

Sports Life Saitama

スポーツライフ さいたま

vol.20
2024.3



この広報誌は、スポーツ振興くじの助成金を受けて発行しています。

公益財団法人
さいたま市スポーツ協会

SAIO

株式会社 サイオー

公共施設の管理、運営に
お悩みのご担当者様へ。

今後より多彩な広がりを見せるPFI・PPP事業。
これまでの指定管理者としての豊富な実績を基に、
より効率的なPFI・指定管理者、包括管理サービス
をご提案し、自治体の様々なお悩みにお応えいたします。

実績

埼玉県立武道館
さいたま文学館・桶川市民ホール
文化総合センター大和田
北本市体育センター
大宮武道館 他



■ 指定管理、PFI、PPP事業

■ 設備遠隔監視

■ ビル管理、舞台管理

お問い合わせ先

〒330-0064 埼玉県さいたま市浦和区岸町7-12-4

TEL:048-710-5588 / FAX:048-710-5577

MAIL:honsha@saio.co.jp

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

特集

地域プロスポーツチーム紹介「大宮アルディージャ」	2
子どもがスポーツ好きになる家庭での取り組みとは	6
しっかり!上手に!水分をとろう	10

協会事業 紹介

スポーツ協会 イベント・講習会	12
スポーツ少年団 イベント・講習会	13
小中学生等スポーツ活動事業補助金交付事業	14
子どものスポーツ能力測定会・大人の体力測定会	15
加盟団体紹介	16
スポーツ少年団部会紹介	18
スポーツ少年団検索サイト「スポ少みっけ!」開設	20
総合型地域スポーツクラブ紹介	22
賛助会員について	24
令和6年度市民スポーツ大会日程表	29

発行・編集

公益財団法人 さいたま市スポーツ協会

〒338-0835 さいたま市桜区道場4-3-1 サイデン化学アリーナさいたま (記念総合体育館) 内

TEL:048-851-6250 FAX:048-851-6253 E-mail:info@saitamacity-sports.or.jp

URL:<https://www.saitamacity-sports.or.jp/>



地域プロスポーツ紹介

【大宮アルディージャ】

「スポーツを通じて夢と感動をわかち合える、より良い地域社会の実現に貢献します」

さいたま市には、2つのサッカークラブをはじめバスケットボールや卓球など様々なプロスポーツチームが活躍しています。今号の特集では、大宮アルディージャをご紹介します。

●クラブの紹介

さいたま市をホームタウンとする日本プロサッカーリーグ（Jリーグ）所属のサッカークラブ。1969年に結成された「電電関東サッカー部」が母体となり、1998年に大宮アルディージャが誕生しました。

●クラブ理念

スポーツを通じて夢と感動をわかち合える、より良い地域社会の実現に貢献します。

大宮アルディージャは、常に地域とともに歩む存在でありたいと願っています。私たちの使命はプロサッカーの試合をすることだけではありません。スポーツを通じた様々な活動によって地域の発展に貢献すること、地域の皆様に信頼いただけるクラブとなること、そして、応援いただ

ている皆様をワクワクさせるようなサッカーを披露し、常にタイトルを争えるようなチームとなることです。

2024年の目標

「目標はもちろん、1年でのJ2復帰です。キックオフからパワー全開、限界まで戦うことを約束します」と新監督の長澤徹氏。「美しいサッカーよりも、皆様が熱狂してくれるようなサッカーを目指します。NACK5スタジアム大宮を熱狂で包み込むことができれば、勝利できると確信しています。応援、どうぞよろしくお願いたします」と熱い想いを語っています。

クラブ名の由来とエンブレム



ARDIJAとは「リス」を意味するスペイン語「ARDILLA（アルディージャ）」を読みやすく表記した造語です。リスは大宮市（現さいたま市）のマスコットの存在であり、子どもから大人まで愛される存在になることを願ってつけられました。



クラブ名になっている「リス」を、堅い守備力・バランスを意味するリスの尻尾に見立てた盾形に収めました。ボールから伸びる5本のストライプは、スピードに乗った攻撃力と、シマリスの背中模様、さらには5街道の一つ中山道を表しています。

マスコット



・アルディ
リスをモチーフとした男子のマスコット。クラブ創設時から活躍するアルディは、人懐っこく好奇心旺盛な性格で、子どもたちに大人気です。



・ミーヤ
元気いっぱいでおっちょこちょい、でもちょっとだけ気が強い女の子。2008年にクラブ設立10周年を記念して仲間入りしました。

ホームスタジアム NACK5スタジアム大宮

前身の大宮公園サッカー場時代を含めると60年以上の歴史を誇る、伝統のホームスタジアムです。日本初のサッカー専用スタジアムで、現存するものとしては日本最古。マラドーナやバッケンブオーアなど、世界のスター選手がプレーし、また2002FIFAワールドカップ時には、ブラジル代表の練習場としても使用されました。最大の魅力は、観客席とピッチの近さ。選手の息づかいが聞こえるほどの距離感が、スタジアムの一体感を生み出します。



アクセス



JR大宮駅東口より徒歩約20分、またはタクシーで約10分。

「ホームタウン活動を通じて、地域とともに歩む存在でありたい」

クラブの理念である「スポーツを通じて夢と感動を分かち合える、より良い地域社会の実現に貢献します」を実現すべく、クラブ創設以来、様々な活動に取り組んでいます。「地域密着」を合言葉に、これまで大人から子どもまでホームタウンの皆様と交流を深めてきたことは、クラブにとってかけがえのない大きな財産となっています。これからも、地域の皆様とともに戦い、楽しみ、そして成長を続けていくことを目指し、その活動を絶やさず続けていくことを誓います。

●令和5年度「SAITAMA社会貢献賞」受賞

大宮アルディージャは、令和5年度「SAITAMA社会貢献賞」を受賞しました。2024年2月16日(金)に埼玉県知事公館で表彰式が行われ、大宮アルディージャ代表取締役社長 佐野秀彦氏が参加。表彰式では大野元裕 埼玉県知事より表彰状および記念品が贈呈されました。

「SAITAMA社会貢献賞」とは…

「SAITAMA社会貢献プロジェクト」では、県内企業・団体のCSR・社会貢献活動を募集し県ホームページで紹介することで、皆様の活動を広く発信しています。そしてそれらの中からキラリと光る、地域を元気にする活動を行う企業・団体を表彰しています。



◆ ホームタウン活動 ◆

●2024シーズン「トップチーム必勝祈願」 「大宮駅東口・西口商店街挨拶まわり」

さいたま市大宮区の武蔵一宮 氷川神社にて、2024シーズンの必勝祈願を行いました。必勝祈願後には、大宮駅東口・西口商店街へ挨拶まわりを実施しました。



絵画コンテスト



絵画コンテスト表彰式

●「親子ふれあいサッカー教室」

「大宮アルディージャ 親子ふれあいサッカー教室」を定期的開催。地域の皆様とサッカーというスポーツを通じてコミュニケーションの輪を広げています。



さいたまサッカーフェスタ2023 Supported by 明治安田生命

さいたまサッカーフェスタは、さいたま市がJリーグ及びWEリーグの4つのチームを擁するホームタウンとしての特性を生かし、「浦和レッドダイヤモンズ」・「大宮アルディージャ」と共同で、サッカーの魅力を総合的に体験できるイベントです。

●「夢工房 未来くる先生 ふれ愛推進事業」

2023年12月、さいたま市教育委員会が推進している、プロスポーツ選手やアーティストなどを「未来くる先生」として市立幼稚園や小学校などに派遣する事業に、塚本泰史クラブアンバサダーが参加し、市立指扇北小学校を訪問。小学校6年生を対象に「夢を持つことの大切さ」をテーマに講話を行いました。児童の皆さんには熱心に耳を傾けていただきました。



●「大宮クリーン大作戦」

毎月第4水曜日、およびホームゲーム開催に合わせて、これまでに約500回の街頭清掃活動を実施しています。毎年5月下旬には5月30日の「ごみゼロの日」の拡大版として、主催者のクラブと大宮区だけでなく、多くの皆様にご協力いただき実施しています。2023年5月には、総勢200人の皆様に参加いただきました。



クラブハウス「オレンジキューブ」オープンデー

ホームタウンならびにファン、サポーターの皆様とより良い地域社会づくりのための交流を目的として、2023年5月には第7回目を実施。白バイやパトカー乗車体験、なりきり消防士写真撮影ほか、スーパーボール・ヨーヨーすくい、お菓子のつかみ取りなど様々なイベントのほかトップチームの練習試合も行い、2,656名の方にご来場いただきました。



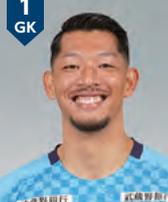
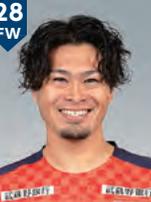
大宮アルディージャを 応援しよう！



OMIYA ARDIJA

トップチームは、1月より2024シーズンの活動をスタート。西大宮でトレーニングを続けるとともに、2月には沖縄キャンプを行い、2024年明治安田J3リーグを戦っています。

