

# 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.130  
2024.12

TAKE FREE

特集

## なぎなた

美しく翔け

なぎなたスポーツ少年団

美しく涼

幕張なぎなたスポー

連載

声かけの技術を手に入れる

## ペップトーク

千葉県弁護士会 誌上講座

## スポーツ法律相談室

大会結果/イベント情報/スポーツ教室/

アルティーマリナ千葉/千葉ロッテマリーンズ/ジェフユナイテッド市原・千葉

Photo by 千葉市スポーツ協会 職員

# なぎなた



なぎなたは「薙刀」または「長刀」と表記される通り、長い武器で相手を薙ぎ切るように戦う武道。現在は、修練を通して心身を成長させていくのが目的となっています。

📷 写真は幕張・瑞穂なぎなたスポーツ少年団の合同練習風景



## 競技の歴史

薙刀は、日本の伝統的な武器の一つです。鉄砲が伝来し戦闘方法が変化したことにより、江戸時代に入ると薙刀は武家の子女の護身用として用いられるようになりました。当時、薙刀は武家に嫁ぐ際の嫁入り道具でもあり、なぎなた競技が主に女性ばかりなのはそうした歴史によるものです。現在は男性の競技者も増え、世界なぎなた選手権大会も開催。10数ヶ国に普及し、世界的な広がりを見せています。

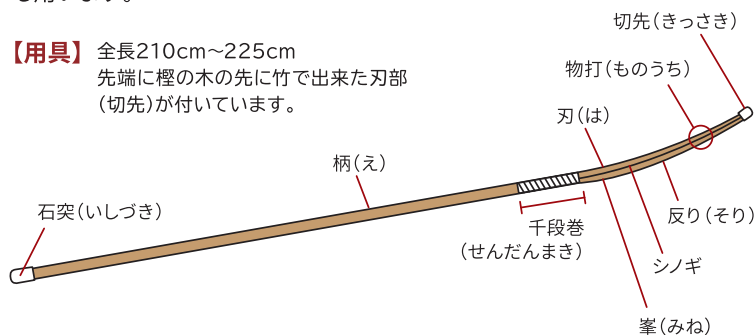


## 競技の概要&魅力

### 剣道と異なる武器の長さが特徴

なぎなた最大の特徴は武器の長さ。2m以上の長い武器で戦います。装束や試合方法も剣道とほぼ同じで、防具を着用しますが、「すね当て」も用います。

**【用具】** 全長210cm~225cm  
先端に榎の木の先に竹で出来た刃部(切先)が付いています。



### 【着衣】

稽古着、稽古帯、稽古袴を用います。運動中でも問題はありませんが、着衣によって自然に心構えも違ってきます。



剣道と同様の防具を装着。試合では、足袋は履かず素足で臨みます。



剣道と違い「すね」への攻撃がOK。お互いの間合いを保つことが基本となるため、「すね」は有効的な攻撃となります。

### 競技は大きく二つに分かれる

競技には「試合競技」と「演技競技」の2つがあり、12m四方のコートの中で行われます。

#### 試合競技 空手で言う、組手のようなもの

- 防具を着け、定められた部位(面・小手・胴・すね・つき)を確実に早く打突(だとつ)して勝負を競う
- 時間内に有効打突を2本先取した方が勝ち。延長戦もあり、勝負が決しない場合審判員の判定とする
- 個人戦と団体戦がある

#### 演技競技 空手で言う、型のようなもの

- 防具は着けず、赤・白のタスキを着けた2組の演技者が同時に演技をし優劣を競う
- 判定基準は、姿勢、服装、態度、発声、呼吸、正確な打突、理合(りあい)にかなった技か、見る人に感動を与えたか、などがある

### 俊敏に動き、多彩に攻める「試合競技」

なぎなた技には、繰り込み、繰り出し、振り上げ、持ちかえ、振り返しなどがあり、左右上下からあらゆる方向へ打つことができます。敏速な動きの中から打突の機会を見出し、よい間合いからタイミングよく技を出すことが勝利につながります。

#### 主な反則

- 片足の全部が場外に出る
  - 倒れて体の一部が場外に出る
  - なぎなたの柄部で相手の側面を打つ
- 他、試合規定に定められた反則を1試合中に2回重ねると相手に1本が与えられます。



## 年齢・体力問わず目標に応じて幅広く楽しめる

薙刀自体がもともと、女性でも扱いやすく威力を発揮できる武器なので、なぎなたは他の武道よりも力や体格に左右されにくい競技です。



## 鍛錬を通じて心身を成長させていく

「礼に始まり、礼に終わる」と言われるように相手を尊重し、信頼の上に立って対人競技を行うために礼儀を重んじ、相手を尊ぶ心が自然に養われ優美な自然体が培われる競技でもあります。

