VOL.7 第64号

横浜市テニス協会ニュース

YOKOHAMA TENNIS ASSOCIATION NEWS

発行 横浜市テニス協会 総務部 〒231-0028 横浜市中区翁町1-5-5 関内スクエアービル306号 TEL045-663-0557 FAX045-663-0558

平成28年度の新体制が決まる。

平成28年5月28日の定期総会に於いて、平成28年度の役員改選が行われた。
山田前会長の後任として日下新会長が就任し、相良新理事長体制のもと、副会長及び、副理事長の充実が図られた。

[新 体 制] ■名誉会長／山田 悠一　■会　　長／日下 啓二　■副 会 長／青山 悦二　福田 昇　高橋 徹　飛田 敏男
■理 事 長／相良 治夫　■副理事長／関場 和子　熊谷 賢治　大村 幸雄　小島 淳

日下会長就任のごあいさつ

横浜市テニス協会加盟団体の皆様をはじめ、テニス愛好家の皆さんこんにちは、この度、平成28年度より山田前会長の後を受け会長に就任いたしました日下でございます。

加盟団体の皆様には、日頃より、協会運営にご尽力いただきまして有り難うございます。この場をお借りしてお礼申し上げます。

さて、横浜市テニス協会の運営につきましては、「テニスの普及」、「質的向上」、「情報の共有化」の基本方針に基づき山田前会長の築かれた路線を踏襲し、さらなる発展をさせていくことが私の役割であると考えております。

当協会は、大正11年に創立され、6年後の平成34年には100周年を迎えます。私が協会運営に携わらせて頂いたのは今から34年前で当時の協会の業務内容としては、市民大会等の大会運営と市民テニス教室等の業務が主たる業務でした。

現在では、大会運営に関しても多くの大会を実施し、普及活動としても、各種テニススクールの実施・運営等、非常に幅広く実施しております。

テニス協会の役割として基本的にはテニス普及、発展を目指すところですが、併せて技術の向上というものも視野に入れ進めて行きたいと考えております。

山田前会長が創設された「横浜選抜室内選手権大会」を基礎とし、多くの選手がこの大会で育っていきました。そのお蔭で、全日本都市対抗テニス大会でも通算、6回の全国優勝を飾るなど輝かしい実績も誇っています。これらの実績をつくり上げていくためには、ジュニアの育成も大切な事であり、これらの分野にも力を入れていきたいと考えています。

社会全体のニーズの多様化に伴い、大会運営、スクールの実施に関しても、様々なニーズが有ります。これらの要望に対しても可能な範囲で、適切に対応していくことが必要と考えております。

様々な課題や要望に対して全体を見回し着実により、望ましい協会運営を目指して行きたいと考えております。どうぞ、皆様方の忌憚のないご意見、ご提案等を頂き、益々、この横浜市テニス協会が発展していくように微力ながら頑張ってまいる所存ですので、引き続きご指導、ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。

平成28年6月吉日　横浜市テニス協会　会長　日下 啓二

第40回 全日本都市対抗テニス大会 愛媛大会

第40回全日本都市対抗テニス大会神奈川県予選が、4月2日(土)、3日(日)の2日間、海老名市運動公園テニスコートで開催されました。横浜市は最近優勝を逃していたが、今年は、昨年度のリベンジを果たし、藤沢市を破って神奈川県代表の座を勝ち取りました。この勢いを維持して、7月23日から24日までの3日間、来年国体開催が予定されている松山市の愛媛県総合運動公園での、全国32の代表都市による全国大会に臨みました。

試合は、一般女子ダブルス、一般男子ダブルス、ベテラン女子ダブルス、ベテラン一部男子、ベテラン二部男子、一般女子シングルス、一般男子シングルスの順に行われました。

初日の初戦は、大阪市と激突しましたが、接戦の末　5−2で勝利しました。二日目、2回戦は、山口市。5−0で勝利。続く3回戦は、地元松山市と対戦しました。地元として、かなりの強化選手を配置されていましたが、4−1とダブルスで決着を着けることができました。三日目、準決勝は、昨年度の優勝チーム京都市と対戦。さすがに、相手は選手層が厚く、1−4と涙をのみましたが、個々の試合は、接戦で、もう一息であったと思います。

