

## 榊浜地区自治会対抗グラウンドゴルフ大会開催 心地よい汗流し クラブを握り住民ら親睦 交流を深める晴れやか好プレー



**優勝 荒神自治会 2位 栗南1自治会 3位 居守2自治会**

地区民同士の交流を目的に10月23日(日)に二葉屋開作公園でコロナ対策を取りながら、榊浜体育振興会主催の自治会対抗グラウンドゴルフ大会を開催しました。新型コロナウイルス感染症対策としてプレー中や休憩時のマスクなしのおしゃべりを慎み、お互いの間隔を取り、1チームずつでのラウンドと、これまでと同じようにはできませんでした。それでも、常連の自治会、ご夫婦参加者や新しい自治会参加のお友だちと一緒にの方など、36人のみなさんと、12チームで3ラウンド、プレーを楽しみました。プレーの合間には、メンバー同士お互いに声を掛け合いながら楽しそうに親睦を深めていらつしやいました。表彰式では、個人のベストスコア賞は亀井正幸さん(荒神)が輝きました。また団体表彰では成績順に「ベストグロ賞」や「飛び賞」「BB賞」など全チームに素晴らしい賞品を贈呈しました。二葉屋開作公園のグラウンドゴルフ場は、体育振興会グラウンドゴルフ部の方々が力を合わせ日頃から草取りやホールの整地にと汗を流され自らの手で作られたコースです。コロナ禍での開催に戸惑いもありましたが、外出の機会が少なくなり、交流を深めることが難しい状況ですが、ひとときでもストレスから解放された楽しい時間が過ごせたのではないかと思いました。穏やかな秋晴れの空の下、心地よい汗を流して交流を深めました。

この記事を見て興味を持った方、榊浜グラウンドゴルフ部に入って色々な大会に参加しませんか。榊浜体育振興会では、今月、27日には、シャフルボード大会を予定しています。多くの方の参加をお待ちしています。

## ★スポ少バレー

9/23(祝・金) 県体育大会 B組3位  
「最後にデュースで負けたけど次は勝ちたいです。」  
磯部こはる(2年・椿ヶ丘)

9/25(日) 小方交歓会 B級決勝T敗退  
「次は、声を出してカバーにいきたいです。」  
安野心緒(2年・峠)

9/25(日) 荒巻杯 C級T敗退  
「サービスエースができて嬉しかったです。」  
吉島崇矢(4年・中町)

10/1(土) 市小学生選手権  
Aブロック(鹿野・榑浜)・Cブロック 2敗  
「試合で緊張してブロックがうまくできず勝てなかったのが1位をめざします。」  
佐子美優香(5年・東佐倉)

「試合に負けたけど、良い経験をしました。」  
吉島崇矢(4年・中町)

10/2(日) ONOカップ 決勝T 1敗  
「みんなにキャプテンとしての声かけができなかったのが練習でできるように頑張りたいです。」  
石田愛琳(5年・大島)

10/9(日) 沼城大会  
鹿野・榑浜 D級決勝T1回戦敗退  
榑浜 D級 優勝

「トスをオーバーでやってみてミスが多かった。」  
吉島崇矢(4年・中町)  
「今日はあまりサーブが入りませんでした。マルキューカップまでにサーブが入るよう頑張ります。」  
磯部倖美(4年・椿ヶ丘)

## ★スポ少野球

9/23(祝・金) Felix88杯 抽選負  
「負けてしまったけど、みんなで声をかけあってきたから満足。」  
福本陽真(6年・東本町1)

9/26(日) 秋季5年生大会 2位  
「フライが取れた。嬉しい。」  
玉野雄路(4年・旭町2)

10/1(土) 山口大内クラブ招待大会 1敗  
「みんな元気に楽しく野球をしていました。」  
杉本幌汰郎(6年・久米田中)

10/2(日) 秋季5年生以下大会 優勝  
「ホームランを打って2連勝して嬉しかった。」  
三浦佑太(4年・弁天町)

10/9(日) 県知事杯 ベスト8  
「強いチームに完封勝ちできて嬉しかったです。」  
高松輝空(6年・東浦町)

## ★スポ少サッカー

9/4(日) リーグ戦第8節 3位  
「半年間みんなで頑張って総合3位になって嬉しかったです。」  
村重翔真(6年・栗南1)

9/23(祝・金) 市4種U10リーグ 2勝1敗1分  
「次の試合で勝って、リーグ戦優勝したいです。」  
橋口碧人(4年・平井)