①生年月日 ②身長 / 体重 ③出身地

 <p>監督 <small>ながさわ てつ</small> 長澤 徹</p> <p>1968年生まれ。愛媛県出身。ジュビロ磐田やフジアーノ岡山監督、FC東京コーチ、京都サンガF.C.ヘッドコーチなどを歴任。2024シーズンより大宮アルディージャ監督に就任。</p>	<p>1 GK</p>  <p>笠原 昂史 かさはら たかし ① 1988/11/21 ② 191/88 ③ 埼玉県</p>	<p>4 DF</p>  <p>市原 吏音 いちばら りおん ① 2005/7/7 ② 187/81 ③ 埼玉県</p>	<p>5 DF</p>  <p>浦上 仁騎 うらかみ にき ① 1996/11/11 ② 178/76 ③ 茨城県</p>	<p>6 MF</p>  <p>石川 俊輝 いしかわ としき ① 1991/7/10 ② 174/68 ③ 埼玉県</p>	<p>7 MF</p>  <p>小島 幹敏 こじま ますと ① 1996/9/17 ② 178/73 ③ 埼玉県</p>	
<p>8 MF</p>  <p>高柳 郁弥 たかやなぎ ふみや ① 2000/10/4 ② 172/65 ③ 埼玉県</p>	<p>10 FW</p>  <p>シュヴィルツォク しゅわいるつおく ① 1992/12/28 ② 184/85 ③ ポーランド</p>	<p>11 FW</p>  <p>中野 誠也 なかの せいや ① 1995/7/23 ② 173/69 ③ 静岡県</p>	<p>13 MF</p>  <p>山崎 倫 やまざき りん ① 2003/5/20 ② 175/60 ③ 東京都</p>	<p>14 MF</p>  <p>泉 柊椰 いずみ とおや ① 2000/12/2 ② 174/62 ③ 大阪府</p>	<p>16 DF</p>  <p>植田 悠太 うえだ ゆた ① 2004/7/6 ② 173/65 ③ 滋賀県</p>	<p>17 MF</p>  <p>中野 克哉 なかの かつや ① 1996/9/13 ② 168/63 ③ 奈良県</p>
<p>20 DF</p>  <p>下口 稚菜 しもぐち わかば ① 1998/5/2 ② 178/73 ③ 福井県</p>	<p>21 GK</p>  <p>加藤 有輝 かとう ゆうき ① 1997/9/20 ② 188/81 ③ 埼玉県</p>	<p>22 DF</p>  <p>茂木 力也 もてぎ りきや ① 1996/9/27 ② 176/72 ③ 埼玉県</p>	<p>23 FW</p>  <p>杉本 健勇 すぎもと けんゆう ① 1992/11/18 ② 187/79 ③ 大阪府</p>	<p>26 DF</p>  <p>濱田 水輝 はまだ みずき ① 1990/5/18 ② 186/83 ③ アメリカ合衆国</p>	<p>28 FW</p>  <p>富山 貴光 とみやま たかみつ ① 1990/12/26 ② 180/73 ③ 栃木県</p>	<p>30 MF</p>  <p>アルトゥール シルバ あるとうーる しるば ① 1996/4/26 ② 180/80 ③ ブラジル</p>
<p>31 MF</p>  <p>阿部 来誠 あべ らいせい ① 2004/12/17 ② 175/70 ③ 東京都</p>	<p>34 DF</p>  <p>村上 陽介 むらかみ ようすけ ① 2002/2/4 ② 184/79 ③ 東京都</p>	<p>35 MF</p>  <p>清水 祐輔 しみず ゆうすけ ① 2001/5/13 ② 176/72 ③ 埼玉県</p>	<p>37 DF</p>  <p>関口 凱心 せきぐち かいしん ① 2001/9/24 ② 181/72 ③ 埼玉県</p>	<p>38 DF</p>  <p>鈴木 俊也 すずき しゅんや ① 2000/11/24 ② 178/73 ③ 静岡県</p>	<p>39 MF</p>  <p>泉澤 仁 いずみさわ じん ① 1991/12/17 ② 165/65 ③ 千葉県</p>	<p>40 GK</p>  <p>志村 滉 しむら こう ① 1996/4/27 ② 186/80 ③ 千葉県</p>
<p>42 FW</p>  <p>藤井 一志 ふじい かずし ① 2001/9/30 ② 174/72 ③ 兵庫県</p>	<p>45 MF</p>  <p>種田 陽 たねだ はるひ ① 2005/4/28 ② 170/61 ③ 埼玉県</p>	<p>46 DF</p>  <p>貫 真郷 ぬき まさと ① 2003/10/2 ② 184/75 ③ 埼玉県</p>	<p>49 FW</p>  <p>大澤 朋也 おおさわ ともや ① 2002/9/6 ② 175/72 ③ 埼玉県</p>	<p>50 GK</p>  <p>若林 学歩 わかばやし まなぶ ① 2004/3/10 ② 196/83 ③ 東京都</p>	<p>試合日程は、 こちらをご覧ください → </p> <p>https://www.ardija.co.jp/match/</p>	

大宮アルディージャ VENTUS を応援しよう!



OMIYA ARDIJA VENTUS

2021年、女子チーム「大宮アルディージャ VENTUS」を設立。母体となった「FC十文字 VENTUS」が掲げてきた「女性が輝ける未来へ」というビジョンを受け継ぎ、サッカーを通じて女性が活躍できる社会を実現するため活動を続けています。

①生年月日 ②身長 / 体重 ③出身地

 <p>監督 やない りな 柳井 里奈 1989年生まれ。兵庫県出身。 INAC 神戸レオネッサ、ジェフユナイテッド市原・千葉レディースなどでプレー。 INAC 神戸レオネッサコーチ、流通経済大学女子サッカー部監督などを歴任。2023-2024シーズンから大宮アルディージャ VENTUS 監督に就任。</p>	<p>1 GK 望月 ありさ もちつき ありさ ① 1994/4/15 ② 172/67 ③ 東京都</p>	<p>2 DF 坂井 優紀 さかい ゆき ① 1989/1/10 ② 171/60 ③ 千葉県</p>	<p>3 DF 鮫島 彩 さめしま あや ① 1987/6/16 ② 163/56 ③ 栃木県</p>	<p>4 DF 長嶋 洸 ながしま ひかり ① 1993/12/2 ② 166/56 ③ 埼玉県</p>	<p>5 DF 乗松 瑠華 のりまつるか ① 1996/1/30 ② 164/57 ③ 埼玉県</p>	
<p>6 DF 有吉 佐織 ありよし ざおり ① 1987/11/11 ② 159/51 ③ 佐賀県</p>	<p>7 DF 西澤 日菜乃 にしざわ ひなの ① 1997/12/20 ② 163/52 ③ 埼玉県</p>	<p>8 MF 上辻 佑実 うすつじ ゆみ ① 1997/11/30 ② 158/56 ③ 大阪府</p>	<p>9 FW 井上 綾香 いのうえ あやか ① 1995/1/15 ② 162/54 ③ 栃木県</p>	<p>10 MF 五嶋 京香 ごしま きょうか ① 1997/1/15 ② 156/49 ③ 大分県</p>	<p>11 MF 阪口 萌乃 さかぐち もえの ① 1992/6/4 ② 158/50 ③ 神奈川県</p>	<p>13 MF 仲田 歩夢 なかつた あゆむ ① 1993/8/15 ② 162/55 ③ 山梨県</p>
<p>14 MF 源間 葉月 げんま はづき ① 1998/10/28 ② 166/59 ③ 埼玉県</p>	<p>15 MF 林 みのり はやしみのり ① 1999/12/21 ② 162/54 ③ 愛知県</p>	<p>16 FW 北川 愛莉 きたがわ えり ① 2001/3/13 ② 163/59 ③ 滋賀県</p>	<p>17 DF 佐藤 寿奈 さとう しゅな ① 2003/9/20 ② 162/57 ③ 福島県</p>	<p>18 MF 田嶋 みのり たじま みのり ① 1995/4/2 ② 157/53 ③ 東京都</p>	<p>19 FW 船木 里奈 ふなきりな ① 1997/5/10 ② 157/56 ③ 東京都</p>	<p>20 MF 甲斐 碧海 かいまりん ① 2001/9/9 ② 159/51 ③ 東京都</p>
<p>22 GK 今村 南海 いまむら みなみ ① 1999/8/5 ② 170/66 ③ 宮城県</p>	<p>23 DF 久保 真理子 くぼ まりこ ① 1999/1/29 ② 163/57 ③ 埼玉県</p>	<p>24 MF 上田 佳奈 うえだ かな ① 2001/6/29 ② 154/55 ③ 埼玉県</p>	<p>25 MF 村上 真帆 むらかみ まほ ① 1998/6/15 ② 163/55 ③ 埼玉県</p>	<p>26 DF 杉澤 海星 すぎさわ みほし ① 2002/8/17 ② 159/54 ③ 神奈川県</p>	<p>27 MF 牧野 美優 まきの みゆ ① 2001/12/3 ② 165/54 ③ 埼玉県</p>	<p>28 DF 柴山 史菜 しばやま ふみな ① 2000/4/13 ② 160/54 ③ 愛知県</p>
<p>29 FW 平井 杏幸 ひらい あみゆ ① 2001/5/15 ② 160/53 ③ 大阪府</p>	<p>30 FW 吉谷 茜音 よしたに あかね ① 1993/9/2 ② 165/55 ③ 山口県</p>	<p>31 GK 中村 董 なかむら すみれ ① 2006/1/4 ② 169/65 ③ 神奈川県</p>	<p>33 FW 大島 暖菜 おおしま はるな ① 2005/3/29 ② 160/50 ③ 東京都</p>			

試合日程は、
こちらをご覧ください



→

<https://www.ardija.co.jp/ventus/match/>

写真・資料提供：大宮アルディージャ

(株)ウイングート 代表取締役

遠山健太氏に聞く

子どもがスポーツ好きになる 家庭での取り組みとは



近年、子どもの運動能力の低下が叫ばれるなか、運動の定着率を高めるための考え方として、「フィジカルリテラシー」の概念が注目されています。今号では「フィジカルリテラシー」とはどのような考え方か、また、子どもたちの運動能力を引き出し、スポーツが好きな子どもたちに育てるには、何をすればよいのかをお聞きしました。

Profile



株式会社ウイングート 代表取締役
遠山 健太氏

プロフィール

株式会社ウイングート代表取締役。ワシントン州立大学教育学部卒(1997年)、順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科修了(2023)。東海大学男子バスケットボールフィジカルコーチ、全日本フリースタイルスキーチームフィジカルコーチを経て現職。著書に『コツがつかめる! 体育ずかん』(ほるぶ出版)、『運動できる子、できない子は6歳までに決まる!』(PHP研究所)など多数。

競技歴

小学校でサッカークラブ、中学校では剣道部に在籍し、高校は部活シーズン制のアメリカンスクールだったため、サッカー・バスケットボール・テニス・陸上競技(短距離)を年間通して実施してきた。大学で幼・小・中の教員免許を取得後、協和ゴルフ倶楽部にて研修生となりプロゴルファーを目指すも、肩の怪我で引退。その後専門学校に入り直しトレーナーを志す。

なぜいま、子どもたちの体力が低下しているのでしょうか?

