番号、(6)年齢・学年 ※(3)以降の氏名、住所等は申込まれる方全員分(4名まで)を明記してください。

・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。

・Eメール申込の場合、申込受取メールは送りませんのでご了承ください。

往復はがき

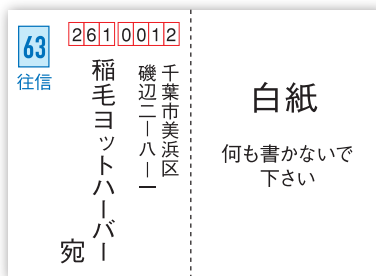
(1)教室名、(2)開催日(午前 or 午後)、(3)氏名(ふりがな)、(4)住所、(5)電話番号、(6)年齢・学年、
返信用の宛先を明記して申込期間内に下記へご送付ください。

※(3)以降の氏名、住所等は申込まれる方全員分(4名まで)を明記してください。

〒261-0012 美浜区磯辺2-8-1

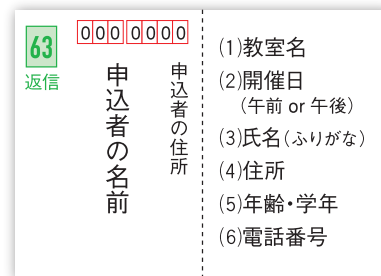
稲毛ヨットハーバー

往復はがき記入方法▶



(往信オモテ)

(返信ウラ)



(返信オモテ)

(往信ウラ)



小学生陸上競技クリニック

申込期間

受付中 ~9/15(日) 必着

故障の起きにくい正しいランニングフォームや練習方法、速く走るコツなど、スポーツの基本である「走る」ことの楽しさを実感し、丁寧に学ぶプログラムです。

- 講師デモンストレーション
- 走りのための補強運動
- ウォーミングアップ、ストレッチ
- タイム測定 等



日時 10/5・12・19・26(予備日11月2日) 毎週土曜日

- ①低学年(小学1~3年) 15:00~15:50
- ②高学年(小学4~6年) 16:00~16:50

会場 青葉の森スポーツプラザ 陸上競技場
※雨天時は雨天走路にて実施

申込 Eメール 又は往復はがきで「千葉市スポーツ協会」まで
左記申込方法を参照

対象 千葉市内在住、在学の小学生

定員 ①・②とも各40名 ※定員を超えた場合は抽選

参加費 2,000円(保険料含)

講師 特定非営利活動法人 ニッポンランナーズ

NPO法人ニッポンランナーズは、千葉県佐倉市を拠点とし、
学校訪問・各団体主催事業等、様々なスタイル・主旨の「走り
方教室」にコーチを派遣しています。

アルティリー千葉の再起 B1昇格を誓う！

10/12(土)13(日)千葉ポートアリーナで開幕

2021年にB3リーグへ参戦し、初年度ながら最短でのB2昇格を果たしたプロバスケットボールクラブ『アルティリー千葉』。昨季は、B1昇格を逃す悔しい結果となったが、Bリーグ最高勝率の更新・東地区優勝・平均5,000名動員という好成績でシーズンを終える。2季連続で逃した大きな目標を達成すべく、新たなシーズンが始まる。



シーズン終了後のイベントで多くのファン・パートナーの方々とお話しし、アルティリー千葉への熱い思いをお聞きして、身が引き締まる思いでした。このクラブが皆さんの人生に良い影響を与えていることを誇りに思いますし、私たちはそんな皆さんのために、常にベストを尽くすことをお約束します。皆さんが観ている、エキサイティングで楽しいと思えるようなバスケットのスタイルを実現できるように努力してまいります。

皆さんが創り出すホームの雰囲気私たちがパフォーマンスに間違いなくポジティブな影響を与えてくれています。これからも一緒にこの素晴らしいクラブを創り上げていきましょう。

今季も指揮を取るアンドレ・レマニスHCのコメント

アルティリー千葉は短い歴史の中で多くのことを達成することができましたが、まだまだ成し遂げたいことがあります。どんな旅路も決して簡単なものではなく、常に乗り越えなければならない壁があります。選手やスタッフ、クラブに関わる素晴らしい人たちとともに、苦難を受け入れ続け、ファンの皆さんやパートナーの皆さんが誇りに思えるクラブを創ることができると、私は確信しています。