## スポーツ結果



### ★スポ少ミニバス

9/24(土) ライオンズ杯兼秋季交歓会 2敗  
「もっと練習を頑張りたいと思います。」  
安田朱里(5年・中町)

「次は勝てるように練習がんばります。」  
藤井心糸(6年・久米)

10/15(土) 原田裕花杯予選 2敗  
「負けてしまったけど、最後まで力を合わせて頑張りました。」  
岡崎里保(6年・久米)

10/23(日) 県秋季交歓会中部地区大会 1敗  
「自分の目標を達成出来たので良かったです。」  
古元凜(6年・久米)

### ★スポ少剣道

10/16(日) 市大会 団体戦 優勝  
個人 3・4年男子 3位 池上健志郎(久米)

3・4年女子 準優勝 古里莓華(久米)  
5・6年女子 3位 鶴端志乃(久米)  
5・6年男子 優勝 古里蒼真(久米)  
「優勝してきれいな1本が決まり、次も優勝！」  
古里蒼真(6年・久米)

### ★空手

8/21(日) 下関空手道祭  
組手 優勝 早川日彩(2年)・尾崎蓮(6年)  
" 3位 舞田士海(3年)

9/23(祝・金) 県大会 組手 2位 尾崎蓮(6年)

10/2(日) 市民大会  
組手 優勝 尾崎りな(幼年)・早川日彩(2年)  
大住元喜琉(3年)・舞田士海(3年)  
舞田唯斗(6年)

" 2位 大西隼太郎(幼年)・内山暁志(4年)  
" 3位 原田実咲希(3年)・田中郡二(5年)  
早川日翔(6年)

形 優勝 舞田士海(3年)・舞田唯斗(6年)  
" 3位 早川日彩(2年)  
「次は優勝目指して頑張ります。」  
内山暁志(4年・大工町)

### ★婦人バレー

9/21(水) 市リーグ 1敗  
「残り1試合。次こそ勝利を！」 高谷文子(浴)

### ★グラウンドゴルフ

10/2(日) 市民大会 115名参加  
2位 亀井 正幸(荒神)  
「ホール毎グラウンド状況が異なり苦労しました。」

10/7(金) 輝きクラブ周南大会 142名参加  
3位 磯村 保(中磯町) 7位 高松 昭夫(坂田)  
「入賞・ダイヤモンド賞・ホールインワン賞の3賞受賞ラッキー。」 磯村 保(中磯町)

10/13(木) 徳山協会交流会 60名参加  
1位 西田隆二(居守3) 2位 高松昭夫(坂田)  
5位 長浜淳子(居守2)

「楽しい仲間との練習の成果です。」西田隆二(居守3)



## 体軸ってなんだろう～

**Check!**  
あなたの  
体軸は大丈夫?



10/12(水)の放課後子ども教室では、今回、体軸インストラクター深町さんを招き、体軸体操を行ないました。当日は、1・2年生は、遠足で少々疲れ気味でしたが、体軸体操後は、身体が軽くなったと元気復活!姿勢も良くなりました。

みなさん!ご自分の体軸チェックしてみませんか?

「体軸を整えると良いって聞くけど、そもそも体軸ってどこを指すんだろう?」「体軸トレーニングってどんな効果があるのかな」という言葉をよく耳にしますが、そもそも「体軸」とはどこを指すのでしょうか。

体軸とは、体を上下に貫く軸状の意識のことで、「センター」「正中線」などと呼ばれることもあります。体軸は一般的には頭のお尻とお尻の穴の少し前(会陰)とくるぶしの直下を通るラインのことを指します。

体軸を整えることで感じられる最大のメリットは、体軸が整うと体のズレが少なくなり、運動能力が向上しやすい、筋肉のバランスを整え、カラダ全体の安定性が高まるという部分にあります。日常生活においても、筋肉がつくことで疲れにくい体、腰痛予防、姿勢の崩れを防ぎ、転倒予防などのメリットもあります。年齢に関係なく整えれば強化することができるため、自分の体力・筋力に合わせて少しずつ取り入れ、座りながらでも行うことができます。

横浜市民センター企画で、先月から、毎月第4金曜日の10時から、体軸教室を始めました。参加者の募集をしています。詳しくは、センター迄問合せください。

＝婦人会からのお知らせ＝

婦人会事業として、廃食用油(食用油)の回収を行っていましたが、業者の取扱いがなくなったため、11月より廃食用油回収を終了させて頂きます。市のごみ回収(燃やせるごみ)での回収をおねがいいたします。ご理解・ご協力をお願いします。