世間で子どもたちの体力が低いといわれている原因をたどるとどうやら全国的に実施されている体力測定の結果が昔と比較して低くなっており、それをメディアが伝えているからのようです。体力測定結果の合計点が低いと、結果用紙に記載されている5段階評価でDまたはEという一般的に「低体力者」というレッテルが貼られてしまいます。でも重要だと思うのは体力合計点で低体力者が増えている、という判断をメディアがするのではなく体を動かすことへの興味・関心が薄くなってしまった子どもが増えているということに着目しなくてはなりません。

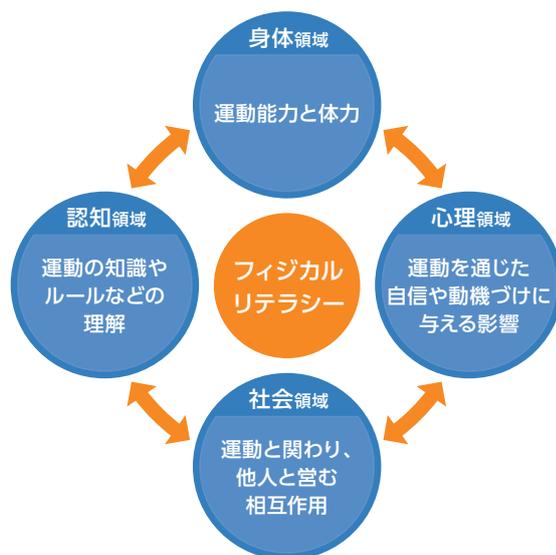
そのような子どもたちの活動量は当然少なくなり、結果、体力測定の数値が低くなるわけです。そのようなことから、子どもたちの体力を向上させるには、“運動は楽しい”という子どもを増やす必要があると感じています。体を動かすことはもちろんのこと、自分の体の動きに興味・関心を持つ子どもを増やすことが、日本の子どもの低体力問題を解決することにつながるのです。

運動の定着率を高める「フィジカルリテラシー」の概念とは、どのようなものなのでしょうか？

フィジカルリテラシーは、マーガレット・ホワイトヘッド博士が2001年の国際学会で発表した概念で欧米を中心に急速に広まっていきました。若者男女問わず、運動の定着率を高める鍵を握っている概念であると国内でも期待され始めました。フィジカルリテラシーは、その国の文化や教育理念によって解釈が少しずつ異なるものの、現在日本オリジナル版の評価尺度は日本スポーツ協会の研究チームが検討・作成しています。

このフィジカルリテラシーには、「身体的」「心理的」「社会的」「認知的」の4つの領域があります。「身体的」領域は走る・跳ぶ・投げるなどの基礎的運動スキルができるかなどで、元々学校やスポーツの現場でも取り組まれています。「心理的」領域は運動意欲や動機について、「社会的」領域はスポーツを通じた仲間との繋がりや関わりについて、そして「認知的」領域はスポーツに関する知識や理解についてです。今までは体力が低いと「それなら体を動かせばいいじゃないか」というアプローチしか考えられませんでした。しかしながら、フィジカルリテラシーという概念を考慮すると身体領域だけではなく、その他3つの領域へのアプローチをすることでより効果的に運動実施の定着率を高め、結果、体を動かすことの興味・関心を高めることに繋がるでしょう。不活動な子どもにとっても運動の習慣化に繋がり、活動量が高まることで低体力問題の解決の糸口になるかもしれません。

フィジカルリテラシーを構成する4領域のイメージ



(注) 遠山氏や日本スポーツ協会研究班の報告に基づく



フィジカルリテラシーの考えに裏打ちされた「マイスポ」について

私たちが取り組んでいる「マイスポ」も、フィジカルリテラシーの概念を活用して企画・運営しています。家族で参加するスポーツイベント「マイスポ」は、「身体領域」の体力測定だけを行うというわけではありません。測定の結果から体力・体格を分析し、自分がいま楽しくできるスポーツは何かを提案をしています。また、そのスポーツの特性と動物の動きを結びつけることで、動物でいうと15種類いるどのタイプになるかを同じ結果用紙内に提示しています。この試みはフィジカルリテラシーの4つの領域でいう「心理的領域」で、スポーツや運動に対してモチベーションを高める仕掛けを取り入れています。

また、マイスポは測定フィードバックの後に運動・スポーツに対してやる気になった家族が参加できる、さまざまな健康や運動に関する体験コーナーを設けています。これは「認知領域」になり、例えばスポーツ栄養士による食育のブースや、市販薬購入時の注意点やドーピングについてのアドバイスがもらえるスポーツファーマシスト（スポーツに詳しい薬剤師）のブースを設置しています。

また、これらの体験コーナーに家族や同世代の子ども同士で参加することで、交流が生まれ、コミュニケーションが促進し、社会性(社会的領域)も育まれます。このようにフィジカルリテラシーの4つの領域をすべて網羅したイベントを今後様々な自治体で実施することで地域の健康づくりに貢献できるかもしれません。

 <p>ドラゴン</p> <p>身体能力は全般的に優れている想像上の動物。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・球技全般 ・陸上競技全般 ・冬季種目全般 ・水泳競技全般 ・体操競技全般 	 <p>キリン</p> <p>高さ約5m、体重1トンの大型草食動物。蹴りが強い。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サッカー(キーパー) ・ハンドボール(キーパー) ・スポーツクライミング ・セパタクロー ・サーフィン 	 <p>インバラ</p> <p>高いスピードと跳躍力を持ち、俊敏性に優れている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サッカー ・7人制ラグビー ・ショートトラック ・キンボールスポーツ ・カバディ 	 <p>マンモス</p> <p>体重が20トン以上あり、哺乳類最大の重さを誇る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水泳(中距離) ・陸上競技(長距離) ・トライアスロン ・ワイフセービング ・トレイルランニング 	 <p>オオカミ</p> <p>高い持久力を持ち、群れで行動する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラクロス ・フットサル ・フィールドホッケー ・アイスホッケー ・アルティメット
 <p>サラブレッド</p> <p>小さい頭、長い手足の競走馬で走るのが速い。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技(短距離) ・バレーボール ・自転車競技 ・空手道 ・ボブスレー 	 <p>野うさぎ</p> <p>俊敏で、走るスピードが速く、持久力もある。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体操競技 ・フィギュアスケート ・飛び込み競技 ・スケートボード ・スノーボード 	 <p>トラ</p> <p>大柄で力も強い。獲物は待ち伏せて捕獲する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・テニス ・剣道 ・少林拳法 ・フィッシング ・トランポリン 	 <p>カンガルー</p> <p>ジャンプ力が高く、強い蹴りを繰り出すことも。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・アメリカンフットボール ・陸上競技(競歩) ・フィッシング ・スピードスケート 	 <p>ヒョウ</p> <p>細い体だが、力強い。スピードは速く、木登りも得意。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サッカー・ラグビー ・水泳 ・アーティスティックスミミング ・水泳(短距離)
 <p>シマウマ</p> <p>約65kmの速さで走り、器用にジグザグと進む。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スキー競技 ・テコンドー ・フェンシング ・ダンス ・ラート 	 <p>バイソン</p> <p>1トン以上の重量だが、走るスピードは約60kmと速い。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・スカッシュ ・相撲 ・野球&ソフトボール ・ウエイトリフティング ・柔道 	 <p>ツキノワグマ</p> <p>直線で走るスピードは、約50km。木登りが得意。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ドッジボール ・スカッシュ ・陸上競技(投擲) ・カヌー(スラローム) ・フィッシング 	 <p>ハヤブサ</p> <p>約200kmのスピードで爪を使って、獲物を捕獲する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カヌー(フラットウォーター) ・バドミントン ・カヌー(スラローム) ・ボート・ビリアード 	 <p>コアラ</p> <p>木の上で爪を使って上手に移動することができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴルフ ・ダーツボール ・ボウリング ・アーチェリー ・ダーツ

©EAST Inc.ALL RIGHTS RESERVED.

▲15の動物タイプでわかる適性スポーツ



子どもの運動苦手を克服するには、身近でどんなことができますか？

私が考えるに運動が苦手な子どもは存在しないと考えています。それは決められた動きが必要なスポーツの動作や体育種目が苦手な子どもはいるでしょう。ただし体を動かすことが苦手という子はいない、という意味です。公園に子どもを連れて行き観察して頂くとわかりますが、進んで遊具などで遊びますし、広場で走りまわったりと“体を動かすこと”は自然とできているはずなのです。自分の子どもが特定の体育種目(鉄棒など)やスポーツ的な動き(バッティング、ドリブルなど)がうまくできないと「この子は運動が苦手なんじゃないか」と思ったり、同世代の子どもと比べてしまったりと、親が苦手と決めてしまっているケースも少なくありません。

