



体協うえだ

令和2年8月15日
 発行/(一財)上田市体育協会
 〒386-0025 上田市天神1-8-1
 上田駅前ビルバレイオ5階
 電話 0268 (27) 9400
 FAX 0268 (21) 3100
 Email:taikyo@po2.ueda.ne.jp
 編集/広報・情報委員会
 印刷所/田口印刷株式会社

(題字：森 大和)

スポーツを支えてくれる人・ 応援してくれる人へ感謝



令和2年度 長野県高等学校総合体育大会 代替大会

- テニス
 7月5日(日)
 丸子テニスコート(女子)
- ソフトテニス
 7月19日(日)
 丸子テニスコート



- バドミントン
 7月18日(土)、19日(日)
 上田城跡公園体育館、第二体育館

2020年度 夏季高等学校野球長野県大会 7月18日(土)～8月10日(月)



東信地区予選 (県営上田野球場)

上田市スポーツ少年団は随時団員を募集しています。
 スポーツの力で地域に元気・活気を取り戻そう!!



体協うえだはスポーツ振興くじの
 助成を受けて発行しています

加盟団体紹介

上田ソフトテニスクラブ

問合せ：五島090-2161-6373

上田ソフトテニスクラブは10代から80代までの幅広い年齢層の方々が活動しています。平日の早朝や休日の午前中に上田城跡公園東テニスコートで練習しています。時には、練習後、ラケットをグラスに持ち替えてテニス談義で盛り上がる事もあります。

ソフトテニスは、一人ひとりのライフスタイル、年齢、体力、運動技能に応じて生涯にわたる「生きがい」「健康保持・増進」として続けていける魅力的なスポーツです。



また、2027年長野国体では、上田市でソフトテニス競技が開催されるので、地元から国体選手が選出されるよう選手強化にも取り組んでいます。競技志向の方もそうでない方も、私たちと一緒にソフトテニスを楽しんでみませんか。

上田陸上競技協会

問合せ：小林27-6552

当協会は主に三つの活動を行っています。一つは、地元における日本陸連公認大会の主催運営。具体的には、「上田陸上カーニバル」「上田古戦場ハーフマラソン」「全信州陸上競技大会」で、大会で出した記録は正式（公認）な記録となります。それには条件があり、日本陸連への選手登録が必要です。

二つめは、その登録事務を行うこと。三つめは、「長野県縦断駅伝」へのチーム派遣する。近年、優勝2回を筆頭に上位入賞するなど好成績を挙げています。地元市民ランナーからメンバー入りの事例も出てきています。大会は市内を選手が走るのので、皆様からの心暖まる応援を頂き、励みとなつていきます。

走跳投はスポーツの基本です。皆さん、体を動かしましょう。



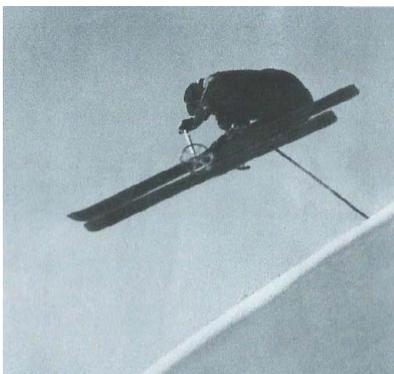
上田スキークラブ

問合せ：西澤090-5494-6667

昭和3年、登山家で日本で最初のプロスキーヤーである馬場忠三郎を中心に上田スキークラブの前身である上田山岳会を創立。

以後、スキー普及発展と体力の向上を目的として、現在約120名のスキー同好者が在籍しています。

現在の活動は、シーズンに10数回の事業を行っています。指導方法や最新のスキー技術の伝達講習会、タイムレースのクラブ選手権、上手さを競うクラブ技術選、主に初心者を対象として指導するスキーフェスタ等です。とりわけ一般募集するスキーフェスタは、マンツーマン指導で上達が早いと好評です。また少年団にコーチを派遣し、普及に努めております。生涯スポーツと云われるスキーを、私たちと謳歌してみませんか。