### 身体 への効果

- ・健康な体を作る
- ・体力を向上させる
- ・バランスのとれた体を作る
- ・良い姿勢を作る

### 精神 への効果

- ・心身一体としての効果
- ・旺盛な気力と活力が養われる
- ・礼儀を重んじ相手を尊ぶ心が養われる

## 日本一に輝いた選手2名が神谷市長表敬訪問

「令和6年度全日本少年少女武道（なぎなた）錬成大会（試合競技）」(793名、132団体出場)で見事日本一に輝いた「幕張なぎなたスポーツ少年団」の鈴木惟哉選手、大浦航選手が神谷千葉市長に結果報告をしました。



→次ページに鈴木選手、大浦選手の紹介があります



幕張・瑞穂なぎなたスポーツ少年団

## 千葉市で活動する団体

### 幕張・瑞穂

千葉市なぎなた連盟加盟

### なぎなたスポーツ少年団

【創設】 幕張なぎなたスポーツ少年団は1979年(S54)に発足して45年、所属部員数は22名。瑞穂なぎなたスポーツ少年団は2007年(H19)に発足して17年、所属部員数は12名。活動の中で礼儀作法、体力・集中力の向上、忍耐強さ、そして人にやさしく、役立つ人になる心を養うことを指導しています。

【活動場所】

**幕張なぎなたスポーツ少年団** 土曜17:00～20:30  
千葉市立幕張東小学校 体育館(花見川区幕張町4-681)

**瑞穂なぎなたスポーツ少年団** 火曜 17:00～20:30  
千葉市立瑞穂小学校 アリーナ(花見川区瑞穂1-2)

※練習時間について気になることがあれば、ご相談ください。

※入会条件 稽古が夜のため、小・中学生は保護者のお迎えが必要となります。



幕張・瑞穂なぎなたスポーツ少年団では、幼稚園生から社会人まで幅広い年代で活動しています。豆まきやお汁粉会、敬老の日の葉書作成、クリスマス会など、楽しいイベントもたくさん開催しています。詳しい活動内容は、下記ホームページをご覧ください。

なぎなたを見学・体験したい方  
お気軽にお問い合わせください！

親子で体験も  
大歓迎です！

右記ホームページの「なぎなた見学体験申込」よりお申し込みください。



お問合せ:

幕張・瑞穂なぎなたスポーツ少年団 代表 長嶋光枝

## 千葉市なぎなた連盟加盟の団体

**鶴沢なぎなた同好会** 対象:児童からご年配者

【活動場所】千葉市立鶴沢小学校 体育館 土曜16:30～18:30

**さつき会** 対象:成人

【活動場所】YohaS アリーナ ～本能に、感動を。～  
木曜10:00～12:00

**源なぎなたクラブ** 対象:児童からご年配

【活動場所】千葉市立源小学校 体育館 月曜17:00～19:00

お問合せ:千葉市なぎなた連盟 事務局

✉ chibashi.naginata@gmail.com

# ジュニア 最高峰の大会で 素晴らしい成績を残しています 活躍するジュニアアスリート

## 【なぎなた】

2人は「幕張なぎなたスポーツ少年団」に所属するチームメイトです



### 鈴木 惟哉さん (すずき これちか)

千葉市立西の谷小学校  
(6年生)

競技歴:3年

#### 主な戦績

- 令和6年度 全日本少年少女武道(なぎなた)錬成大会  
試合競技 小学男子5・6年の部 優秀賞
- 令和5年度 関東ブロックジュニア大会  
試合競技 小学5・6年の部 3位
- 第50回 千葉県なぎなた大会  
演技競技 小・中学生 中級の部 準優勝  
試合競技 小学生の部(5級以下) 優勝



### 大浦 航さん (おおaura わたる)

千葉市立上の台小学校  
(4年生)

競技歴:4年

#### 主な戦績

- 令和6年度 全日本少年少女武道(なぎなた)錬成大会  
試合競技 小学男子3・4年生の部 優秀賞
- 令和5年度 関東ブロックジュニア大会  
試合競技 3・4年生の部 優勝
- 令和4年度 全日本少年少女武道(なぎなた)錬成大会  
演技競技 小学1・2年生の部 優秀賞

#### 競技を始めたきっかけ

弟がなぎなたの体験に行きたいと望んで、一緒に体験してみたのがきっかけです。

#### 競技の魅力

稽古で努力した分、ちゃんと自分が上手になるところです。

#### 大会で優勝したことについて

今まで大きな大会で結果を残せず、悔しい思いをしてきたけれど、先生を始め先輩方に指導していただき、今年に入り少しずつ手応えを感じるようになりました。全国大会で優勝できて、とても嬉しかったです。

#### 思い出に残っている大会

幕張なぎなたスポーツ少年団で行う新学年大会。とても上手な先輩がいて、長い間勝てずに2位が続いていた中、初めてその先輩に勝つ事ができて、自分にとっては大きな転機となる大会になりました。