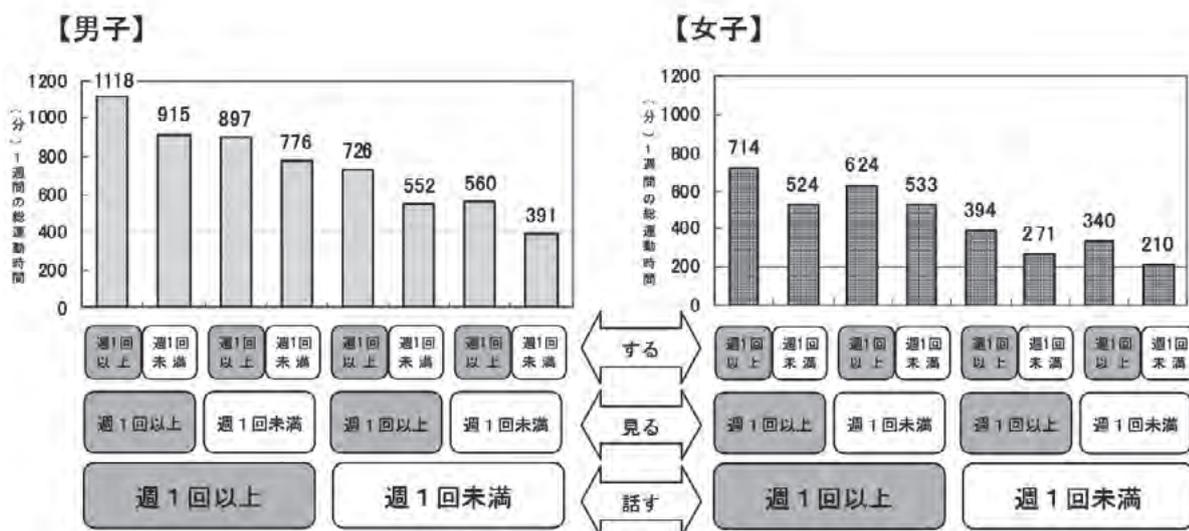
子どもは本来、体を動かすことが好きはずです。だからこそ、普段から保護者が“体を動かすことが楽しい”と思うような環境をつくるのが一番大切だと思います。そのためには、保護者自ら時間を作って幼少期の間は1日30分でも良いので子どもを公園などに連れて行って楽しく遊んでみてください。いろんな運動体験をすることで体を動かすコツを自然と学ぶことができます。その延長線上に体育種目やスポーツ的な動作につながるのです。

あまり運動が好きではない親は、どうすればよいでしょうか？

文科省は毎年家庭内でのスポーツや運動についての運動習慣調査を実施していますが、私が注目している質問の1つに平成27年に保護者に聞いている質問があります。それは、1週間のうちに1度でも家庭でスポーツや運動を「一緒にする」「一緒に見る(観る)」「一緒に話す」頻度について聞いているものでした。この3つすべてを行っている家庭は1つも行っていない家庭より子どもの普段の活動量が多く、体力測定の合計点が高いという結果になっています。

さらにこの「する」「見る(観る)」「話す」を行っている家庭の子どもの方が運動やスポーツが好きだという子が多いのです。もし、親が運動が苦手だったり、忙しくて遊べなくても、子どもの運動能力向上のために、上述の通り1日30分でもいいので、体を一緒に動かす機会を作って欲しいと思います。また、「見る(観る)」については近隣の体育館や運動施設やテレビで子どもとスポーツ観戦をしてみてください。最近はSNSで手軽にスポーツ動画を見たりすることもできます。このように親子で観戦することで子どもにスポーツに興味・関心を高める機会になるかもしれません。「話す」については、学校で友達と休み時間や放課後でどのような遊びをしたのかを聞いたり、体育の授業内容について聞いたりしてみましょう。このように保護者ができることはたくさんあります。

1週間で1度でもスポーツや運動を「する」「見る(観る)」「話す」家庭と1週間の総運動時間の関係(小学生)



出典：文部科学省報告書

共働きで子どもと接する時間が少ない家庭に向けた取り組みはありますか？

自分自身のフィジカルリテラシーの高さを質問紙で調べることができます。そこで近い将来やりたいと思っていることは、保育士のフィジカルリテラシー調査です。近年共働きの方も増えてきていることから、子どもを保育園に預ける家庭も増えてきていると思います。子どもが保育士と過ごす時間は家庭より長くなるケースもあるでしょう。あくまで仮説ですが、フィジカルリテラシーが高い保育士のクラスの子どもたちは活動量が高いのではないかと考えています。今後フィジカルリテラシーの高い保育士を育成することで子どもの活動量も増えてくるのではないのでしょうか。また、腰痛や肩こりで悩んでいる保育士が多いと聞きますので、自分自身の健康管理にも繋がるでしょう。

今後、保育士のリテラシーを高めるための取り組みを考えることには意義があります。そしてそのような保育士が在籍する園が増えていけば、アクティブに活動する子どもが増えるのではないのでしょうか。

参考：日本スポーツ協会(2022) 令和4年度 日本スポーツ協会スポーツ医・科学研究報告II 身体リテラシー(Physical Literacy) 評価尺度の開発 — 第2報 —

しっかり！上手に！ 水分をとろう



「第6の栄養素」とも呼ばれるほど重要な水分。長時間の運動によりたくさんの汗をかくアスリートにとって、運動時の水分補給はパフォーマンスを維持するための大切な要素と言えます。水分補給のタイミングや量、内容に関する知識をしっかりと身につけて、日々の練習で実践しましょう。

体内の水分量が減るとパフォーマンスに影響が出る

体には多くの水が含まれており、大人で体重の約60%、子どもで約70%を占めます。水分には、①体温を調整する、②体内で物質を水に溶かすことで化学反応を円滑に進める、③老廃物を排泄したり栄養素を運搬したりするというおもに3つの働きがあります。食べ物や飲み物から摂取された水が、汗や尿、呼気、涙などとして体外に排泄されることで体内の水分バランスは保たれます。この調整には多くのホルモンやミネラルが関係します。

運動により体温が上昇すると発汗が起こります。これは、汗が蒸発するときに奪われる熱により体温を下げようとする働きによるものです。発汗により体重が2%失われるとパフォーマンスに支障が生じ、4%で筋肉の運動作用が低減、5%で熱疲労、7%で幻覚症状、10%で循環虚脱、熱射病がおこるとされ、脱水症状が進むと死に至る可能性もあります。また、汗には水分だけでなく、ミネラルも含まれるため、大量に汗をかく場合には水分と一緒にミネラルも失われてしまいます。

子どもは成人に比べて体温調節機能や水分の代謝機能が未発達であり、身長が低いために成人に比べて体表面積が少なく放熱しにくいために、脱水になりやすい傾向にあります。これらのことから、発汗により失われた水分は、運動中の水分補給によってしっかりと補う必要があります。

体内の水分損失率と現れる主な脱水症状

水分損失率	体に現れる主な症状
1%	大量の発汗、のどの渇き
2%	強い渇き、めまい、吐き気、ぼんやりする、重苦しい、食欲減退、血液凝縮、尿量減少、血液濃度上昇
3%	3%を超えると、汗が出なくなる
4%	全身脱力感、動きの鈍り、皮膚の紅潮化、いらいらする、疲労および嗜眠、感情鈍麻、吐き気、感情の不安定(精神不安定)、無関心
6%	手先のふるえ、ふらつき、熱性抑鬱症、混迷、頭痛、熱性こんばい、体温上昇、脈拍・呼吸の上昇
8%	幻覚、呼吸困難、めまい、チアノーゼ、言語不明瞭、疲労増加、精神錯乱
10%	筋痙攣、ロンベルグ徴候(閉眼で平衡失調)、失神、舌の膨張、興奮状態、不眠、循環不全、血液濃縮及び、血液減少、腎機能不全

脱水症状は、小児の場合で5%ほど不足すると起こり、成人では2~4%不足すると、顕著な症状が現れはじめる

水分補給は足りている？体重と尿の色でチェック！

水分補給が十分かどうかを確認する実践的な方法は2つあります。

① 運動前後で体重を測定する方法

汗で失った水分量を補給することが水分補給の基本です。運動前後に体重を測ることで、汗で失った水分量を把握することができます。脱水やパフォーマンス維持の観点から、運動「後」の体重減少が運動「前」の体重の2%以内におさまることが理想です。運動前後での測定条件を同じにするため、汗を含んだものは着替えてから体重測定を行いましょう。

② 尿の色で確認する方法

尿の色と量は脱水に関係しており、尿の色が濃く、少量であるほど脱水状態が進んでいることが疑われます。右の図は、尿の色から脱水レベルを自己評価し、必要な水分補給量の目安も示した尿指標シートです。神奈川県立保健福祉大学の鈴



SVDJ

<https://sndj-web.jp/news/001906.php>

木志保子氏らが行っている消防職員の熱中症対策研究をもとに作成されました。一般社団法人日本スポーツ栄養協会のHPよりダウンロードできるため、ぜひプリントアウトして施設などのトイレに貼り、日常のセルフチェックにご活用ください。

喉が渇いてからでは遅い！具体的な水分補給方法

水分を飲んでから吸収されて渴きが癒やされるまでには、摂取から30分以上はかかると言われています。そのため、のどが渇いたと思ってからの水分補給では間に合わない場合があります。できる限り水分が不足している状態を作らないように、少しずつ頻繁に飲むようにしましょう。また、大量に汗をかき水分と一緒にミネラルが失われた際、真水ばかり飲むと血液の濃度が薄まってしまい、いわゆる水毒症と呼ばれる低ナトリウム血症により筋肉のけいれんが起こり、運動継続が困難になる場合があります。運動量や時間を考慮し、スポーツドリンクを上手に活用しましょう。具体的な水分補給方法を以下の表にまとめました。

運動前	練習や試合の30分前まで 250～500mlの水分を補給
運動中	15-30分の間隔で1回200～250ml/1時間あたり合計500～1000ml程度飲むことが目安 <日本スポーツ協会より推奨された飲み物> 1) 5-15℃に冷やした水 2) 0.2%程度の塩分(ナトリウム量が100ml中40-80mg)が含まれているもの 3) 1時間以上の運動時には4-8%程度の糖質(吸収スピードからは6%程度が適切)が含まれているもの *市販のスポーツドリンクは浸透圧や濃度の関係から「薄めず」に飲みましょう。 *冷凍のスポーツドリンクは全部溶けてから飲みましょう。
運動後	運動前後で測定した体重減少量を十分補える量を飲む

参考文献：鈴木志保子.理論と実践 スポーツ栄養学.日本文芸社.2018.169-188
スポーツ活動流の熱中症予防ガイドブック.日本スポーツ協会. <https://www.japan-sports.or.jp/publish/tabid776.html#guide01>



