

令和3年度南部町スポーツ協会 体育功労者・特別表彰者

体育功労者表彰 (敬称略)

南部町スポーツ協会では、社会体育の振興に尽力された方並びに各種大会で優秀な成績を収めた方を表彰します。体育功労者表彰、特別表彰の受賞者は次のとおりです。

所 属	氏 名
南部町スポーツ協会ゲートボール部	望 月 たみ子
南部町スポーツ協会ゲートボール部	小 池 喜美子
南部町バレーボールスポーツ少年団	市 川 修



体育功労者 望月たみ子さん



体育功労者 小池喜美子さん



体育功労者 市川 修さん



特別表彰者代表 太和道場、空手スポーツ少年団

●小学生の部

(敬称略)

大 会 名	成 績	所 属	氏 名	
第48回山梨県少年少女空手道選手権大会 小学6年生形の部	準優勝	太和道場、 空手スポーツ少年団	小 泉 穂 幸	
第21回全国少年少女空手道大会 小学5年生形の部	出 場			
第48回山梨県少年少女空手道選手権大会 小学5年生形の部	優 勝		杉 山 玲 奈	
第48回山梨県少年少女空手道選手権大会 小学5年生組手の部	3 位			
第21回全国少年少女空手道大会 小学4年生形の部	出 場		佐 野 颯 音	
第48回山梨県少年少女空手道選手権大会 小学4年生形の部	準優勝		佐 野 真希斗	
第48回山梨県少年少女空手道選手権大会 小学4年生形の部	優 勝		池 田 遥 斗	
第48回山梨県少年少女空手道選手権大会 小学3年生組手の部	3 位			
第21回全国少年少女空手道大会 小学2年生組手の部	出 場		杉 山 怜 大	
第48回山梨県少年少女空手道選手権大会 小学2年生形の部	優 勝			
第48回山梨県少年少女空手道選手権大会 小学2年生組手の部	優 勝			
第48回山梨県少年少女空手道選手権大会 小学2年生組手の部	3 位		佐 野 蒼 真	
第41回全日本バレーボール小学生大会 山梨県大会	3 位	南部町バレーボール スポーツ少年団	佐 野 春 真	市 川 絢 士
			市 川 來 輝	望 月 駿
			岩 城 瑛 斗	前 田 杜 和
			望 月 斗 蒼	望 月 奏 汰

●中学生の部

JOC第15回彩の国杯全国中学生空手道選手権大会 山梨県予選 中学1年生形の部	3 位	南部中学校 空手部	柿 島 瑛 心	
第41回山梨県中学校新人/バレーボール大会	準優勝	南部中学校 男子/バレーボール部	山 田 流 稀	山 本 開 翔
第72回山梨県中学校総合体育大会/バレーボール競技の部	3 位		佐 野 昇 熙	早 川 涼
第56回山梨県中学校/バレーボール選手権大会兼 野呂瀬旗争奪/バレーボール選手権大会	3 位		一 瀬 友 希	芦 川 圭 澄
第41回山梨県中学校新人/バレーボール大会	準優勝		佐 野 大 輔	大 内 龍 雅
第72回山梨県中学校総合体育大会/バレーボール競技の部	3 位		望 月 晴	横 山 海 琉
第41回山梨県中学校新人/バレーボール大会	準優勝		北 村 篤 典	
第72回山梨県中学校総合体育大会/バレーボール競技の部	3 位		望 月 愛 斗	市 川 啓 太
第41回山梨県中学校新人/バレーボール大会	準優勝		古 屋 祐 磨	市 川 瑛 士
第72回山梨県中学校総合体育大会/バレーボール競技の部	3 位		芦 川 蒼	山 本 庚 実
第56回山梨県中学校/バレーボール選手権大会兼 野呂瀬旗争奪/バレーボール選手権大会	3 位			