上田市サッカー協会

問合せ：佐藤090-7193-4344

新型コロナウイルスの影響はJリーグのみならず、グラスルーツレベルまですべてを飲み、サッカーのある日常が消えてしまいました。ピッチをチャンスととらえるポジティブな姿勢を忘れることなく、当協会登録各チームは創意工夫し時



を待ちました。サッカーに限らず、スポーツの大切さ・素晴らしさを再認識する機会となりました。6月上旬のチーム活動再開、下旬のプロ野球・Jリーグがスタートし、サッカーファミリー、さらにはスポーツを愛する人々の

励みとなりました。「スポーツを止めるな」を合言葉に他の競技団体とともに上田市のスポーツ活動の発展とスポーツ文化の醸成に貢献したいと考えています。

上田柔道協会

問合せ：田口027-5787

『柔道の「心」を学び、ねばり強く、たくましい精神を養うとともに『技』を学び、心身を鍛え、健全な身体をつくることにより、社会に貢献する。』ことを目的として稽古をかさねています。年齢性別不問、稽古にはどなたでも参加できます。

毎週、月、水、金曜日の午後7時30分より、上田城跡体育館柔道場にて稽古を行っています。稽古において下さい。また、小学生以下のみなさまには上田市柔道スポーツ少年団にて稽古が



出来ませう。年間を通して稽古を行っていますので是非とも体験にいらして下さい。上田柔道協会では、柔道をやりたい方どなたでも稽古ができるよう体制を整え、みなさまをお待ちしています。

うえだバレーボール協会

問合せ：小福田090-4811-7741

うえだバレーボール協会は1951年（昭和26年）に創立され、来年70周年を迎えます。

各種大会の運営はもとより競技人口拡大支援事業への取り組みを課題としています。昨年度からは、ルートインホテルズブリリアントアリーズのV2リーグ女子初参戦に伴うホームゲーム上田大会の運営もしています。地元の皆さんにはトップレベルの試合と会場の雰囲気を感じてもらい、競技人口



拡大のきっかけになっていただければと思います。

新型コロナウイルスの影響で自粛が続く中、6月から規制が緩和されスポーツに加盟しているバレーボール4団体も練習を再開しました。手探り状態ではありますが、練習時間など工夫しながら少しずつ動き出しました。

上田 剣道 連盟

問合せ：佐藤090-8853-4302

当連盟は3年後には創立70周年を迎える。武道の為その歴史は古く、沿革はさらに遡る。明治27年、上田城本丸内の現真田神社鳥居脇に武道の稽古場として上田演武場が建てられた。そして43年後の昭和12年4月、二の丸の招魂社東隣に武徳殿が落成した。戦後の一時期、剣道は中断し武徳殿は市の体育館となったが、昭和27年「上小剣友会」の発足とともに剣道場として蘇った。昭和45年には小泉曲輪（こいずみくるわ・現常磐城一丁目）に上田市民体育館（現上田城跡公園体育館）剣道場が完成し、その活動の場を移し現在に至っている。



令和2年度、現在の会員数は7月現在152名。剣道部、居合道部、杖道部、の三部があり、会員は稽古に励んでいる。ホームとなる城跡剣道場の活動他、詳細はホームページにて、「上田剣道連盟」で検索してください。



上田市弓道協会

問合せ：中村080-1268-4559

上田市弓道協会は、上田城跡公園弓道場で日ごろの稽古を行っています。新型コロナウイルスの影響で活動ができていませんでしたが、活動が再開され、皆生き生きと弓を引いています。

弓道は、男女や年齢に関わらず楽しめるスポーツです。20代の学生と80代の高齢者が同じ大会に出ることもよくあります。また、正しい姿勢・呼吸法が身につき、とても凛とした気持ちになります。激しい運動は苦手な方にもおすすめです。