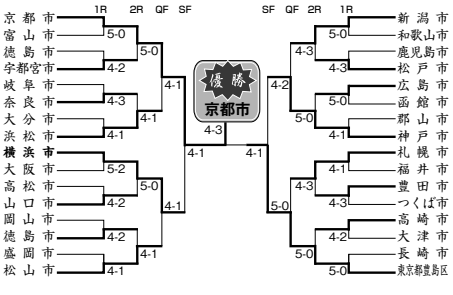
連日、35度近い猛暑の中、選手の皆さんは、懸命に頑張ってくれました。優勝チームの京都市に敗れはしましたが、ベスト4に入る素晴らしい成績を収めました。

順位:優勝　京都市、準優勝　東京都豊島区、3位　横浜市・神戸市

来年は、「優勝」と言う新しい目標ができ、今回参加の選手の皆さんも更に精進して、「来年は、優勝だ!!」との意気込みを示してくれました。

今回の会場となった、愛媛県総合運動公園テニスコートは、来年の国体の為に整備されたとのことで、16面のハードコート仕様で、国際大会が開催できる素晴らしいコートです。テニス発祥の地と言われる、横浜市にもこのようなコートがぜひ欲しいと改めて思った次第です。

ボールパーソンには、地元中学生が大勢活躍してくれました。きびきびとした動きで、暑い中大変だったと思います。全体的に多くのボランティアの人たちが、大会運営に携わり、事前の準備から当日の運営まで細やかに対応頂き、素晴らしい「おもてなし」でした。(総務:相良)



[出場選手等]

- ●監　督／岡崎 崇徳(リコー)
- ●マネージャー／石崎 勇太(GODAIテニスカレッジ)
- ●一般男子／喜多 文明(リコー)　只木 信彰(リコー)
- ●一般女子／水沼 茉子(リコー)　難波 沙樹子(リコー)　本郷 未生(明治生命)
- ●ベテラン女子／鈴木 裕美子(横浜ガーデンTC)　窪田 美紀(ヨコハマクラブ)
- ●ベテラン男子1／中嶋 俊一(横浜グリーンTC)　玉那覇 太(あざみ野ローンTC)
- ●ベテラン男子2／大浦 康隆(ヨコハマクラブ)　清板 伸一郎(ヨコハマクラブ)

第70回 横浜市民体育大会テニス競技〈ダブルス〉

天候不順のスケジュールながらも熱戦多く、初優勝ペアが多く誕生!!

第70回横浜市民大会ダブルスは、4月2日(土)から始まり、5月8日(日)と14日(土)の各種目決勝戦まで、約2か月にわたり開催されました。期間中は、悪天候の中行われた試合もあり、選手の方々には、大変な思いをさせてしまいましたことをこの紙面をお借りしてお詫び申し上げます。一方で、市民大会は、限られたコート面数のなかで試合を消化していく必要がありますので、コート状況が許す限り試合を行うことがある旨、ご理解下さいますようお願い申し上げます。

試合に目を向けてみますと、今回は、初ペアでの優勝という方々が、とても多い大会でした。昨年より導入しました3セットマッチの10ポイントタイブレークにつきましても、特に問題なくスムーズに試合が行われました。また、内容的にも「あの1ポイントが取れていれば!」という試合も多々あり、観客の方々も見ごたえ十分ではなかったでしょうか。最後になりますが、今大会の運営に関しましてご協力いただきましたJTA審判員、協会理事、運営委員の方々にあらためて御礼申し上げます。　(ダブルス競技委員長　中嶋)

〈一般男子の部優勝〉

最高のパートナーとの優勝!!

正木 譲・小山 裕史(GODAIテニスカレッジ白楽校)

まず始めに、本大会を運営して下さった横浜市テニス協会関係者の皆様に、お礼を申し上げます。そして、初戦から決勝まで応援に駆け付けてくれた生徒の皆様のご声援、今大会に出場する機会を与えて下さったGODAIテニスカレッジ関係者の皆様のサポート、いつも応援してくれた家族や親友、本当に多くの方々の支えのおかげで優勝する事が出来ました。この場をお借りして、心より感謝申し上げます。

今大会では、大学時代からの仲である正木さんと初のペアでした。準決勝・決勝と緊張する場面の連続でしたが、正木さんがプレーでも精神的にもリードしてくれて、本当に心強かったです。