#### 続けていて良かったこと

負けても諦めず、ひたすら自分の動きを確認して向き合っていたら、大会で良い成績を残したりと結果がついて来る様になりました。

#### 競技をする上での喜びや苦労

試合や演技に少しずつクセが出てきて、直すのに時間がかかるころは大変だけど、その分練習の成果を大会で発揮できた時には物凄く嬉しいです。

#### 力を入れている練習

地稽古です。高校生や大学生の先輩達と本気で試合をしていく中で、少しずつ良い打突ができる事が増えていくのが楽しいです。

#### ライバルに勝つ方法

相手の癖を覚えて上手く打つ。時には捨て身の一撃を打つ事もあり、勝ったり負けたりしています。負けから学ぶことも多いので、見直したりしています。

#### ゲンかつぎ

千葉県の先生方からいただいた物(手提げ袋やハンドタオル)をお守りとして、大会の時には必ず持参しています。

#### 今後の目標

チームでは、美しいなぎなたを目指して稽古を重ねています。動きが綺麗な先輩方の様に、自分も綺麗で速い試合ができる様になりたいです。

#### 競技を始めたきっかけ

幼稚園の授業で習い、友だちに「一緒に大会で優勝しよう」と誘われて入団しました。

#### 競技の魅力

長くて重いなぎなたを操って演技をしたり試合をしたりすること。自分より背の高いなぎなたを操るのは難しいですが、練習をすれば上達できることが楽しいです。

#### 大会で優勝したことについて

ひと試合ひと試合を練習通りに本気で取り組もうと臨みました。決勝戦はチームメイトが負けた相手だったので、より一層気合を入れて戦いました。優勝した時は、練習を頑張っていた良かったと思いました。

#### 競技をする上での喜びや苦労

練習していた技が決まったとき、そして試合でも演技でも表彰台に上がれるとすごく嬉しいです。

相手が強くて、自分の戦い方は違う時は苦労します。負けたときは、反省点を振り返って練習で弱点を消せるように心がけています。

#### 練習と勉強との両立について

早起きして勉強をし、両方頑張っています。理科や体育の授業は競技でも役立つので、授業で習ったことをなぎなたに活かせるようにしています。

#### 続けていて良かったこと

表彰台に上がったこと。表彰台に上がると次の大会の目標も浮かんで来るので、さらに頑張ろうと思えます。

#### 試合中に心がけていること

相手の動きに集中して、自分の100%の力を発揮できるよう取り組んでいます。相手が強くて試合中に苦しいと思うときは、戦い方を変えながら、前向きな気持ちで頑張ります。

#### ゲンかつぎ・チカラめし

試合の朝に好きな音楽を聴いて気持ちを切り替えています。カツ丼は名前に「勝つ」が入っているので、試合の前の日によく食べます。

#### 今後の目標

もっと強い、たくさんのライバルに勝てるように日頃の練習を頑張ります。

千葉市スポーツ協会主催の

講演会

参加者  
募集中

2025年 **1/28** (火) 開催!



スポーツジャーナリスト・大阪芸術大学教授

# 増田明美氏 講演会

## 自分という 人生の長距離ランナー — 苦難を乗り越え再起の道へ —

マラソン競技の中で数々の記録を樹立し、期待を一身に背負い出場したオリンピックでの挫折から、失敗を恐れずに何事にも挑戦する気持ちを持つことの大切さや、人に支えられることの素晴らしさについて、1984年ロサンゼルスオリンピック女子日本代表、増田明美さんよりご講演いただきます。

増田明美(ますだ・あけみ)  
スポーツジャーナリスト・大阪芸術大学教授

1964年、千葉県いすみ市生まれ。成田高校在学中、長距離種目で次々に日本記録を樹立する。1984年のロス五輪に出場。92年に引退するまでの13年間に日本最高記録12回、世界最高記録2回更新という記録を残す。マラソン、駅伝の解説が好評で、2017年にはNHK朝の連続テレビ小説「ひよっこ」の語りを担当。現在、テレビ番組のナレーションやニュース番組のコメントーターも務める。

日本パラ陸上競技連盟会長、東京陸上競技協会会長、日本パラスポーツ協会理事。

会場

千葉市民会館 小ホール (千葉市中央区要町1-1)

開催日時

2025年1月28日(火) 17:30開場 18:30開演(20:00終演)

定員

250名程度 ※応募多数の場合は抽選

参加費

無料

参加方法

WEB申し込み <https://forms.gle/9N9xR9RwzUc1VN1t8>



◀申し込みはこちら  
申し込みフォーム

期限 2024年12月25日(水)まで

お1人様4名分までお申込みいただけます。  
中学生以下の方は、保護者の同伴が必要となりますので、保護者様によりお申し込みください。

お問い合わせ/ 増田明美氏講演会運営事務局 [受付時間] 平日10:00~17:00

☎050-1808-0128 [jimukyoku@chibacity-spokyo-kouenkai.email](mailto:jimukyoku@chibacity-spokyo-kouenkai.email)