●高校生の部

第103回全国高等学校野球選手権山梨大会	準優勝	富士学苑高等学校 硬式野球部	河 内 健 晟	
第73回秋季関東地区高校野球山梨大会	3位タイ (3位決定戦がないため)	甲府城西高等学校 野球部	渡 邊 秀 喜	
第73回山梨県高等学校総合体育大会 陸上競技 男子走り高跳び	優 勝	身延高等学校 陸上競技部	望 月 侑	
第73回山梨県高等学校総合体育大会 陸上競技 男子5000m競歩	優 勝		若 林 航 希	
第73回山梨県高等学校総合体育大会 陸上競技 女子ハンマー投げ	優 勝		山 本 真 凜	
第73回山梨県高等学校総合体育大会 陸上競技 女子5000m競歩	優 勝		佐 野 唯 純	
第73回山梨県高等学校総合体育大会 陸上競技 女子5000m競歩	準優勝		山 本 玲 那	
第35回山梨県高等学校学年別大会兼国体選考会 少年男子B砲丸投げ	準優勝		草 場 孜 温	
令和3年度 静岡県高等学校総合体育大会 弓道競技	優 勝	富士宮西高等学校 弓道部	國 友 陽 平	
第73回秋季東海地区高等学校野球静岡県大会	3 位	加藤学園高等学校 野球部	植 田 颯 斗	樋 口 巧
山梨県高等学校空手道新人大会兼関東空手道選抜大会県予選 男子団体組手	準優勝	山梨学院高等学校 空手道部	久 保 輝	
JOCジュニアオリンピックカップ 第40回高等学校空手道選抜大会 男子団体組手	出 場			
第73回山梨県高等学校総合体育大会 空手道競技 男子団体組手	準優勝			
第48回全国高等学校空手道選手権大会 男子団体組手	出 場			
山梨県高等学校空手道新人大会兼関東空手道選抜大会県予選 女子団体組手	準優勝		柿 島 佑 海	
JOCジュニアオリンピックカップ 第40回高等学校空手道選抜大会 女子団体組手	出 場			
第73回山梨県高等学校総合体育大会 空手道競技 女子団体組手	準優勝			
第48回全国高等学校空手道選手権大会 女子団体組手	出 場			

●一般の部

第42回山日YBS旗争奪山梨県市町村対抗一般男子ソフトボール大会	優 勝	南部町スポーツ協会 ソフトボール部	澤 田 剛	村 野 誠
			佐 野 憲 一	若 林 誠
			望 月 雅 史	久 保 翔
			諏 訪 敏 章	遠 藤 太 一
			望 月 鍊	若 林 俊 輝
			塩 津 海	木 内 一 翔
			望 月 駿	遠 藤 竜 朗
			近 藤 夏 希	芦 澤 澄 人
			旗 持 優	秋 山 壘
			佐 野 佑 樹	若 林 正 悟
			杉 山 希 高	若 林 侑 大
			澤 田 直 輝	秋 山 悠
第32回山梨県ママさん/バレーボールいそじ大会 兼 関東いそじ大会予選会	優 勝	南部町スポーツ協会 バレーボール部	望 月 多喜子	望 月 千 里
			仲 亀 友 子	佐 野 あかり
			小 池 一 実	佐 野 恵津子
			若 林 幸 恵	望 月 カ ヲ
			飯 野 真由美	遠 藤 理恵子
第75回関東軟式野球選手権 兼 第55回関東選抜県予選大会	準優勝	南部町スポーツ協会 野球部 富沢フレイブス	望 月 清 貴	若 林 誠
			望 月 雅 史	遠 藤 鈴 斗
			千頭和 悠 史	遠 藤 優 斗
			平 岡 勇 太	芦 澤 澄 人

受賞されました皆様、誠におめでとうございます。

アルカディアスポーツセンターからのお知らせ!

今期からの新しい教室事業のお知らせです♪

火曜

美筋トレーニング

19:00~

そんなにきついトレーニングはしませんが、普段使えていない筋肉を意識して行います。この筋肉たちが使えないとどうなるか…肩こり、腰痛、冷え、便秘、未病、不眠など…。身体の不調が起こります。例えば、腰が痛くて湿布を貼ったり、病院やマッサージに行ってもなかなか症状が改善しない。これは自分の身体の使い方が悪いために起きているのです。ここでのレッスンはまず、自分の身体を知ることから始め、理解し、動ける身体・使える身体を作っていきます。使えるようになると自然とスタイルアップし、痩せていきます!! ボディラインも整います!! 筋トレやダイエットをしても変わらない方は、歪みが原因の場合があります。体年齢を若く保つために、自分を知りましょう!!

火曜

Let's Jump!