こんな時だからこそ弓道を通じて健康づくりに励みませんか。見学希望の方はご連絡ください。



上田ハンドボール協会

問合せ：中村090-1883-8363

ハンドボールは、「60分間ずっとゴールラッシュ!!」と言われるように、1チーム7人がボールを相手のゴールにシュートして勝負を競うスポーツで、攻守が常に入れ替わり、ダイナミックなシュートシーンやスピーディーな試合展開が魅力です。日本で開催された1964年の東京オリンピック、1997年の男子世界選手権、昨年の女子世界選手権には、日本代表チームが出場しています。



現在、上田市には、5つの高校と、長野大学に、それぞれハンドボール部（班・同好会）が、また、小中学生へのハンドボールの普及を目的として創設されたスポーツ少年団「上田ハンドボールクラブ」が、それぞれ活動しています。



上田テニス協会

問合せ：上原090-8328-3259

当協会では、新型コロナ拡大防止のため4月からの各種大会やナイターテニス教室などを中止していましたが、6月より再開の運びとなりました。コロナ対策としては、試合中以外での選手のマスクの着用の義務付けや体調や体温などの確認を新たに行います。7年後の2027年に2巡目の長野国体のソフトテニスの主会場が上田市となるため、市では古戦場公園のテニスコートの隣接地に12面の新設コートの造成を進めていただいております。

当協会では、新型コロナ拡大防止のため4月からの各種大会やナイターテニス教室などを中止していましたが、6月より再開の運びとなりました。コロナ対策としては、試合中以外での選手のマスクの着用の義務付けや体調や体温などの確認を新たに行います。7年後の2027年に2巡目の長野国体のソフトテニスの主会場が上田市となるため、市では古戦場公園のテニスコートの隣接地に12面の新設コートの造成を進めていただいております。



当協会では、上田ソフトテニスクラブと連携

上田ソフトボール協会

問合せ：矢島090-4372-4125

コロナ禍による自粛と様々な行動制限のかかる中、上田ソフトボール協会の各リーグは選手の置かれている環境、立場を考慮し中止をせざるを得ない状況になっているのが非常に残念に思います。

私どもハイシニアリーグは市内在住の65才以上3チーム52名で構成されています。平均年齢は71才で最後の団体スポーツと思っております。試合は緊急事態宣言解除後、月2回のリーグ戦を再開しました。コロナ感染した場合、重症化リスクの



高い年代ですが、コロナ感染予防対策を遵守し、又、周囲の目を気にしながら、老骨に鞭を打って「ボールを打ち・ボールを追い」好きなスポーツを通し親睦と健康で老いるための運動を心掛けております。

上田バドミントン協会

問合せ：金井090-4737-4285

上田バドミントン協会は、大会の主催・運営と教室の開催を主な事業として活動しています。大会については多くの競技者が参加しやすいよう種目や年齢などを考慮した大会を年間8～10大会企画しています。

教室については一般社会人が対象の練習会・初級者の教室・新種目の3人制教室などを開催しています。火曜日午後7時から上田城跡公園体育館で行われている練習会は、スポーツ教室



の修了生が主な参加者で、教室で習った基礎的な内容をさらに向上させたいという熱心な愛好者が集まって約2時間汗を流しています。今年は様々な行事が中止される中、出来る対策をしながら活動を再開しています。仲間と一緒にスポーツを楽しみましょう。



上田アーチェリークラブ

問合せ：村上0990-3093-6240

自然運動公園内にアーチェリー場がオープンして今年で20年目を迎えます。今では小学生のスポーツ少年団や高校生や大学生そして身体障がい者の皆さんなどが日々練習に汗を流しています。

小中学生は楽し

むアーチェリーを目指し、高校生からは競技力の向上を目標にしています。いよいよシーズンが始まるといふ大切な時に新型コロナウイルスによって練習場が閉鎖になってしまいました。その間、選手たちは弓具を持ち帰り、自宅での



トレーニングに切り替えました。50日もの閉鎖が明け、選手達は待ち望んだ練習に復帰し、アーチェリーを再び楽しむことができるようになり、アーチェリー場は、明るい笑顔にあふれました。