パフォーマンスアップに栄養をプラス！

plus Nでは、スポーツ栄養の専門家である公認スポーツ栄養士が、アスリートへのトレーニングや生活環境を考慮した長期的な栄養サポートを提供しています。アスリートへの栄養サポートは単なる食事環境を整えるという意味ではありません。からだづくりの材料となる「食事」をどう選び、どう活かすのか？

アスリートへの継続的で充実した栄養サポートは、アスリートの叶えたい「未来を育てる」サポートだと考えています。

また、アスリート、保護者、指導者のみなさんに、からだづくりに必要な栄養を実践的に学んで頂く為、「Zoomオンライン講座スポーツ食チャレンジ栄養セミナー」全12回シリーズを毎月主催しています。

栄養サポートの競技種目、競技レベル、障害の有無など限定しておりません。

お気軽にご相談ください。

plus N お問い合わせ info@plus-nutrition.jp

HP <http://plus-nutrition.jp>



Profile 公認スポーツ栄養士 小嶋理恵子

plus N 代表。約10年以上の病院での臨床経験を経て、2020年1月アスリート栄養サポート事業団体plus Nを創設。全日本スキー連盟クロスカントリーチームメディカルスタッフ、埼玉県スポーツ協会プラチナアスリート専門家サポートなどに就任。幅広い競技の栄養サポートをフィジカルコーチと連携しながら行う。3児の母。



公益財団法人さいたま市スポーツ協会 イベント・講習会

事業名	事業概要	日程	対象
親子で楽しむ スポーツフェア	気軽にスポーツに触れ合い、親子で楽しめる体験型イベント 【申込・参加費】予約不要、参加費無料	7月、10月 (年2回)	市内在住・在勤又は 在学で小学生以上の 方とその保護者
大原バルシューレ スクール	120を超えるボール遊び体験で体幹やバランス能力を鍛え、女の子も男の子も楽しく運動神経を鍛えられる教室 【申込・参加費】事前予約制(抽選)、参加費1人 4,000円	8月～3月 (毎週火曜日)	市内在住・在学の3歳 ～小学3年生
障害者交流スポーツ 「フットサル教室」	元プロサッカー選手の指導により障害の程度に合わせて参加できるフットサル教室 【申込・参加費】事前予約制、参加費無料	3月 (年1回)	知的障害のある小学 生以上の方
さいたま市 子どものスポーツ能力 測定会&大人の体力 測定会	主にスポーツ無関心層の市民を対象として、子どもたちがそれぞれの能力に合ったスポーツを発見するための能力測定会と大人の健康意識の高まりにつなげるための体力測定を行う体験型イベント 【申込・参加費】事前予約制(抽選)、参加費無料	10月～11月 (年4回)	市内在住・在勤又は 在学の方
さいたま スポーツセミナー	テーマに合わせた専門家を招き、理論・実践方法を身につけ、スポーツ指導者としての総合的な資質の向上を図るための講習会 ※この講習会は、公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者更新研修になっています。 【申込・参加費】事前予約制(抽選)、参加費1,000円	2月 (年1回)	市内在住・在勤又は 在学の方
市民スポーツ大会	市内の各競技団体が開催するスポーツ大会大会情報は市報や各競技団体のホームページをご確認ください。	4月～3月 (通年)	各競技団体登録者、 市内在住・在勤又は 在学の方

※詳細は当協会ホームページをご覧ください。



さいたま市スポーツ少年団 イベント・講習会

事業名	事業概要	日程	対象
全体研修会	種目にとらわれず、今後の各単位団の活動のインテグリティに関わる研修 【申込・参加費】事前申込(先着順)、参加費無料	7月 (年1回)	※育成母集団保護者 及び登録指導者・ 役員・スタッフ
母集団育成研修会	「1少年団に1育成母集団」を目標に少年団の育成と活動の促進を目的に、育成母集団の結成と活動促進を図る育成研修 【申込・参加費】事前申込(先着順)、参加費無料	7月 (年1回)	育成母集団保護者及び 登録指導者・役員・ スタッフ
スタートコーチ 養成講習会	「公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者制度」に基づき、スポーツ少年団等において、必要最低限度の知識・技能に基づき、安全で効果的な活動を提供する指導者の養成を目的に、日本スポーツ少年団と都道府県スポーツ少年団との共催により開催する講習会 【申込・参加費】事前予約制(先着順)、 参加費1人 5,500円(テキスト代含む)	12月～2月 (年3回)	18歳以上の方
スポーツ少年団大会 部会大会	各種目別に、さいたま市スポーツ少年団主催によるスポーツ少年団大会及び部会大会	4月～3月 (通年)	スポーツ少年団の団員

※育成母集団…保護者・指導者・地域の人々が連携して子どもたちをサポートする組織



小中学生等スポーツ活動事業補助金交付事業

令和5年度はさいたま市からの助成を受けて3事業を実施しました。この事業は、小・中学生等の新たなスポーツの機会や場の創出又は競技力向上を目的に、スポーツ協会の加盟団体を対象とした補助事業です。具体的には、競技人口の増加や、全国中学校体育大会・インターハイに出場できるような選手の育成などを想定しています。最長3年間、同一の団体が補助を受けることができ、単年度では実施できない中期的な育成事業を行うことができます。

さいたま市バドミントン協会

さいたま市小学生バドミントン強化活動



令和3年度から開始の事業で、所属する市内のスポーツ少年団から推薦募集し、戸川力夫（公財）日本スポーツ協会公認バドミントンコーチ（コーチ4）を責任指導者として招き、さいたま市バドミントン協会のインストラクターが、それぞれアシスタントコーチとして、さらにきめの細かい指導を実践しているものです。指導は、徹底した基本の基本を忠実に技術指導を行い、応用技術にも対応できるようじっくり強化育成しています。



さいたま市水泳連盟

さいたま市中学生競泳競技強化育成事業



令和4年度から開始の事業で、競泳競技を通じた心身の健全な発育を促すこと、アスリートとしての人格形成を促すこと、全国中学並びにジュニアオリンピックカップ等の全国大会を目指し、さらに日本選手権やジャパンオープンへの出場を目標とする選手を育成しています。さいたま市から世界で活躍するスイマーを輩出することを目的として基礎筋力トレーニングやボディケア・メンテナンス指導、栄養指導など多角的に選手の育成を図っています。



さいたま市トランポリン協会

さいたま市トランポリン3年計画



令和5年度から開始の事業で、トランポリン競技を行っている選手の中から推薦募集し、技術的な指導をナショナル強化選手・2023アジア大会メダリストの山田大翔選手に、またメンタルサポートをメンタルコーチングスクール代表の池努先生にお願いし、市協会の指導者がサポートしながら全日本ジュニア選手権での入賞を目標にしています。技術的な向上はもとより、メンタルコントロールの意識とテクニックの習得、考え方の成長や取り組み方の確立を目指し強化育成しています。



— 子どものスポーツ能力測定会・大人の体力測定会 —

主にスポーツ無関心層の市民を対象として、継続的にスポーツに親しむ習慣づくりへつなげていくことを目的に、令和3年度から実施しています。

また、親子で楽しみながらスポーツに触れあえる体験コーナーとして、親子で栄養ワークショップやかけっこ教室、AED救命処置体験などを開催しました。

令和5年度は、浦和駒場体育館・岩槻文化公園体育館・大宮体育館・サイデン化学アリーナさいたまの4会場で開催し、計約2100名の方が来場しました。



①「身長測定」「握力測定」「立位体前屈」「立ち幅跳び」「閉眼片足立ち」「プロアジリティテスト」の6種目を測定



②自身が優れている能力と今後鍛えるべき能力、何のスポーツに向いているかなど、スポーツレーナーがアドバイス



《浦和駒場会場》



《岩槻会場》



《大宮会場》



《サイデン会場》



さいたま市

スポーツ協会



さいたま市陸上競技協会

さいたま市陸上競技協会



さいたま市水泳連盟



さいたま市体操協会

さいたま市スポーツ協会には市内で活動してさいたま市民スポーツ大会や各競技団体主催市民の健康及び体力づくりの推進を行っていただきます。ご覧になるか、当協会へお問い合わせください。



さいたま市サッカー協会



さいたま市バスケットボール協会



さいたま市ソフトテニス連盟



さいたま市フェンシング連盟



さいたま市スキー連盟



さいたま市スケート連盟



さいたま市卓球協会



さいたま市柔道連盟



さいたま市テニス協会



さいたま市ウエイトリフティング協会



さいたま市野球連盟連合会



さいたま市ソフトボール協会



さいたま市バレーボール連盟



さいたま市ハンドボール連盟



さいたま市相撲連盟



さいたま市バドミントン協会

加盟団体紹介

いる37種目の競技団体が加盟しています。
大会を開催することで、スポーツを通じます。
加盟団体の情報は団体ウェブサイト
さい。



さいたま市小学校体育連盟



さいたま市ゲートボール連盟



さいたま市中学校体育連盟



さいたま市弓道連盟



さいたま市空手道連盟



さいたま市太極拳連盟



さいたま市合気道連盟



さいたま市剣道連盟



さいたま市射撃連盟



さいたま市ゴルフ協会



さいたま市エアロビック連盟



さいたま市ラグビーフットボール協会



さいたま市なぎなた連盟



さいたま市パワーリフティング協会



さいたま市スポーツウエルネス
吹矢協会



さいたま市山岳連盟



さいたま市少林寺拳法協会



さいたま市トランポリン協会

さいたま市スポーツ協会
加盟団体紹介

さいたま市

スポーツ協会



サッカー部会



バスケットボール部会



空手道部会



野球部会



バレーボール部会



ソフトボール部会



ソフトテニス部会

スポーツ少年団紹介

さいたま市スポーツ少年団は、平成14年4月1日に設立され、現在、単位団数232団、指導者1,696名、役員・スタッフ698名、団員8,079名と全国でも有数の規模を誇る団体となっています。スポーツ少年団の情報は、当協会ウェブサイトより種目や地域を絞って検索していただけます。