主催/公益財団法人千葉市スポーツ協会 ☎043-238-2380

後援/千葉市・千葉市教育委員会

# 大会結果

# 第34回 千葉市長旗争奪 ミニサッカー大会



開催日 2024.8/10(土)・11(日) 会場 千葉ポートアリーナ

参加チーム数 131チーム 幼児[6] 1年[14] 2年[17] 3年[23] 4年[19] 5年[20] 6年[23] ママ[9]

主催 / (公財)千葉市スポーツ協会 共催 / 千葉市、千葉市教育委員会  
主管 / 千葉市サッカー協会

後援 / (株)千葉日报社、(株)ジェイコム千葉、ジェフユナイテッド(株)、千葉都市モノレール(株)  
協賛 / (株)シズサービス千葉、(株)サカエ商店、(株)市原組、(株)メガスポーツ(スポーツオーソリティ幕張新都心店)



## 6年生の部

北貝塚FC



〈準優勝〉パサニオール誉田FC



〈第3位〉若松エルフSC



〈第3位〉小倉FC



## 5年生の部

HAMANO JFC



## 4年生の部

HAMANO JFC



## 3年生の部

イーグルス



〈準優勝〉FC幕西



〈準優勝〉パサニオール誉田FC



〈準優勝〉パサニオール誉田FC



〈第3位〉Jホグワーツ



〈第3位〉北貝塚FC



〈第3位〉北貝塚FC



〈第3位〉パサニオール誉田FC



〈第3位〉松波サンダーキッカーズ



〈第3位〉Jホグワーツ

# 総合優勝 北貝塚FC

総合優勝チームよりコメント

毎年総合優勝に向けて日頃の練習に取り組み、これまで総合優勝を6回授かりました。  
この大会で、頑張りメダルを頂いた選手の中から3名のプロ選手も出ております。最後に開催運営側の皆様方に感謝申し上げます🙏 北貝塚フットボールクラブ



## ママさんの部

優勝

〈準優勝〉北貝塚FC

入賞チームの皆様  
おめでとう  
ございます!



千葉アミカルSC



〈第3位〉  
松波サンダーキッカーズ



## 2年生の部

優勝



Jホグワーツ



## 1年生の部

優勝



イーグルス



## 幼児の部

優勝



イーグルス



〈準優勝〉小中台FC



〈準優勝〉小中台FC



〈準優勝〉HAMANO JFC



〈第3位〉小倉FC



〈第3位〉FC幕西



〈第3位〉Jホグワーツ



〈第3位〉北貝塚FC



〈第3位〉北貝塚FC



〈第3位〉FC幕西

# やる気が上がる↑

# PEP TALK!

声がけの技術を  
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がけ「ペプトーク」を紹介

## 第8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10,000名へ講演。

携帯:090-8012-3756

Mail: beautiful-2017@beautiful-manner.com

## 激励・背中へのひと押し

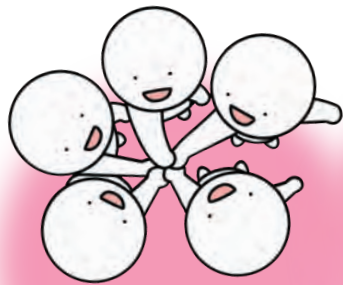
ペプトークの構成4ステップのうち、今日は④『激励』の「背中へのひと押し」です。前回の「してほしい変換」では、本人に今取り組んで実現可能な「してほしいこと」を言葉にして伝えたと相手の気持ちが「できる気」になってきました。最後の『激励』では普段の練習で使っている声出しや、本人が好んで呟いている言葉、チームのスローガンなどキーワードになる言葉を使って背中を押します。

その言葉で目の前の相手がやる気になるような声掛けが出来ていればペプトークはほとんど完成です。

わかる気・できる気・やる気へと気持ちが変化して更にその気を引き出せたらペプトークは成功だと言えます。

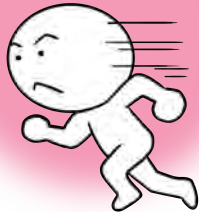


.....  
あなたが  
言って欲しい言葉は  
なんですか?  
.....



走る・守る  
チームはひとつ

全集中!!