上田市空手道連盟

問合せ：堀内090-4180-8111

空手は沖縄で発祥し、国内に普及する中で日本古来の武道精神を継承しながら、術から道へと発展し、東京オリンピックの競技となりました。

「空手に先手なし」とおり、空手は相手から攻撃を受けたとき徒手空拳をもって身を守り相手を倒す技です。

練習は諏訪部体育館で小中学生を中心に、「礼に始まり礼に終わる」の教えに従い、技の基本を重視し、集中力を養い心身の鍛錬と人格形成を目的としています。



大会などの競技（試合）においては、安全に留意し、勝敗に固執することなく、節度ある態度で臨むこととなっています。空手を体験し自分を磨いてみませんか。

上田市少年硬式野球連盟

問合せ：関090-2235-5666

上田市少年硬式野球連盟は昭和59年に硬式野球を通じて青少年の健全育成を目的として体協に加盟し、上田、上田南の両スポーツ少年団が上田市周辺の小中学生選手137名と役員・監督コーチ等スタッフと選手保護者で活動を続けています。

昨年は上田リーグがホームグラウンド流出の台風被害を乗り越え春の「日本リトルシニア全国選抜大会」出場をつかみ取りました。しかし急激に猛威をふるったCOVID-19により大会は中止、5月まで活動休止で自主トレのみで

したが、再開に向けて万全な感染予防の対策を実施。現在越境の練習試合などに制限はありますが、行政・地域・OBのご支援を支えに、前を向いて元気に6月から活動を再開しております。



上田リーグ

上田南リーグ

上田市マレットゴルフ協会

問合せ：竹内23-1525

最近、当協会の会員802名の高齢化が進み、健康増進を目的に会員一同頑張っているところ。しかし、昨年10月の台風19号により、甚大な被害を受け、小牧橋マレットゴルフ場、ハーブ橋マレットゴルフ場、古船橋マレットゴルフ場の3カ所が使用不能になりました。幸い小牧橋マレットゴルフ場は他の2カ所に比べ被害が少なく、神川支部の献身的な復旧活動のおかげで、使用可能になりました。



そして、今年の新型コロナウイルス感染拡大を受けて、マレットゴルフ場の閉鎖、大会の中止等混乱しましたが、今後もマレットゴルフ場の草刈り、清掃、コース整備等の管理を行い、愛好者の皆様に安全で安心して楽しんでもらいたいと考えています。又、随時会員募集をしていますので、気軽にご入会して下さい。



上田ウォーキング協会

問合せ：眞田090-4614-2927

会員数は15名。会員全員が集合することが難しくなってきた。参加できる者だけで、年間3回の例会としてウォーキングを実施。例会は、上田市内及び近郊をメインに気軽に2時間程度(約8km)で回れる場所を、四季折々の信州上田の豊かな自然と触れ合いながら楽しいウォーキングをしています。

また、上田市体育協会「健康体力向上委員会」の市民健康づくり事業活動の一環として、「魅力再発見ウォーキング」を実施するなかで、上田地域の歴史探訪など脳の活性化と体力づくりを兼ねて市民の皆さんの参加を募り、春と秋の年2回実施しています。コースの選定や情報提供・運営の補助をさせていただきます。



上田市グラウンドゴルフ協会

問合せ：玉井090-6705-9004

グラウンドゴルフが3年前に国体の競技に選出されて以来、現在は公開競技として毎年行われており、2019年には、茨城国体に県代表として参加しました。創設は昭和57年鳥取県で誕生して以来、全国に拡大し今や世界に羽ばたくほどに拡がり、競技人口も150万人に達し全国の高齢者の生きる糧になっております。グラウンドゴルフはコース全部の8ホールで『ホールインワン』を目指すゲームです。



15m2本、25m2本、30m2本、50m2本の合計8ホールでホールインワンを目指すとは、まず『集中力』『緊張感』が養えます。また、認知症予防になります。現在50代から90代の方が元気でプレーしております。グラウンドゴルフを一緒に楽しみましょう。大勢の入会者をお待ちしております。