スポ少みつけ！

検索



柔道部会



体操部会



バドミントン部会



ラグビー部会



陸上部会



スポーツチャンバラ部会

さいたま市スポーツ協会
スポーツ少年団紹介

さいたま市内のスポーツ少年団
検索サイト

スポ少みつけ！ を開設します！



さいたま市内では現在232団体のスポーツ少年団が日々、活動しています。

子どもたちに、スポーツを通してたくさんの楽しみを知ってもらえるよう、市内のスポーツ少年団と子どもたちが繋がれるようにと、この度、市内の少年団を地域や種目ごとに絞って検索ができるシステムを作成しました。

STEP1
見る！ 活動地域、種目、MAPで絞り込んで検索



希望する活動地域、
種目にチェック
を入れて検索

MAP上で
少年団の分布を
確認

各団のwebサイトやSNSで
活動内容等の詳細をご確認いただき、
お問合せください。

STEP2
知る！ 各少年団のプロフィールを
確認し比較検討

活動日や活動場所、
団の雰囲気は、
どうだろう？

STEP3
聞く！ 各団へ問合せ

団体名	種目	活動場所	住所	活動曜日	WEBサイト
大宮南サッカー	サッカー	大宮南小学校	さいたま市南区南浦和1丁目16-3	土・日	WEBサイト
北浦和サッカー	サッカー	北浦和小学校	さいたま市南区北浦和2丁目18-3	土・日	WEBサイト
朝霞サッカー	サッカー	朝霞小学校	さいたま市朝霞区山1丁目30-42	土・日・祝	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	大塚東小学校	さいたま市東区大塚東331	土・日・祝	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	大塚小学校	さいたま市東区大塚3丁目14-1	土・日	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	浦和東小学校	さいたま市東区新2丁目25-24	土・日	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	浦和小学校	さいたま市東区新2丁目14-28	土・日	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	三基小学校	さいたま市東区三基1984	土・日	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	大宮口小学校	さいたま市東区大宮口24	土・日	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	南小学校	さいたま市東区大宮口637	土・日	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	本郷小学校	さいたま市東区本郷4丁目19-4	土・日	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	本立小学校	さいたま市東区本立2丁目26-25	土・日	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	朝霞小学校	さいたま市朝霞区朝霞8丁目18-4	土・日・祝	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	野々宮小学校	さいたま市東区野々宮7丁目2	土・日	WEBサイト
浦和東大塚サッカー	サッカー	朝霞小学校	さいたま市朝霞区大朝霞5丁目10-6	土・日・祝	WEBサイト



スポーツ少年団とは

「スポーツ少年団」では、子どもたちがスポーツを楽しむだけでなく、学習活動、野外活動、レクリエーション活動、社会活動、文化活動などを通じて協調性や創造性を養い、社会のルールや思いやりのころを学びます。

さいたま市スポーツ少年団概要

創設
平成14(2002)年

団数
232団

団員数
8,079名

種目
16種

- サッカー
- ミニバスケットボール
- 野球
- ソフトボール
- 空手道
- バレーボール
- ソフトテニス
- 柔道
- バドミントン
- 陸上
- 体操
- ラグビーフットボール
- スポーツチャンバラ
- 野外活動
- 水泳
- 複合種目

※複合種目とは数種類のスポーツを併行して行ったり、季節ごとに変えたりして活動を行う形態のことです。

あなたを待ってるスポーツ少年団があります。
興味を持ったなら、まずは団担当者へお問合せください。

市内のスポーツ少年団情報を収集するなら、まずは「スポ少みつけ！」にアクセス。
問合せ 公益財団法人さいたま市スポーツ協会 Tel048-851-6250 Fax048-851-6253



スポ少みつけ！を
開設します！

子どもから高齢者まで

いろいろなスポーツを自分の

さいたま市内の総合型地域スポーツクラブ紹介

総合型地域スポーツクラブは、人々が身近な地域でスポーツに親しむことのできる新しいタイプのスポーツクラブで、次の3つの特徴を持ち、地域住民により自主的・主体的に運営されるスポーツクラブを言います。

- (1) 子どもから高齢者まで(多世代)
- (2) さまざまなスポーツを愛好する人々が(多様目)
- (3) 初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる(多志向)

NPO法人スポーツみらいLab (見沼区)

【主な活動場所】見沼区を拠点に市内全域で活動 大宮武道館、大宮体育館、岩槻文化公園体育館、浦和西体育館、浦和駒場体育館、与野体育館、サイデン化学アリーナさいたま、三橋総合公園体育館、指扇小学校、指扇中学校、他



【主な活動種目】バドミントン(毎日開催)、パラバドミントン、バドミントン講習会(月2回開催)、バスケットボール、モルック、マリンスポーツ(ヨット、ボート)

【会費】会員 月払い 300円、年払い 3,000円 / 非会員(ビジター) 参加費+300円 / 学生・未成年者は月又は年会費無料 ※別途参加費

【クラブ紹介文】スポーツをしたくてもする場所がない。活動する市民の手で、「このまちに体育館をつくる」活動をしています。競技志向の団体、多世代交流志向の団体に分かれており、子どもからシニアまでの生涯スポーツを行なっています。

【問い合わせ先】担当者名 笹川太平 Tel 080-2020-0901
E-mail miralab.npo@gmail.com
URL <https://www.miralabnpo.org/>

NPO法人浦和スポーツクラブ (浦和区)

【主な活動場所】領家スタジオ、浦和駒場体育館、駒場運動公園補助競技場、市営テニスコート、県立浦和高等学校、本太中学校 他



【主な活動種目】サッカー、テニス、ヨガ等各種フィットネス、バドミントン、アクティブシニア健康教室、シニア筋トレ、子どものスポーツ、スポーツ鬼ごっこ、星空スポーツ広場 他

【会費】月会費 2,000円~6,000円程度

【クラブ紹介文】地域スポーツの普及と振興を図り、青少年の健全育成を掲げています。引退なし、補欠なし、誰でもスポーツに親しむことをモットーに、幼児からシニアまで豊かなスポーツライフを楽しんでいます。スポーツを通して地域に笑顔と会話があふれるまちづくりを目指し、地域の様々な団体とも連携して活動しているクラブです。

【問い合わせ先】担当者名 小川 貴
Tel 048-887-7140 Fax 048-677-7598
E-mail info@urawasc.org
URL <https://www.urawasc.org/>

さいたま市中央スポーツクラブ (中央区)

【主な活動場所】
与野西中学校体育館

【主な活動種目】
バドミントン、バスケットボール

【会費】
入会金 1,000円 / 年会費 3,000円
/ 参加費(会員) 300円、ビジター 500円

【クラブ紹介文】
老若男女だれでもウエルカム。楽しく体を動かして一緒にスポーツを楽しみませんか。
「なにか運動を始めたい」と思ったらまずはご連絡ください。お待ちしております。

【問い合わせ先】
担当者名 新井正明
Tel 048-853-3997
E-mail s_centerclub.2004@jcom.home.ne.jp



NPO法人さいたま市地域スポーツクラブ遊 (浦和区)

【主な活動場所】
大原スポーツ広場(浦和区大原)

【主な活動種目】
ラグビー(年代別)、地域体力測定、サマーキャンプ 他
※毎年、市民ラグビー教室、市民ラグビー祭を開催

【会費】
年会費 2,000円 / 月会費 1,000円×12ヶ月分
※一年の一括払い(途中月に入団の場合は、年会費2,000円+月会費×入団月から3月までの残月数)となっておりますので協力お願い致します。

【クラブ紹介文】
「3歳から80歳まで、いつでも、誰でも、いつまでもスポーツを楽しめる」をモットーに世代間交流を目指したスポーツクラブです。

【問い合わせ先】担当者名 新谷修一 Tel 090-1994-0660
E-mail info@urawa-rs.com
URL <https://urawa-rs.com/>



スタイルで楽しもう

さいたま市における総合型地域スポーツクラブは、それぞれの地域においてスポーツの振興やスポーツを通じた地域づくりなどに向けた多様な活動を展開し、地域スポーツの担い手としての役割や地域コミュニティの核としての役割を果たしています。

さいたま市内で8団体ある総合型地域スポーツクラブは、地域住民の皆さんが気軽に参加できるクラブですので、ぜひ、お近くのクラブの活動をご覧ください。

cheese

(南区)

【主な活動場所】

浦和競馬場、浦和駒場スタジアム、大谷場東小学校、浦和南高校、高砂小学校、常盤小学校

【主な活動種目】

かけっこ・陸上・チアダンス・バドミントン 他

【会費】

500円～5,000円

【クラブ紹介文】

「cheeseでみんな笑顔に」を合言葉に参加者がワクワクして参加出来るクラブを目指して活動しています。随時体験受付中！お気軽にご連絡ください。

【問い合わせ先】

担当者名 千葉朋裕 Tel 090-5320-5297
E-mail cheese.run@nifty.com
URL <http://cheese.o.o07.jp>



NPO法人ふあいぐるクラブ白鶴 (岩槻区)

はっかく

【主な活動場所】岩槻小学校・慈恩寺中学校・岩槻区内の公民館等公共施設の体育館

【主な活動種目】バレーボール、バスケットボール、新体操、軽スポーツ

【会費】年会費 3,000円／月会費 2,000円 すべてのサークルや行事に参加いただけるSubscription方式です。

【クラブ紹介文】バスケット、バレーボール、新体操は定期的に活動をしています。その他は不定期ですが、スクエアステップやノルディックウォーキング等地域住民の健康維持に資するイベントを開催します。貯筋運動やシナプソロジーの指導者も大変好評を博しており様々な会場で活躍しております。中学校部活動の地域移行についても問題解決に向けて協議を進めているところです。

【問い合わせ先】担当者名 川島克夫
Tel 090-9328-3144 Fax 048-794-6182
E-mail kawashima@hakkaku.org
URL <http://www.hakkaku.org/>



NPO法人浦和美園SCC (愛称:うらら) (緑区)