よしやるぞ!という  
気持ちの時

不安や心配の  
気持ちが強い時

激励系の  
背中へのひと押し



見守り系の  
背中へのひと押し

### 欲しい『背中へのひと押し』は相手の中にある

①受容と②承認ができていて信頼関係がある場合は最後の激励の一言でも相手に伝わるくらい大切な言葉がけです。スポーツの競技(例えば弓道やラグビー)によっても違いますし、その子のその時の状況によっても言葉は違ってきます。

不安や緊張が強い状態

➡「大丈夫だよ。みんなと一緒にだから」(身守り)

気分が乗っていて気合いが入っている状態

➡「さあ。あなたなら絶対できる」(激励)

それぞれの場面で相手が言って欲しい背中へのひと押しをかけてあげられることが大切です。どんな言葉をかけられたら相手が本領発揮できるのか、欲しい背中へのひと押しは相手の中にあります。それを相手の立場に立ってどれだけ汲み取ることができるのか大切なことです。

相手の心に届けるには、自分らしく思い切り自信を持って伝えてあげるのもポイントです。

ペプトークはスキルも大事ですが誰が言うかという信頼関係の上に成り立ちます。相手との信頼関係をより良いものとするためにもぜひ普段からペプトークを意識してみませんか。

★(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「一方通行の指導から対話型の指導へ変化する」をお伝えします。  
.....

次回も  
お楽しみに!





# トランスジェンダーの選手に対する配慮

## 1 トランスジェンダーとは

近年、LGBTなどの言葉をよく聞くようになりました。その中のTはトランスジェンダーを指し、トランスジェンダーとは、自己の体の性に対して違和感を覚える人々の総称です。もし、あるチームの中で、戸籍上の性別が男である選手Aが、「他の同性と一緒に着替えをするのは嫌だ。」という発言があった場合、周りの選手や指導者としてはどう対応すべきでしょうか。

## 2 選手Aへの対応

選手Aは単に恥ずかしがり屋なだけという可能性もありますが、選手Aが自己の体の性に対して違和感を覚えている可能性もあります。もちろん、発言の内容だけでトランスジェンダーと断定するのは危険で、本人のわがままや、別の理由で言っている可能性もあります。それでも、可能性を否定できない以上、周りの選手や指導者としては、「選手Aはトランスジェンダーかもしれない」ことを前提に対応をするべきです。差別的発言をすることはもちろん、トランスジェンダーであるかもしれないことを本人の同意なく周囲に伝えることは、選手Aの尊厳を損ねる行為であり、人権侵害になりかねません。実際に、ゲイであることを第三者にアウトイング（本人の同意なく性的指向や性自認を暴露する行為）した事案について、アウトイングは人格権ないしプライバシー権などを著しく侵害する許されない行為であると判示している裁判例（東京高等裁判所令和2年11月25日判決）もあり、アウトイングをした者は

千葉県弁護士会  
誌上講座

スポーツ  
法律相談室

第2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

山本 祐輝 弁護士

(佐野総合法律事務所)

損害賠償責任を負う可能性があります。周りの選手は絶対にそういった行為をしないよう、また指導者としてはそういった行為を周囲にさせないための配慮が求められます。

具体的な対応としては、上記のような選手Aの発言をとって、指導者はただちに女子更衣室の使用を認めるなどしてはいけません。女子選手への精神的苦痛を与えることにもなりかねないからです。他方で、個室利用などの対応をとった場合、周囲から特別扱いしていると見られてしまうリスクもあります。指導者としては、選手Aや場合によっては選手Aの保護者を交えて慎重な話し合いをして、対応を検討する必要があります。また、選手Aに対して個室利用を認めるなどの扱いをした場合、指導者としては周りの選手に理解を求め、また周りの選手もその対応に理解を示すことが必要です。

## 3 LGBTは障害ではない

今回の事案以外でも、トイレの利用、いじめ、ユニフォームの着こなしなど、トランスジェンダーであることから発生する問題は多岐にわたると考えられます。個人の気持ちを尊重し、皆が平等にスポーツを楽しむ権利を行使できるよう、指導者や周りの選手も理解を深めていくことが求められます。

トランスジェンダー以外のLGB（レズビアン・ゲイ・バイセクシャル）も性的指向の問題に過ぎず、障害ではありませんので、差別意識を生み出さないためにも、これらが多様な性自認、性的指向の一部であると皆が理解することが大切です。

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

# 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。

2024.  
12/21(土)

## 第5回 千葉市オープンボッチャ大会

年齢や障害に関係なく、すべての人が一緒に競い合える3対3のボッチャ大会です。

場 所 千葉ポートアリーナ  
メインアリーナ  
時 間 10:00~17:00

※参加チームの募集は  
終了しています

- 競技部門 10:00~16:00  
〈エキスパートクラス〉 32チーム 大会に定期的に出場しているチーム  
〈ミドルクラス〉 16チーム 大会経験は少ないが、実力を試したいチーム
- レク部門 13:00~16:00  
〈レク部門〉 30チーム 初心者などがレクリエーションとして楽しめます