20:15~

一度のレッスンで、600~800キロカロリーを消費してしまう、夢のようなトランポリンレッスンです!! 正直、キツイです。ですが、それだけの効果は期待できます! 心肺機能向上、ヒップアップ、くびれ、尿漏れ予防、むくみ予防、運動不足解消など、たくさんの嬉しい効果があります!! 関節に不安がある方でも、トランポリンが80%負担を吸収してくれますので、お医者様に止められている方以外、以前ケガをしていたり、持病がある方でも参加可能です! インストラクターの私も膝(半月板)を痛めていますが、問題なくできています。「飛ぶ」というより「踏む」という動作なので、負担は少なく、エクササイズ効果は上がります!! キツければ休憩しながらでも大丈夫です。一人ひとりの場所(ミニトランポリン)でやりますので、誰にも迷惑はかかりません。キツイですが、楽しい音楽に合わせて動いていきますので、とても楽しいですよ♪

水曜

アクアズンバ♪

20:00~

ズンバのプログラムを水中でも効果的に楽しむように創られたアクアプログラムです。

重力の影響が軽くなる為、膝や腰に負担をかけずに、過体重の方・体力をつけたい方でもズンバを楽しむことができます。水を使うことにより、有酸素能力と筋力レベルも上げる効果も期待できます。運動不足の方にもおすすめです。どなたにでも楽しくリフレッシュでき、驚くほど爽快なトレーニングです!



ご不明な点は
アルカディアスポーツセンター
電話 64-3113 まで
お問い合わせ下さい。

他にもおすすめのレッスンがたくさんありますのでご紹介します♪

シェイプ&体幹トレーニング

自体重と色々な大きさのボールを使い、インナーマッスルを中心にトレーニングを行います。お腹の引き締め効果はもちろん生活習慣病予防・腰痛・歪みの予防改善を目指します! 体幹を鍛えることでこれからの日常生活レベルを向上させていくことができます!

土曜日の 10:00~ですので、平日の夜に
来られない方にもオススメです♪♪

からだ整えエクササイズ

呼吸を意識し、体幹を鍛え、ボールを使って無理なく筋トレを行います。ストレッチボールを使い、自分の身体に向き合いながら、日頃の疲労回復を目指します! シニアの皆さんも安心してご参加いただけるレッスンです!

木曜日の 11:00~ですので、午前中しか
空いていない方にもオススメです♪♪

シニアヨガ

心地よい呼吸によって、安全で安心して行える心と身体に優しいヨガです。健康的な日常生活を送ることができるよう、精神の安定と共に柔軟性、持久力の向上を目指します! 必要な方はイスなどの補助器具も使いながら、無理せず楽しく健康的な心と体をつくりましょう。

金曜日の 14:30~ですので、1 週間の
疲れを癒したい方にもオススメです♪♪

詳しくはアルカディア通信(12月~3月)をご覧ください!!

スマイルなんぶ通信 No.81



「なんぶ健康会議」に関わる課・組織が情報をお伝えします。
今回の担当は「地域包括支援センター（福祉保健課内）」です。
認知症の相談窓口についてお伝えします。



一人で悩まず、相談しましょう？

認知症は、早期発見と早期治療が大切です。正しい診断をしてもらい、早く治療を始めることにより症状を軽減したり、進行を遅らせる事ができます。日常生活でおかしいなと感じたり、困ったことがある場合は、なるべく早く相談しましょう。

相 談 窓 口

南部町地域包括支援センター

☎ 64-4836

☎ 64-3111
(夜間・休日)

【相談内容】

- ・ 認知症に関すること
 - ・ 生活の困りごと
 - ・ 医療機関についての情報
 - ・ 認知症予防に関する相談 など
- 気軽に声をおかけください。

認知症の人と家族の会相談窓口

- ・ 介護者の立場から相談にのります。

峡南地域 ともしびの会(磯野会長)

☎ 0556-36-0826

医 療 機 関

かかりつけ医

日常生活でおかしいなと感じたら、なるべく早くかかりつけ医に相談しましょう。

認知症サポート医のいる医療機関

認知症の人の診療に習熟し、かかりつけ医への助言その他の支援を行ない、専門医療機関や地域包括支援センターとの連携の推進役を担います。

南部町医療センター ☎ 64-3117

万沢診療所 ☎ 67-1030

身延山病院 ☎ 62-1061

飯富病院 ☎ 42-2322

専門医

認知症の症状や問題となる行動に応じて、専門的な診療が受けられます。

南部町医療センター ☎ 64-3117
精神科（予約制）