アルティリー千葉 新加入選手の紹介

#8 長谷川 智也 選手

1989年4月22日 185cm/82kg
新潟県出身

B1・越谷アルファーズから移籍。前クラブ所属時には、高い決定力を持つアウトサイドシュートに何度も苦しめられた。A千葉と対戦したセミファイナルではキャプテンとしてチームを勝利に導き、B1昇格を果たした。豊富な経験と持ち前のリーダーシップで、コート上でもベンチからでも、時には逆境の場面でもポジティブなムードをもたらし、チームを鼓舞するベテランプレイヤー。



アルティリー千葉 新加入選手の紹介

#22 トレイ・ポーター選手

1996年6月24日 210cm/106kg
アメリカ合衆国 出身

B2・神戸ストークスから移籍。持ち前の高い運動能力と、ゴール周りでの圧倒的な存在感で、チームの勝利に貢献。過去2シーズン、A千葉との対戦でもそれらのストロングポイントを発揮され、苦戦を強いられたこともある。そんな脅威的存在のポーター選手が、アルティリー千葉の一員として加入。いち早くチームにアジャストし、その強みを発揮してくれることが期待されている。



SYMBOL :

勝利や勇気象徴である“盾”と、文化を創り出すきっかけである“文字”でAとCを表現。



SOCIAL MEDIA ACCOUNTS :



Information



千葉ロッテマリーンズ

<https://www.marines.co.jp>

試合日程 9~10月 ZOZOマリスタジアム開催分

9/ 1 日	ソフトバンク戦	9/23 火	楽天戦
9/ 5 水~8 木	楽天戦	9/26 金	オリックス戦
9/21 土~22 日	埼玉西武戦	10/ 3 土	北海道日本ハム戦

ALL FOR CHIBA FES

9月6日(金)~8日(日)
ホームタウン・千葉の魅力がいっぱい詰まったイベント。千葉にゆかりのあるゲストが来場し、ZOZOマリスタジアムを盛り上げます。



9/6 金 気志團



9/7 土 千葉県警音楽隊・カラーガード隊



9/8 日 千葉県立幕張総合高校ダンス部



9/7 土 グッズ付きチケットの販売「MARINES COLLECTION シークレットTシャツ」付きチケット

イベントの詳細はこちら



●千葉のグルメや物産品の販売、ふるまい ●ご当地キャラクターの来場

Information



ジェフユナイテッド市原・千葉

<https://jefunited.co.jp/>



9/ 7 土	19:00	水戸ホーリーホック
9/21 土	19:00	レノファ山口
10/ 5 土	14:00	ザスパクサツ群馬
10/19 土	14:00	ヴァンフォーレ甲府
11/ 3 火	14:00	V.ファーレン長崎

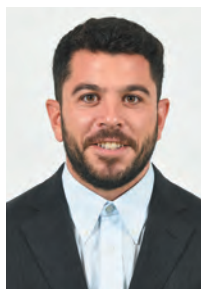
ジェフユナイテッド! バモス

試合日程 9~11月
フクダ電子アリーナ開催分

ジェフユナイテッド市原・千葉レディース 新監督が就任!

監督 イスマエル・オルトゥーニョ・カスティージョ

私は、選手が怖がらず勇気を持って判断すること、創造性を高めてプレーすることを重視しています。そして個々の選手の強みを生かしながら、ボールを繋いでいくサッカーを目指します。サポーターの皆さまが楽しめる、エキサイティングな試合をしていきます。皆さんと一体となって戦うことで、チームはより大きな力を発揮できますので、是非一緒に戦ってください!



©JEFUNITED

2024-25 WE LEAGUE **Kracie cup**

2024 25 SOMPO WE LEAGUE

9/ 8 日	18:00	セレッソ大阪	9/21 土	14:30	AC長野パルセイロ・レディース
		ヤンマーレディース	9/29 日	12:00	ノジマステラ神奈川相模原
9/25 火	18:30	INAC神戸レオネッサ	10/20 日	13:00	三菱重工浦和レッズレディース

読者プレゼント



第58回バントワーリング関東大会 観戦チケット

A 10/19(土) 入場券
2組4名様

B 10/20(日) 入場券
2組4名様

会場:千葉ポートアリーナ
詳細は7ページをご覧ください。

アルティエリ千葉 観戦チケット vs ベルテックス静岡

会場:千葉ポートアリーナ

C 10/12(土) 指定席券
2組4名様

D 10/13(日) 指定席券
2組4名様

ホームゲーム開幕戦、千葉ポートアリーナでアルティエリ千葉を応援しましょう!