問千葉市オープンボッチャ大会実行委員会  
☎050-1808-3774 (平日10:00~18:00)

2025.  
2/6(木)  
~9(日)

## 2025ジャパンパラ車いすラグビー競技大会〈観戦無料〉

海外チームと日本チームが千葉で激突！



場 所 千葉ポートアリーナ メインアリーナ  
参加国 日本、オーストラリア、フランス、イギリス  
主 催 (公財)日本パラスポーツ協会  
共 催 (一社)日本車いすラグビー連盟

※写真は前回大会の様子

お問い合わせ jpsa-kikaku@parasports.or.jp



大会ホームページ



2025.  
2/22<sup>土</sup>  
23<sup>日</sup>

## 第14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

全国から選抜された強豪チームによる車いすバスケットボールの大会。淑徳大学の学生実行委員会が、企画・運営を手掛ける全国でも珍しい取り組みです。地元・千葉からは「千葉ホークス」が参加します。



**場 所** YohaSアリーナ ～本能に、感動を。～(千葉市中央区弁天4-1-2 JR千葉駅から徒歩15分、千葉都市モノレール千葉公園駅前から徒歩6分)  
**主 催** 千葉市・(公財)千葉市スポーツ協会・淑徳大学  
**主 管** 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学生実行委員会

2025.  
3/22<sup>土</sup>  
23<sup>日</sup>

## 第33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

**場 所** 千葉ポートアリーナ メインアリーナ(千葉市中央区問屋町1-20)  
**時 間** 9:00~17:00



### 参加チーム募集!

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又は女子チーム  
☆申込みが多数の場合は、大会運営上、抽選にて参加チームを決定します。

**申込期間** 2025年1/15(水)～1/31(金)必着  
**参加費** 1チーム2,000円  
**申込方法** 詳細は、千葉市スポーツ協会ホームページでご案内します。

問千葉市スポーツ協会  
☎043-238-2380  
(平日9:00～17:00)



千葉市スポーツ協会  
ホームページ

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。

問千葉市スポーツ協会 ☎043-238-2380 FAX 043-203-8936

## ポートアリーナの教室

申込期間 12/1(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	親子リトミック教室3	トレーニング室(2)	1/7~3/18 (2/11を除く)	火曜日 10:30~11:30	10	1~2歳 までの子と その親	15組	8,600円
②	女性限定 初心者対象 ヨガ&ピラティス教室3	トレーニング室(2)	1/10~3/14	金曜日 10:15~11:45	10	18歳以上 の女性	25人	5,500円
③	女性限定 経験者対象 ヨガ&ピラティス教室3	トレーニング室(2)	1/10~3/14	金曜日 13:00~14:30	10	18歳以上 の女性	25人	5,500円
④	キッズヒップホップ ダンス教室4	トレーニング室(2)	1/11~3/15	土曜日 10:00~11:00	10	小学生	25人	2,800円
⑤	女性限定 シェイプアップ教室3 【託児サービス付】	トレーニング室(2) 幼児体育室	1/15~3/26 (3/19を除く)	水曜日 10:00~11:30	10	18歳以上の 女性と 1歳以上 就学前児	25人 10人	5,300円 (託児付は 別途6,300円)

①~⑤は、1教室ずつお申込みできます。

⑤の託児は、1歳以上の就学前児となります。

託児を希望の方は、お申込み時にお子様の氏名(ふりがな)・性別・年齢も  
明記してください。



親子リトミック教室

事前  
予約制

## 加圧トレーニング 参加者募集!

専門スタッフによる  
筋力アップトレーニング

千葉ポートアリーナ 体力測定室

対象 16歳以上 参加費 1回1,500円 各回30分 定員 6人

日程 土曜日 12/7・14・21 1/11・18・25 2/1・8・15・22  
【午前】10:00~、10:45~、11:30~  
【午後】13:00~、13:45~、14:30~

申込方法



電話による先着順 9:00から受付

〈初回、2回目の方〉2か月前から  
〈3回目以降の方〉前日から

腕のつけ根や脚のつけ根を加圧ベルト  
で締め、適切に血流を制限した状態で  
トレーニングを行うことで、効率よく筋  
力アップできます。トレーナーとのマン  
ツーマン指導になります。