「第70回」という歴史ある大会の記念大会で優勝出来た事を誇りに思います。ありがとうございました。　(小山 記)

〈一般男子〉正木・小山、長田・佐々木の各選手

〈男子35歳の部優勝〉

「テニスは楽しむ」から「楽しんで勝ちたい!」に

福本 主税・菊地 義一(新横浜PHITC・在勤)

テニスの試合は楽しむこと!試合が楽しむことができれば結果にはこだわってきませんでした。ですが横浜市民大会が進むにつれて、楽しんで勝ちたい!という気持ちに変わっていきました。特に決勝戦の雰囲気は試合に集中できる環境で、絶対に優勝したいと思いました。

このような環境を準備して頂いた本大会運営スタッフの皆様のおかげだと思います。ありがとうございます。優勝することができて、素直にうれしいです。会場まで足を運んで応援して下さった方、決勝戦までに対戦した相手の方々の期待に応えられたと思います。

また長年一緒にダブルスを組んで頂いている、福本先輩ありがとうございます。お互いケガも多いですが、これからもテニスを楽しみましょう!　(菊地 記)

〈男子35歳以上〉菊池・福本、河西・比護の各選手

〈男子45歳の部優勝〉

格別の優勝

勝間 豊・長田 祐治(横浜ガーデンTC・ケンウッドTC)

今年も大好きな横浜市民を満喫させていただきました。 毎年、横浜市民大会には一般、年齢別問わず選手のレベル高さ、規模には驚きます。本当に楽しみな大会です。

今年は、25年以上ペアを組んでいる勝間さんと参加させて頂きました。お互い、いい歳になり「横浜45出てみよう!」ということで大きな目標が出来ました。なかなか練習は出来ませんが、出たからには一試合でも多くやりたいとペア経験の長さを生かし、1ポイントごと声をかけ、時にはキツイ言葉も掛け合いながら頑張った結果が優勝でした。勝間さんと名前を残せて格別な思いです。

来年も大好きな横浜市民、勝間さんと楽しみにさせて頂きます。最後になりますが、運営に携わられた大会関係者の皆様、とても気持ち良くプレーさせて頂きました。感謝いたします。　(長田 記)

〈男子45歳以上〉長田・勝間、徐・金本の各選手

〈一般女子の部優勝〉

沢山の仲間に支えられての優勝

澤田 久美子・餌取 世麗(ITC)

まず始めに、この大会を運営してくださった方々、本当にありがとうございました。

初めて組むパートナーだったので、お互い試合経験をつみながら少しずつ改善していけたことが今回の優勝につながったのかなと思います。

最後まで応援してくださったイラコTCの皆様、練習に付き合ってくださったジョイントスポーツの方々、本当にありがとうございました。今後も精進して自分のテニスに、レッスンに繋げていきたいと思います。　(澤田 記)

〈一般女子〉澤田・餌取、齋藤・中村の各選手

〈男子40歳の部優勝〉

最高の思い出

小山 紀三男・鈴木 譲(Tプラザ戸塚)

大会2日目は大荒れの一日でした。強風と雨、試合の有無も怪しい中、会場ではずいぶん長い時間待ったと思います、中断もありました。コンディショニングの難しい中、生涯最強の風の中での2試合となりました。

最終日、天候にも恵まれ多くの応援の中、優勝出来た事、最高の思い出となりました。最後に、ペアの譲、練習に付き合ってくれたクラブのみんな、ありがとう!応援に駆けつけてくれたクラブのメンバーの皆様、生徒の皆様、応援ありがとうございました。　(小山 記)

〈男子40歳以上〉小山・鈴木、和智・小林の各選手

〈男子50歳の部優勝〉

念願の初優勝!!

飯沼 哲也・本間 信幸(Tプラザ戸塚)

初めに、本大会の運営に携わって下さった関係者の皆様に心より御礼申し上げます。

決勝をはじめ、厳しいラウンドがいくつもありましたが、集中力を保って粘り強くプレーすることができたこと、パートナーの的確なアドバイス、戦術のおかげで念願の初優勝を勝ち取ることができ、大変嬉しく思います。

またテニスプラザ戸塚の方々には日々練習して頂いたり、連日の大きな声援、応援を頂き、ありがとうございました。心強い応援があったからこそ、プレッシャーがかかる中で自分達のプレーを全