上田市ビーチボール協会

問合せ：根本090-33333-1365

ビーチボール競技は「いつでも、どこでも、だれでも」をスローガンとして、昭和50年代に富山県で考案された新しいスタイルのスポーツです。専用のビーチボールを使用した4人制バレーで、バドミントンコートを使用し、9点3セットのゲームで競います。

特徴は、狭い場所でも手軽に出来、ボールが柔らかいので突き指の心配もなく、ボールのスピードがやや遅い為に子供からお年寄りまで楽しむことが出来ます。ネットの高さが180cmと低いので誰でも攻撃に参加できます。

また、ボールが適当に変化してくるので意外性に富み、ボールを追いかけて運動量も多くなります。だれでも、すぐにプレイが出来て男子、女子、混合とチームが組めて年代ごとに楽しめるスポーツです。



現在ビーチボールは1都12県で盛んに楽しまれており、長野県もその中の1団体として参加しています。また、当協会では50チーム約300名の会員と共に、年間6回の大会を開催し、交流を深めております。



上田スカイランニング協会

問合せ：村上080-3172-5400

JSA（日本スカイランニング協会）の下部組織として、今年発足しました。

上田地域でのスカイランニングの普及を目指すとともに、山岳・里山の環境保全整備に貢献し、地域の活性化と市民の健康促進に寄与したいと考えています。

毎年5月3日と4



日には、太郎山登山競走を行い、小学生から70才代までの選手が参加しています。今年の10月31日（土）と11月1日（日）には、烏帽子スカイランが開催されます。31日は市民の森スタート、1日は祇津公民館スタートです。将来、上田市でスカイランニングの国際大会を開催する案もあります。地域の応援やスタッフ、ボランティアも含めて、盛り上げていきたいと思っております。



■ その他加盟団体問合せ一覧表

※下記問合せ窓口から、各団体組織の別の連絡先等(クラブなど)をご案内する場合があります。

団体名	担当者名	問合せ先	団体名	担当者名	問合せ先
上田市軟式野球連盟	翠川 正穂	090-3681-0603	上田市ラグビー協会	武舎 康子	090-4598-5423
上田卓球協会	飯田 えい子	080-3506-4578	上田市ゲートボール協会	木口 脩	090-9667-0878
上田ボクシングクラブ	斉藤 好太郎	090-4159-9601	ボウリング連盟上田支部	土屋 賢悟	090-4462-9674
上田市バスケットボール協会	小林 直樹	090-1653-7300	上田市スポーツダンス協会	山崎 隆幸	090-3064-5982
上田市相撲連盟	宮崎 君雄	090-3145-9650	上田市早起き野球連盟	吉住 典秋	090-3224-0785
上田水泳協会	高田 忍	75-7300 090-2146-6000	上田市武術太極拳連盟	安原 茂	090-1866-3902
上田山岳会	金子 和夫	090-3142-4153	上田レスリング協会	児平 雅啓	090-4960-6371
上田乗馬倶楽部	増田 みどり	28-5020	丸子体育協会	☎27-9400	
上田市少林寺拳法協会	金沢 康浩	090-3473-2672	真田町体育協会	☎72-2655	
上田合気道協会	長谷川 正男	090-3046-5248	武石スポーツ協会	☎85-2280	
上田市ゴルフ協会	横山 五郎	090-3473-4971			

※勤務先の電話番号が連絡先となっている場合があります。

〔編集〕 広報・情報委員会 宮澤 怜子、金沢 康浩、東辰 幸、早乙女 信、井出 真一、小宮 山靖、松井 幸夫

●今年度の「体協うえだ」は4月と8月と12月の年3回発行

上田市体育協会 検索 <http://ueda-sports.happygate.co.jp/>

●『体協うえだ』へのご意見、ご感想等ございましたらFAXかEメールでお寄せください。
TEL.0268-27-9400 FAX.0268-21-3100 Email: taikyo@po2.ueda.ne.jp



環境に配慮し、再生紙と大豆油インクを使用しています。

体協うえだ 第84号 (8)