【主な活動場所】大門小学校・美園小学校・美園北小学校・美園中学校・美園南中学校、美園コミュニティセンター

【主な活動種目】○スポーツ：ファミリーバドミントン、バレーボール、テニス、Jr.バスケットボール、サッカー(Jr.・senior)、Jr.ハンドボール、ヨガ、フラダンス、かけっこ ○カルチャー(文化)：トールペイント、フラワーアレンジメント、折り紙、ペン習字

【会費】年会費 1,300～2,350円※スポーツ安全保険料を含む。※各種目活動費は別途かかります。

【クラブ紹介文】美園地区内の公共施設を活動拠点として、スポーツとカルチャーを“誰もが、いつでも、どこでも”楽しく取り組める活動を目指し総合型地域スポーツクラブの特徴である『多種目・多世代・多志向』を実践すべく活動しております。興味ある種目の無料体験に是非お出掛け下さい。

【問い合わせ先】担当者名 横山敏夫 Tel 090-3310-9358
E-mail umsc@umsc.com
URL <https://umsc.com>



一般社団法人レッズランド(レッズランドスポーツクラブ) (桜区)

【主な活動場所】上大久保中学校体育館・武道館、大久保東小学校体育館、中島小学校体育館、サイデン化学アリーナさいたま

【主な活動種目】バドミントン教室、中島スポーツ教室(体づくり運動)、チアダンススクール、健康ヨガ教室、ハツラツ空手教室、バレーボール教室

【会費】年会費 5,000円／スポーツ安全保険 800円～1,850円／月会費 1,050円～4,000円 (ファミリー割引、シニア割引あり)

【クラブ紹介文】桜区内の小中学校や体育施設を活用して、地域の皆さまとともに、複数の屋内スポーツ教室を実施しています。レッズランドフィールドで開催しているスクールと同様、お子様からお年寄りの方々まで、初めて習う方でも気軽に始めることができ、習熟してレベルアップできるプログラムを展開しています。

【問い合わせ先】担当者名 塩谷剛史
Tel 048-840-1541 Fax 048-840-1560
E-mail scinfo@redslan.jp
URL <https://www.redslan.jp/redslansportsclub>



公益財団法人さいたま市スポーツ協会 賛助会員の募集について(お願い)

皆様方よりご賛同いただきました賛助会費はスポーツ振興を目的に使用します。

加盟団体やスポーツ少年団が主催する大会や合宿等でAED貸し出し事業を行っており、協会保有の台数が6台への増台を実現しました。今後は、スポーツ活動中の災害や事故への主催者責任に備えた損害賠償責任保険や新型コロナウイルスなどの感染症対策のための費用など、スポーツ協会運営全般等に使用させていただく予定です。

会費

法人(株式会社・有限会社)
(年額) 10,000円(一口以上)

個人(競技団体・個人等)
(年額) 5,000円(一口以上)

お振込先口座

振込先金融機関

埼玉りそな銀行 さいたま営業部支店 普通 3860615

埼玉縣信用金庫 浦和支店 普通 2302066

武蔵野銀行 本店営業部支店 普通 1252652

口座名義

公益財団法人さいたま市スポーツ協会 会長 北 清治

※名義につきましては各口座共通となります。

※誠に申し訳ございませんが振込み手数料はご負担ください。

※賛助会員にご賛同いただいた方のお名前を本協会広報誌「スポーツライフさいたま」に掲載させていただきますので予めご了承ください。

寄付金控除について

平成23年税制改正により個人会員の方の場合、従来までの「所得控除」に加え、新たに「税額控除」も適用されるようになりました。賛助会費をご納入いただきました会員におかれましては、確定申告の際に「所得控除」または「税額控除」のどちらかを選択して所得税の控除を受けてください。 ※詳しくは国税局にお問い合わせください

税額控除、所得控除の計算式 ①税額控除 か ②所得控除 のどちらか有利な方を選択して下さい。

●個人に対する税制優遇

①税額控除

【寄付金控除(税額控除)額の計算】

$$(\text{寄付金合計額}^{\ast 1} - 2,000\text{円}) \times 40\% = \text{税額控除額}^{\ast 2}$$

※1 寄付金額(賛助会費含む)が総所得金額の40%に相当する額が限度となります。

※2 控除額は、所得税額の25%が限度となります。

②所得控除

【寄付金控除(所得控除)額の計算】

$$\text{寄付金合計額} - 2,000\text{円} = \text{所得控除額}^{\ast 3}$$

※3 総所得金額等の40%に相当する額が限度となります。

●法人に対する税制優遇

法人税について、法人が支出する寄付金は、その法人の資本金等の額、所得の金額に応じた一定の限度額までが損金に算出されます。このとき、公益法人に対する寄付については、一般寄付金の損金算入限度額とは別に、別枠の損金算入限度額が設けられています。

【A】公益法人への寄付金の特別損金算入限度額

$$(\text{所得金額の}6.25\% + \text{資本金等の額の}0.375\%) \times 1/2$$

【B】一般寄付金の損金算入限度額(Aの限度額を超えた分を含む)

$$(\text{所得金額の}6.5\% + \text{資本金等の額の}0.25\%) \times 1/4$$



**URAWA
REDS**



©URAWA REDS

法人会員

(敬称略・順不同)

T.T彩たま株式会社	有限会社博善社	株式会社ヒノキヤグループ	リソテックジャパン株式会社
有限会社タナカ土地建物	生和テクノス株式会社	株式会社アステック	株式会社大宮スイミングスクール
スポーツ事業部TTC浦和	株式会社山川建設	有限会社プライドロック	株式会社社佐伯紙工所
日本信号ソフトテニス部	株式会社ノースコーポレーション	内宮ハウス有限会社	桶本興業株式会社
株式会社工パテック	株式会社埼玉測機社	株式会社与野スポーツ	株式会社東洋給食
株式会社ラケットショップキャビン	株式会社岡村電機	株式会社イイスカ商会	株式会社エムジェイ
有限会社大蔵商事	シン建工業株式会社	関東図書株式会社	三井住友海上火災保険株式会社

個人会員

(敬称略・順不同)

さいたま市陸上競技協会	赤岩 敦夫	さいたま市卓球協会	帆足 和之	さいたま市なぎなた連盟
さいたま市水泳連盟	田中 孝一	さいたま市卓球協会	さいたま市ゲートボール連盟	
さいたま市水泳連盟 大宮支部	藤井 雅一	さいたま市卓球協会	さいたま市太極拳連盟	
さいたま市水泳連盟 岩槻支部	齋藤 進	さいたま市野球連盟連合会	さいたま市ゴルフ協会	
さいたま市水泳連盟 浦和支部	樽沼 賢次	さいたま市野球連盟連合会	さいたま市パワーリフティング協会	
さいたま市水泳連盟 与野支部	平田 利雄	さいたま市相撲連盟	さいたま市トランポリン協会	
山下 誠二	清宮 雄蔵	さいたま市相撲連盟	保坂 篤司	さいたま市小学校体育連盟
新井 秀彦	北 清太郎	さいたま市相撲連盟	浅野 克裕	さいたま市中学校体育連盟
関根 信明	市川 敬一	さいたま市相撲連盟	福田 博志	さいたま市中学校体育連盟
小池 友良	井上 忠孝	さいたま市相撲連盟	渡邊 哲哉	さいたま市中学校体育連盟
町田 章司	竹ノ谷 純宏	さいたま市相撲連盟	浅見 正史	さいたま市中学校体育連盟
金子 雅幸	桶本 毅	さいたま市相撲連盟	瀬田 俊志	さいたま市中学校体育連盟
横山 敏夫	桑原 信治	さいたま市相撲連盟	上統 昌司	さいたま市中学校体育連盟
石井 修	佐藤 正行	さいたま市相撲連盟	高山 俊介	さいたま市中学校体育連盟
佐藤 豊	飯塚 孝志	さいたま市相撲連盟	さいたま市合気道連盟	
関根 芳男	細淵 雅邦	さいたま市相撲連盟	三枝 京子	さいたま市エアロビック連盟
関 久治	吉村 雅男	さいたま市相撲連盟	横田 孝	さいたま市スポーツウエルネス吹矢協会
江連 光洋	漆原 誠	さいたま市相撲連盟	原田 武幸	さいたま市スポーツウエルネス吹矢協会
小林 一幸	さいたま市フェンシング連盟		増田 敦子	さいたま市バドミントン部会
山野井 誠	新井 俊明	さいたま市柔道連盟	高窪 浩	さいたま市サッカー部会
鈴木 正造	寺沢 安夫	さいたま市柔道連盟	大澤 元彦	さいたま市サッカー部会
大内 敏郎	田中 勉	さいたま市ソフトボール協会	中森 秀明	さいたま市サッカー部会
原武 好文	河村 展良	さいたま市ソフトボール協会	菊田 章	さいたま市サッカー部会
岩崎 充晃	山内 渉	さいたま市ソフトボール協会	岡田 満明	さいたま市サッカー部会
海老原 矩子	赤川 清一	さいたま市ソフトボール協会	兵藤 明子	さいたま市バスケットボール部会
吉田 弘一	岡田 貢	さいたま市ソフトボール協会	青木 貴	さいたま市バスケットボール部会
松尾 栄一	林 一夫	さいたま市バドミントン協会	永島 伸一	さいたま市バスケットボール部会
浅沼 英吉	寺山 光秀	さいたま市バドミントン協会	岩男 光子	さいたま市バスケットボール部会
有賀 豊文	守屋 忠司	さいたま市バドミントン協会	岡橋 綾子	さいたま市バスケットボール部会
野中 忠	新井 正明	さいたま市バドミントン協会	神田 修	さいたま市空手道部会
岩出 光代	松本 勉	さいたま市バドミントン協会	星野 享弘	さいたま市バレーボール部会
数野 裕之	寺西 俊晴	さいたま市バドミントン協会	森田 哲也	美園ドリームス
吉川 洋一	亘 智光	さいたま市バドミントン協会	杉山 和雄	
押岡 農子	浅野 有三	さいたま市弓道連盟	林 昌子	
浦和あづまクラブ	鷹巢 光子	さいたま市弓道連盟	廣本 慶一	
浦和テニスクラブ	さいたま市剣道連盟		北 清治	さいたま市スポーツ協会 会長
さいたま市ソフトテニス連盟	安島 雅文	さいたま市山岳連盟	永井 正	さいたま市スポーツ協会専務理事
関谷 謙	さいたま市空手道連盟		増永 裕一	さいたま市スポーツ協会事務局長



ARDIJA VISION
Be Strong
 大宮のために
Be Professional
 期待を超えるために

©1998 N.O.ARDIJA

**URAWA
REDS**

Premium Partner

アイルグループは
浦和レッズを
応援しています。



**URAWA
RED DIAMONDS
LADIES**

URAWA REDS LADIES PARTNER

アイルグループは
浦和レッズレディースの
オフィシャルパートナーです。

環境と福祉の
真のサービスを提供します。

アイル・ホールディングス 株式会社
アイル・コーポレーション 株式会社
クリーンシステム 株式会社
アイル・クリーンテック 株式会社

アイ・エス・シー 株式会社
アイバ産業 株式会社
あすなる会 社会福祉法人
あすなるホーム 株式会社



詳細はコチラから

1 人 1 人 の 笑 顔 の た め に



見学・体験 随時受付中!