〈男子50歳以上〉本間・飯沼、広野・阿辺の各選手

うできたと思います。これからも引き続き精進を続け、楽しくプレーできたらと思います。（本間 記）

〈男子55歳の部優勝〉

パートナー、仲間たちに感謝

川本 忠・垣原 求（ラック港南台TG・エバーグリーンTF横浜）

今年で、何回目の横浜市民大会出場なのでしょうか? と指折り数えましたが、解らなくなったので、やめました。本大会運営関係者の皆様大変ご苦労様でした。台風のような天気の中のプレーが、強烈に印象に残っています。

今年の横浜市民大会は、初戦から山手コートでの決勝戦まで、いい意味で緊張感を持続できたことが、勝因の一つと、考えます。また、強烈な独創性のあるプレーで、対戦相手を翻弄するパートナーの存在と毎週末練習頂けるエバーグリーンの愉快な仲間たちの存在に、感謝いたします。今後も本結果に奢らずテニスを継続していくつもりです。ありがとうございました。（垣原 記）

〈男子55歳以上〉垣原・川本、市瀬・島田の各選手

〈男子60歳の部優勝〉

大手術を乗り越えて

浜條 弘行・福田 文夫（夢見会・亀の甲山TC）

まず、本大会を運営して下さった関係者の皆様にお礼申し上げます。

今年は去年の夏に心臓の手術をしてまだ復帰して5ヶ月しかたっていなかったので、ペアーの浜條さんにぜんぶお任せでした。来年は迷惑かけないように練習します。亀の甲山TCの皆様、宜しくお願いします。（福田 記）

〈男子60歳以上〉福田・浜條、平田・市川の各選手

〈男子65歳の部優勝〉

いつかは錦織圭に

諏訪 博信・東方 容三（エバーグリーンTF横浜・亀の甲山TC）

今大会では準決勝を小雨&大風の吹く中テンポイントタイブレークで競り勝ち勢いにのって優勝することができました。繊細なタッチに無縁な私には有利?ペアには酷な条件でしたがそれも良い経験でした。

決勝までの2週間の間に貴重なアドバイスをもらえた師匠、スクール、クラブの仲間に感謝です。これからも日々家内とどちらが先に錦織圭になれるか競いながら来年の参加を目指します。

大会開催、運営の多大な努力には関係者の方々に感謝以外ありません、今後も宜しくお願いします。（東方 記）

〈男子65歳以上〉東方・諏訪、鈴木・中西の各選手

〈男子70歳の部優勝〉

経験 豊富なパートナーに恵まれて!!

馬杉 秩彦・小川 正澄（TGレニックス・在住）

今回ペアーとして組んだ馬杉さんはこの大会66回67回68回と3年連続優勝をなしとげた実力がある人で、とにかく迷惑かけないようにしなければということを心に課して試合に望みました。

準決勝は雨と風が非常に強くモチベーションを保つのに大変苦労しました。しかも対戦相手は前回の優勝ペアーでもありました。しかし、天気に関しては相手も同じ条件です。パートナーに励まされ自分自身も頑張り勝利することができました。その後決勝戦も勝利することができ非常にうれしく思ってます。

私にとってテニスは一生の宝物テニスなしの人生を考えることはできません。自分の健康に気をつけこれからもテニスとともに人生を歩んで行きたいと思っております。最後になりましたが素晴らしい大会を開催して頂きました横浜市テニス協会の関係者の皆様大変ごくろうさまでした。心より御礼申し上げます。ありがとうございました。（小川 記）

〈男子70歳以上〉馬杉・小川、寺島・山崎の各選手

〈男子75歳の部優勝〉

感謝! 感謝!

木下 正利・有本 誠一郎（在住・TGレニックス）

久し振りに市民ダブルス大会に参加させていただきました。運にも恵まれ最後まで残れ 優勝することが出来ました。

この様な大会で負けては悔しがり、頑張ろうと勝ってはこの喜びをもう一度と頑張り、健康維持のため、ボケ防止のため、子供のように黄色いボールを追っかけ、時折、医療費削減に少しは役立っているかな?など余計なことを思ったりしながら、、、、体も頭も健康でプレイ出来ることは、本当に幸せなことです! 感謝 感謝! 大会を開催された横浜テニス協会の皆様、本当にありがとうございました。応援してくださった皆様 ありがとうございました。（木下 記）