応募方法

9/20(金)必着

官製はがきに必要な事項をご記入のうえ、下記までお送りください。

必要事項

- ①希望プレゼント名(A、B、C、D)
- ②郵便番号・住所
- ③氏名(フリガナ)
- ④年齢
- ⑤電話番号
- ⑥本誌への感想等

〒260-0025 中央区問屋町1-20
千葉市スポーツ協会
「読者プレゼント係」宛

CHIBA CITY スポーツ情報誌 「みんなのスポーツちば」 vol.129 2024年9月1日発行

「みんなのスポーツちば」は年間4回、各回10,000部を発行し、無料配布しています。

また、取り上げてほしいスポーツ(種目)を募集しています。

ご意見・お問い合わせフォーム
まで▶



★次号は2024年12月1日発行予定です

予告! **Yacs** ヤックス自然学校

秋の自然体験プログラム

子ども対象

森のクラフト
11/9(土)~10(日)
開催地/宿泊先 君津市
君津亀山青少年自然の家

森を探検!
見つけた自然素材で
作って遊ぶ時間

**ぼかぼか
あそび
遊火キャンプ**
10/26(土)~27(日)
開催地/宿泊先 長生郡長南町
笠森キャンプ場

たき火で
ぼかぼか料理や
スイーツ作り

対象 年中~年長・小学1~6年生

〈ホームステイ〉
**かやぶき屋根の
古民家に泊まろう!**
11/23(土)~24(日)
開催地/宿泊先 南房総市
古民家ろくすけ

対象 小学1~中学3年生

第49回 **冬休み
スキーキャンプ**
〈12月末開催〉2泊3日~5泊6日の
キャンプを数コース予定しています。
(詳細は10月末頃HPにて掲載予定)

詳細チラシを
お送りします

生活班は、小中学生は6~8人にひとり、幼児は5~6人にひとりのキャンプリーダーが付き添います。体力・経験に合わせた班編成で運営。班分けはヤックス自然学校に一任ください。

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10:00~18:00
月曜定休日

ヤックス自然学校 公式HP <http://yacs-ns.jp> Eメール yacs-camp@aroma.ocn.ne.jp
公式ブログ http://blog.canpan.info/yacs_camp

ジェフ1
JEF ONE

ジェフユナイテッド市原・千葉を応援!
楽しさや魅力をお伝えします!

詳しくはWEBでチェック

J:COM フリーコール **0120-999-000**
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

オーシャンビューと
テラス席で
本格イタリアンを
堪能!

稲毛ヨットハーバー内レストラン
ヴェスプチ
Vespucci

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

シェフのおまかせピッツァ 1,650円 シーフードリゾット 1,650円

1番人気! 海老、貝柱、つづ貝、タコ、
ムール貝が入った塩味のリゾット

鶏肉のトマトソース 1,320円
三元豚スペアークリブ 1,320円
バルサミコ酢ラグーソース

テラスBBQ
BBQも楽しめます!

JR 新検見川駅・検見川浜駅より直通バス運行中!
☎043-279-0770 f

千葉市美浜区磯辺2-8-1稲毛ヨットハーバー3階
11:30~21:00(LO) 休/火曜日
<http://vespucciabay.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

LPGA会員のレッスンプロが
初心者から上級者の方まで
幅広く教えます!
詳しくはお電話ください。

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) 通常(10/1~12/31)	夏季(7/1~9/30) 冬季(1/2~3/31)	通常(4/1~6/30) 通常(10/1~12/31)
一般	3,990円	4,600円	6,020円	6,630円
高校生 17歳以下	1,960円	2,260円	2,970円	3,280円
千葉市民で 満65歳以上	3,310円	3,800円	4,940円	5,430円

※ご精算前に必ずフロントにて身分証明書をご提示ください。
ゴルフ利用税350円、緑化協力金50円、手引きカート代220円を含んだ総額の金額になります。
尚、追加プレーは、平日2,510円、休日3,770円になります。

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