## センター図書新刊入庫しました

◎新刊の紹介◎

- ★此の世の果ての殺人
- ★思わず考えちゃう
- ★その本は
- ★ハヤブサ消防団
- ★夜に星を放つ
- ★朽ちゆく庭
- ★さよならの向こう側
- ★さよならの向こう側 i love you
- ★おいしいごはんが食べられますように
- ★祈りのカルテ 再会のセラピー
- ★嘘つきジェンガ
- ★風よあらしよ



## お知らせ・11月の予定

☆横浜地区ふれあいフェスタ(コ推協・市民センター)

横浜小フェスタ同時開催(ふれあい参観日)

日時 11月13日(日) 10時～

場所 横浜市民センター

詳細は、チラシをご覧ください。

☆人権講演会 「夢は逃げない」

講師 書道家 雅宵(西岡久美子)さん

書 Cafe オーナー(下松市在住)

書道アートパフォーマンスもあります



日時 11月17日(木) 14時半～15時半

場所 鼓南中学校体育館

※申込みは、11月11日までに市民センターまで

☆シャフルボード大会(体育振興会)(回覧中)

日時 11月27日(日) 8:30～(8:20集合厳守)

場所 横浜小体育館

## 12月の予告

☆そば打ち教室

日時 12月10日(土) 9時30分～20時予定

場所 市民センター 調理室

※詳細は、回覧をご覧ください。

☆しめ縄づくり

日時 12月19日(土) 13時～15時予定

場所 市民センター 講堂

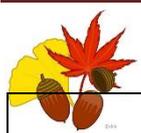
定員 20名(先着順 12月1日から受付開始)

※申込みは、12月10日までに市民センターまで

＝市民センターから使用申請についてお願い＝

12月は、クリスマス会等でセンターの使用が増えます。使用予定のある自治会・地区団体・スポーツ少年団の方は、早めの申請をお願いします。申請受付は、使用の3ヶ月前から受付けています。

また、試合結果は、試合終了後、1週間以内に必ず記入・提出をお願い致します。毎月15日締めで広報掲載をいたします。



# 令和4年11月地区行事・ごみカレンダー



		ごみ収集日・祝日	行事予定			ごみ収集日・祝日	行事予定
1	火	燃やせるごみ	あいさつ立哨	16	水	資源物 (ペット)	子ども教室(セ) 職場体験(中・2年)
2	水	資源物 (ペット)		17	木	資源物 (びん・カン)	
3	木	文化の日	セルジオ杯(サ) 市民大会(剣)	18	金	燃やせるごみ	
4	金	燃やせるごみ		19	土		科学教室(セ) 地区リーグ(ミ)
5	土		地区DC(ミ)	20	日		
6	日			21	月	資源物 (容プラ)	
7	月	資源物 (容プラ)		22	火	燃やせるごみ	子育てひろば(次)
8	火	燃やせるごみ	市音楽祭(小) 民児協定例会 人権参観日・講演会(中) やまびこ号巡回	23	水	勤労感謝の日	行政相談(生) 東陽自動車杯(サ) 中村幸男争奪大会(ミ)
9	水	資源物 (紙・衣)	いも掘りバス遠足(蓮・年長) 市音楽祭(小) 子ども教室(セ)	24	木	燃やせないごみ	期末テスト(中)
10	木	資源物 (他プラ)	体育振興会役員会	25	金	燃やせるごみ	やまびこ号巡回 期末テスト(中)
11	金	燃やせるごみ	市音楽祭(中)	26	土		防犯パトロール U11リーグ(サ)
12	土		防犯パトロール	27	日		U7・8交流会(サ) 桜木親睦大会(野) シャフルボード大会(体)
13	日		ふれあい参観日(小) 榑浜地区ふれあいフェスタ(コ)	28	月	資源物 (容プラ)	
14	月	資源物 (容プラ)		29	火	燃やせるごみ	
15	火	燃やせるごみ	職場体験(中・2年)	30	水	資源物 (紙・衣/処理困 難物)	持久走大会(小)

※新型コロナウイルス感染防止のため、変更になる場合があります。

小…榑浜小学校 中…太華中学校 総…総合支援学校 保…榑浜保育園  
 蓮…蓮生・まこと幼稚園 自…地区自治会連合会 社…地区社協 民…地区民児協  
 福…福祉員 体…体育振興会 婦…婦人会 愛…愛山会 子…子ども会 母…母推  
 コ…コミュニティ推進協議会 野…スポ少野球 サ…スポ少サッカー バ…スポ少バレー  
 ミ…スポ少ミニバス 剣…スポ少剣道 セ…榑浜市民センター 次…次世代支援課  
 生…市生活安全課