〈男子75歳以上〉木下・有本、鈴木・板倉の各選手

〈女子40歳の部優勝〉

最後まで諦めない

東條 宏枝・神田 玲央（エバーグリーンTF横浜・Team Coke）

まず始めに横浜市テニス協会役員の皆様、本大会の運営に携わってくださった関係者の皆様に心より御礼申し上げます。

第70回という歴史のある大きな大会で優勝出来るなんて夢のまた夢と思っていたので、優勝することができ本当に嬉しく思います。こういう結果が出せたのも日頃から熱心に指導して下さるコーチの皆様、練習に付き合ってくれる皆様、応援頂いた皆様のお陰です。心より感謝致します。

今回の試合は5試合中3試合がタイブレと苦しい内容でしたが、最後まで諦めないという強い気持ちでプレーをし、お互いを励ましあったことが良い結果に繋がったんだと思います。これからも周りの方々への感謝の気持ちを忘れず、健康で楽しくテニスが続けられたらと思います。（東條 記）

〈女子40歳以上〉下村・横山、東條・神田の各選手

〈女子45歳の部優勝〉

来年も戻ってきます

兼松 里衣・萩野 一枝（夢見会・在住）

70回という記念すべき節目の大会で優勝できたのは身にあまる幸せです。毎年参加させて頂いていますが、毎回、気持ちよく、楽しくプレーさせて頂き、大会関係者の皆様には心から御礼を申し上げます。

必死に戦うゲームで自分の弱さ、強さ、性格、人間性が滲み出る気がして、臆病で幼稚な自分を大いに反省したり、負けても頑張った自分を褒めてあげたかったり… 年を重ねるごとに、テニスって本当に面白いスポーツだなと思うようになりました。だから、テニスの技術とともに、人間的にも少しでも進歩して、来年またこの大会に戻ってきたいと思っています。いつも練習につきあってくれる大のテニス好きの先輩方・仲間、薄暗くなるまで、また多少の雨でもコートを使わせて下さったテニスクラブ、ペアの萩野さん、応援してくださった方々にこの場を借りて御礼を申し上げます。どうもありがとうございました!（兼松 記）

〈女子45歳以上〉兼松・萩野、池田・藤原の各選手

〈女子50歳の部優勝〉

初ペアとのV

小林 邦枝・丸山 啓子（横浜ガーデンTC・在住）

今回のペアである小林邦枝さんとは初のダブルスでしたが、経験豊富で私をいつもリードして下さり、一戦毎に声をかけあって、動きを確認しながら、ここまで来ることができました。特にSFでは一進一退の苦しい戦いでした。私が、何度もチャンスをミスしても焦ることなく、邦枝さんは引っ張って行って下さいました。心から感謝し、これからの私のテニスのメンタル向上の目標として尊敬し、更に頑張って行きたいと痛感いたしました。

〈女子50歳以上〉丸山・小林、畑佐の各選手

今年は70回大会という節目であり、私が横浜市民大会に出場するようになってから早、20年が経とうとしております。長年に渡り、練習をして下さった方々、また大会運営をしていただいた横浜市テニス協会の皆様、審判団の方々に厚くお礼を申し上げます。有難うございました。（丸山 記）

〈女子55歳の部優勝〉

最後まであきらめない

加藤 公子・宮原 章子（在住・サンブリッジTC本郷）

初めて組んだペアでしたが、試合を通していろいろ学ぶ事もあり、楽しく出来ました。準決勝は長時間の大接戦でしたが声を掛け合い「最後まであきらめない」気持ちで勝つことが出来ました。

レベルが高い横浜市民大会で、優勝することが出来て、とても嬉しく思います。最後になりましたが本大会の運営に携わって下さった関係者の皆様には、心からお礼申し上げます、ありがとうございました。（加藤 記）

〈女子55歳以上〉加藤・宮原、岩崎・萱場の各選手

〈女子60歳の部優勝〉

新たな出発

渡辺 友子・田中 初枝（Tプラザ戸塚）

初めに大会関係者の皆様心から感謝申し上げます。市民大会は30代後半頃からかなりの回数に参加させて頂いています。60歳の部はもちろん無かったし、あの頃60歳で試合に出ている事など想像も付きませんでした。でも現実であるダブルスでの初めての優勝!私事でも環境の変わる出来事があったこの年齢での優勝は感無量です。