※健康上不安な方、高血圧の方は医師と  
相談の上、お申込み下さい



千葉ポートアリーナ ☎043-241-0006

# 健康づくりスポーツ教室

申込期間 ⑥～⑧ 12/1(日)～15(日) ⑨～⑪ 1/4(土)～15(水) 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
⑥	代謝力アップ リンパマッサージ	千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)	1/7～2/18 (2/11を除く)	火曜日 19:30～20:30	6	18歳以上の市内在住・在勤者	25人	1,500円
⑦	骨盤エクササイズ	千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)	1/9～2/20 (2/6を除く)	木曜日 19:30～20:30			25人	1,500円
⑧	ステップエクササイズ (基本編)	千葉ポートアリーナ トレーニング室(2)	1/10～2/21 (2/7を除く)	金曜日 19:30～20:30			25人	1,500円
⑨	格闘技エクササイズ	蘇我コミュニティセンター 3階 ホール	2/3～3/17 (2/24を除く)	月曜日 19:30～20:30			25人	1,500円
⑩	GYM&RUN (脚力・ヒップアップフィットネス)	穴川コミュニティセンター 多目的室	2/4～3/18 (2/11を除く)	火曜日 19:30～20:30			25人	1,500円
⑪	体幹トレーニング	高洲コミュニティセンター ホール1	2/5～3/12	水曜日 19:30～20:30			25人	1,500円

⑥～⑪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。申込み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。



代謝力アップリンパマッサージ



骨盤エクササイズ



GYM&RUN

- 対象 市内在住・在勤・在学の方
- お子様連れの受講はできません。(託児付き及び親子対象教室を除く)
- 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。
- 現在治療中の方は、医師と相談の上、お申込みください。

## 申込方法

①～⑪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](mailto: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](mailto: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返しませんのでご了承ください。

## 往復はがき

- (1)教室名、(2)住所、(3)氏名(ふりがな)、(4)性別、(5)年齢、  
(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▶

85 往信	26000025	千葉市スポーツ協会 宛	白紙 何も書かないで 下さい
(往信オモテ)			(返信ウラ)

85 返信	00000000	申込者の名前 申込者の住所	(1)教室名(・会場) (2)住所 (3)氏名(ふりがな) (4)性別 (5)年齢 (6)電話番号
(返信オモテ)			(往信ウラ)



## 千葉ポートアリーナ

千葉市中央区問屋町1-20  
TEL.043-241-0006

【12月～2025年2月の休館日】  
12/9(月)、12/29(日)～1/3(金)、  
1/20(月)・2/10(月)

# 開幕13連勝無敗 クラブの歴史を紡ぐ序章

## 2024-25シーズン好調なスタートダッシュ

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『アルティースリ千葉』。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った。



2024-25シーズン開幕から約1ヶ月、チームは13勝無敗という圧倒的な戦績を誇る。昨季の勝率(93.3%)を自ら超えようという強い意志が感じられる、まさにシーズンの序章だ。その勢いは競技の成績にとどまらない。現在ホームアリーナの平均来場者数は5,844人、昨季比で120%を上回る成長率を記録している。特に、ラスト3分で逆転勝利を取めた富山グラウジーズとのホームゲームでは、まるでプレーオフを思わせるほどの熱狂がアリーナを包み込んだ。



さらに、2026-27シーズンよりスタートする日本最高峰リーグ「B.LEAGUE PREMIER」のライセンス交付が正式に発表された。神谷千葉市長は「アルティースリ千葉が、B.PREMIERという新たな舞台に挑戦することで、市民に勇気と感動を届けてくれることを大いに期待しています。千葉市として、A-xx（アルティースリ千葉ファンの呼称）の皆様とともに、クラブを全力でサポートしていきます」と、力強いメッセージを送ってくださった。

今後もバスケットボールを通じて地域活性化に貢献し、支えてくださる皆様にとって誇りのクラブとなれるよう、まずはB1昇格を達成するためクラブ一同戦い抜きたい。



### 2024-25シーズン B2リーグ 東地区順位 ※11/10時点

順位	クラブ	勝	敗
1	アルティースリ千葉 ★	13	0
2	福井ブローウィンズ	9	4
3	信州ブレイブウォリアーズ	9	4
4	富山グラウジーズ	8	5
5	青森ワッツ	6	7
6	山形ワイヴァンズ	4	9
7	福島ファイヤーボンズ	4	9

### 12月開催ホームゲーム情報

12.14 SAT 15:00 - VS   
12.15 SUN 15:00 -

12.18 WED 19:00 - VS 

会場：千葉ポートアリーナ 千葉県千葉市中央区問屋町1-20



SYMBOL :

勝利や勇気の象徴である“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>

2024年12/27(金)～ 全国38劇場で公開!