詳しくはHPを
ご覧ください!

さいたま市与野体育館

さいたまスポーツのまち創造共同体

お問合せ TEL 048 (853) 4998

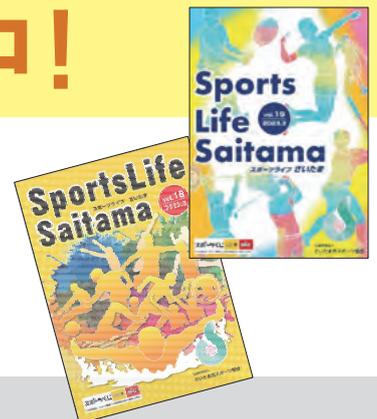
<http://www.dunlopsportsclub.jp/yonotaiikukan/>

広告協賛企業募集中!

- ✓ 全ページフルカラー、4万部発刊
- ✓ 県内・市内のスポーツ施設や少年団・加盟団体、イベント等での配布
- ✓ 1/8サイズから全面サイズまで、お好きなサイズを選択可能

まずは、お気軽にお問合せ下さい。/

公益財団法人さいたま市スポーツ協会 TEL048-851-6250





まっすぐ、あなたへ。
 埼玉縣信用金庫

More For You
もっと、街・暮らし・笑顔のために

 武蔵野銀行

さいたま市大宮区桜木町1-10-8
TEL(048)641-6111

“未来へつなぐ”地域とJA
～地域密着JAさいたま～

 JAさいたま



ホームページ



LINE



®おもてなし娘



Instagram



YouTube

接着剤・粘着剤・塗料用樹脂・コーティング剤

 サイデン化学株式会社

浦和工場 さいたま市南区辻7-14-2
東京工場 さいたま市桜区大字下大久保字拾石田1280-1
本 社 東京都中央区日本橋本町3-4-7

HINOKIYA

ヒノキヤグループ

戸建て住宅・土地活用・リフォームのご用命は
㈱ヒノキヤグループ 総務部 まで
〒346-0003 埼玉県久喜市久喜中央1-1-20-6F
TEL:050-1702-5831 FAX:050-3737-4771

テレ玉は、プロ野球、Jリーグ
Tリーグや高校スポーツなど
さまざまな競技の試合を中継しています！



詳しくはこちら

すべての スポーツに エールを

スポーツくじの収益は、
日本のスポーツを育てるために
使われています。



くじを買うはエールになる

スポーツくじ



《令和6年度 さいたま市民スポーツ大会日程表》

参加者募集中!

主管団体名	大会名	会 場 (メイン)
さいたま市陸上競技協会	5月26日(日)	第19回さいたま市小学生陸上競技大会
	8月24日(土)	第23回陸上競技選手権大会
	11月10日(日)	第10回さいたま市人形の里リレーフェスティバル
さいたま市水泳連盟	8月25日(日)	さいたま市スイミングフェスティバル
	9月8日(日)	与野水泳大会(下落合会場)
	9月29日(日)	浦和水泳大会(沼影会場)
	3月20日(木・祝)	室内水泳大会(沼影会場)
さいたま市サッカー協会	6月8日(土)~6月22日(土)	サッカー競技大会(少年の部)
	11月10日(日)	サッカー競技大会(一般女子の部)
	10月26日(土)~11月10日(日)	サッカー競技大会(高校女子の部)
	11月9日(土)	サッカー競技大会(高校男子の部)
	10月13日(日)~12月1日(日)	サッカー競技大会(北部一般)
	10月6日(日)~12月1日(日)	サッカー競技大会(南部一般)
	12月15日(日)	サッカー競技大会(一般決勝)
さいたま市スキー連盟	2月1日(土)~2月2日(日)	スキー競技大会
さいたま市テニス協会	8月24日(土)~10月20日(日)	さいたま市民スポーツ大会(秋季シングルス・秋季ダブルス・ミックスダブルス)
さいたま市バレーボール連盟	8月18日(日)	バレーボール競技会(家庭婦人の部)
	8月21日(水)~8月22日(木)	バレーボール競技会(高校生の部)
	8月25日(日)	バレーボール競技会(小学生の部)
	9月8日(日)	バレーボール競技会(ファミリーの部)
	9月16日(月・祝)	バレーボール競技会(一般6人制男女の部)
さいたま市バスケットボール協会	4月13日(土)~6月23日(日)	第22回バスケットボール春季大会
	4月21日(日)~7月14日(日)	春季バスケットボール大会
さいたま市スケート連盟	9月8日(日)	第22回スケートフェスティバル兼市民スポーツ大会
さいたま市ウエイトリフティング協会	6月16日(日)	ウエイトリフティング競技
さいたま市ハンドボール連盟	9月16日(月・祝)	ハンドボール競技
さいたま市ソフトテニス連盟	5月11日(土)	ソフトテニス 春季男女ミックスの部
	6月9日(日)	ソフトテニス 春季普及大会の部
	10月19日(土)	ソフトテニス 一般男女個人戦の部
	10月27日(日)	ソフトテニス 高校生男女個人戦の部
	11月30日(土)	ソフトテニス 秋季普及大会の部
さいたま市卓球協会	9月14日(土)	卓球大会 一般の部
	3月26日(水)	卓球大会 高校生の部
さいたま市野球連盟連合会	4月7日(日)~3月30日(日)	秋季・春季軟式野球大会
	7月6日(土)~12月22日(日)	市民スポーツ大会軟式野球
	11月2日(土)~11月30日(土)	さいたま市スポーツ大会兼さいたま市長杯
	11月8日(金)~11月18日(月)	高校野球南部地区大会
さいたま市相撲連盟	10月13日(日)	こども相撲の部
さいたま市フェンシング連盟	12月15日(日)	フェンシング競技
さいたま市柔道連盟	11月3日(日・祝)	柔道大会
さいたま市ソフトボール協会	8月25日(日)~12月22日(日)	ソフトボール競技
さいたま市バドミントン協会	7月29日(月)~7月31日(水)	バドミントン大会 (高校生の部)
	9月23日(月・祝)	バドミントン大会 (小学生の部)
	1月13日(月・祝)	バドミントン大会 (一般の部)
さいたま市弓道連盟	10月14日(月・祝)	弓道大会(一般の部)
	10月27日(日)	弓道大会(高校生の部)
さいたま市剣道連盟	9月15日(日)	剣道大会
さいたま市空手道連盟	6月23日(日)	第26回さいたま市岩槻空手道大会
	9月15日(日)	第47回さいたま市大宮空手道選手権大会
	11月3日(日・祝)	第48回さいたま市与野空手道選手権大会
	8月4日(日)	さいたま市浦和地区空手道選手権大会
	2月23日(日・祝)	第16回さいたま市空手道選手権大会
さいたま市射撃連盟	10月14日(月・祝)	クレー射撃大会
さいたま市なぎなた連盟	11月23日(土・祝)	なぎなた競技会
さいたま市少林寺拳法協会	10月20日(日)	少林寺拳法大会
さいたま市ゲートボール連盟	10月1日(水)~10月8日(水)	第21回ゲートボール大会
さいたま市太極拳連盟	10月5日(土)	太極拳連盟交流大会
さいたま市ゴルフ協会	10月3日(木)	ゴルフ大会
さいたま市パワーリフティング協会	5月4日(土・祝)	第22回さいたま市ベンチプレス選手権大会
さいたま市トランポリン協会	3月30日(日)	第19回さいたま市民スポーツ大会トランポリン競技
さいたま市中学校体育連盟	6月1日(土)~6月7日(金)	さいたま市中学校総合体育大会
	9月28日(土)~10月4日(金)	さいたま市中学校新人体育大会
	10月22日(水)	さいたま市中学校駅伝競走大会
さいたま市エアロビック連盟	6月16日(日)	エアロビック競技

主催:さいたま市 共催:公益財団法人さいたま市スポーツ協会 主管:公益財団法人さいたま市スポーツ協会 加盟各競技団体

We Find the Way



For Where You'll Go Next

すべてのビジネスには、成功へたどり着く最善の方法がある。それを見つけ出すためなら、いかなる努力も惜しまない。NIPPON EXPRESSは、150年にわたる豊富な経験をもとに、48カ国で事業を展開するグローバル・ロジスティクスのリーディング企業です。私たちが運び届けるのは、たとえば美術品、医薬品、半導体チップから航空エンジンまで、実にさまざま。ネットワークと高度な専門性を活かした提案力で、複雑化するロジスティクスの最適解を見つけ出します。あなたのビジネスの進む先がどこであっても、いつも近くで支えてゆく。私たちは、NXグループです。 nipponexpress.com



2022年1月から日本通運グループは「NX」へ名称が変わりました。