### ドキュメンタリー映画

「MARINES DOCUMENTARY 2024  
自分たちを超えてゆく。」



球団理念Vision 2025  
「新たな常勝軍団」の実現  
を目指すチームの姿を  
様々な角度からカメラに  
収めたドキュメンタリー。

【上映劇場】

T・ジョイ蘇我、京成ローザ  
⑩、ユナイテッド・シネマ幕  
張、TOHOシネマズらら  
ぽーと船橋 ほか

## 2024年ドラフト会議 交渉権獲得選手

今年度の会議で、以下の選手との  
交渉権を獲得しました。

- 1位 外野手 **西川 史礁** 青山学院大  
(ニシカワ ミシヨウ)
- 2位 内野手 **宮崎 竜成** ヤマハ  
(ミヤザキ リュウセイ)
- 3位 投手 **一條 力真** 東洋大  
(イチジョウ リキマ)
- 4位 投手 **坂井 遼** 関東第一高  
(サカイ ハル)

- 5位 投手 **廣池 康志郎** 東海大  
(ヒロイケ コウシロウ) 九州キャンパス
- 6位 内野手 **立松 由宇** 日本生命  
(タテマツ ユウ)
- 育成1位 内野手 **谷村 剛** 和歌山東高  
(タニムラ ツヨシ)
- 育成2位 投手 **茨木 佑太** 帝京長岡高  
(イバラギ ユウタ)
- 育成3位 投手 **長島 幸佑** 富士大  
(ナガシマ コウスケ)

## 読者プレゼント



千葉ロッテマリーンズ

2024選手フェイスタオル **各1名様**

A

中村 奨吾

B

安田 尚憲

C

山口 航輝



アルティアリー千葉

観戦チケット vs 山形ワイヴァンズ

会場：千葉ポートアリーナ

D

2025年 1/25(土) 指定席券

**2組4名様**

E

2025年 1/26(日) 指定席券

**2組4名様**

ホームの千葉ポートアリーナでアルティアリー  
千葉を応援しましょう!

応募方法

**12/20(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、E)
- 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

## 取り上げてほしい種目募集!

「みんなのスポーツちば」に取り上げてほしい  
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、お寄せください

CHIBA CITY スポーツ情報誌  
「みんなのスポーツちば」vol.130

2024年12月1日発行

★次号は2025年3月1日発行予定です

Information



## ジェフユナイテッド市原・千葉

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

### 明治安田生命

応援ありがとう  
ございました

## J2リーグ 2024シーズン7位

### ジェフ千葉レディース

## 2024-25 SOMPO WEリーグ5位 ※11月10日現在



キャプテン  
**岸川奈津希** 選手  
(きしかわ なつぎ)

**望月ありさ** 選手  
(もちづき ありさ)

今シーズン前半戦、勝ち切れない試合が続きましたが、みんなが同じ方向を向いてやれているので、ゴールへの精度をあげていけば結果はついてくると思います。今やっていることをぶれずに続けていながら、結果にもっとこだわって戦って行きたいです。ここから大事な後半戦ですので、1人でも多くの方にスタジアムに来ていただいて、ジェフ千葉レディースを応援していただけたらと思います。(岸川)

今シーズンからジェフ千葉レディースに加入しました。チームの選手みんな、サッカーに対して意識が高く、一致団結しているチームなので、有意義な時間を過ごせています。今は結果がうまくついて来ないのですが、みんな同じ方向を向いてプレーできているし、かつ改善点は明確に出ているので、それをみんながきちんと理解しているので、そこをしっかりと改善して、結果を出していきたいです。後半戦も応援、よろしくをお願いします。(望月)



**予告!** **Yacs** ヤックス自然学校

**貸切バスで行く!**  
**親子スキーツアー**

【日程・宿泊先・場所】  
**2025年 2/7(金)夜~9(日)**  
福島県南会津郡南会津町 たかつえスキー場  
対象 親子2名~

**2月の週末はレッツ・スキー!**  
白銀の世界で親子のふれあいを  
元気いっぱいサポートします

スキーがはじめてでも、久しぶりでも安心。子どもキャンプを数多く経験しているキャンプリーダーによる無料スキーレッスンは、遊び心を入れながら楽しく滑ります。滑りを覚えたら、親子で一緒に楽しみましょう!

**子どもだけで行く!**  
**1~2月の週末スキー企画**

**新幹線企画**  
新幹線でいこう!  
**GO!GO!スキートレイン**  
2025年  
①1/24(金)夜~26(日)  
②2/14(金)夜~16(日)  
③2/21(金)夜~23(日)  
新潟県南魚沼市 六日町八海山スキー場(予定)  
対象 小学1~6年生

**貸切バス企画**  
**ひとりでスキー**  
2/7(金)夜~9(日) ※親子スキーツアーとバス移動が一緒  
福島県南会津郡南会津町 たかつえスキー場 対象 小学生~中学生

**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 <https://yacs-ns.jp> Eメール [yacs-camp@aroma.ocn.ne.jp](mailto:yacs-camp@aroma.ocn.ne.jp)  
公式ブログ [https://blog.canpan.info/yacs\\_camp](https://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!  
楽しさと魅力をお伝えします!

QRコード

**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**

**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

**鶏肉のトマトソース 1,320円**

1番人気! 海老、貝柱、つば貝、タコ、ムール貝が入った塩味のリゾット

**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://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**

**LPGA会員のレッスンプロが初級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) (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	3,990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