今…スタートラインに立ってもう少し頑張ってみようと思っています。心強いパートナー、応援をしてくださり頼もしい仲間の皆さんと一緒に、感謝の気持ちで一杯です。（渡辺 記）

〈女子65歳以上〉田中・渡辺、鈴木・児島の各選手

［一般男子］

3R　QF　SF　F

長田・佐々木（ウッドテニス・エバーグリーンTF横浜） 60
水野・安西（和泉テニスクラブ） 61
平塚・服部（在住・Naturally Tennis） 64
市瀬・市瀬（ﾗｯｸ港南台TG（栄区）） 76(4)
野田・大賀（在住（緑区）） 64
鈴木・内藤（エバーグリーンTF横浜・TAS） 75
谷端・林（TAS） 63
日出・渡辺（三ツ沢TC） 36 14-12
小村・御園生（青葉台LTC（青葉区）） 76(8)
森田・伊藤（東芝横浜T部） 61
正木・小山（GODAIテニスカレッジ白楽校） 63
高橋・竹中（亀の甲山TC） 75
増渕・鈴木（Naturally Tennis・ASP港南台TS） 64
櫻井・藤田（在住（中区）） 61
岩波・赤窄（とつかTC） 46 10-8
江良・田烏（メガロス網島）

63 64
64 64
62 62
WO
75 63
36 75 10-2
60 61
64 64

優勝　正木・小山（GODAIテニスカレッジ白楽校）

［男子35歳以上］

SF　F

河西・比護（とつかTC）
林・河村（ラック港南台TG）　WO
関・高浜（塚本Tカレッジ）
福本・菊地（新横浜PHITC・在勤）　61 62

61 61

優勝　福本・菊地（新横浜PHITC・在勤）

［男子40歳以上］

QF　SF　F

東樹・木下（ルネサンス天王町）
和智・小林（メガロス網島）　57 75 11-9
安藤・地崎（Tプラザ戸塚・在住）
京瀧・中本（在住）　61 64
小山・鈴木（Tプラザ戸塚）
宇賀神・小磯（塩見塾）　62 62
境・山本（メガロス横濱）
小板・濱（朝練会）　75 57 12-10

62 64
61 62
76(1) 62

優勝　小山・鈴木（Tプラザ戸塚）

［男子45歳以上］

QF　SF　F

伊藤・山内（HCKS）
鶴我・永井（下川井TC）　63 63
岡田・藤本（サリュートITS・横浜法曹TC）
勝間・長田（横浜ガーデンTC・ケンウッドTC）　62 76(4)
西口・田渕（新横浜PHITC）
中島・登山（YSC・アレスマイスター）　62 63
徐・金本（朝練会）
古賀・宮下（Tプラザ戸塚）　75 64

64 61
64 46 10-7
61 63

優勝　勝間・長田（横浜ガーデンTC・ケンウッドTC）

［男子50歳以上］

QF　SF　F

遠藤・山田（あざみ野LTC・市ヶ尾TC）
広野・阿辺（夢見会）　67(6) 63 10-6
古賀・瀬川（在住（TCオアシス））
山本・加藤（下川井TC・エバーグリーンTF横浜）　61 64
広木・彼島（ラック港南台TG・横浜ガーデンTC）
石田・中村（在住・MIRAI TENNIS ACADEMY）　64 63
飯沼・本間（Tプラザ戸塚）
石田・山下（ワールドTC）　46 61 10-8

62 64
62 64
46 63 10-7

優勝　飯沼・本間（Tプラザ戸塚）

［男子55歳以上］

QF　SF　F

落合・笠松（エバーグリーンTF横浜・Y球会）
三上・吉田（在住）　81
川本・垣原（ラック港南台TG・エバーグリーンTF横浜）
中川・宮崎（日吉LTC）　83
市瀬・島田（ラック港南台TG）
橘・池田（在住）　81
田村・今西（ラック港南台TG・横浜グリーンTC）
福寿・飯岡（夢見会）　85

26 35Ret
36 64 10-8
76(0) 62

優勝　川本・垣原（ラック港南台・エバーグリーンTF横浜）

［男子60歳以上］

SF　F

浜條・福田（在住・亀の甲山TC）
北川・糸桜（横浜ガーデンTC）　63 64
網代・錦織（杉田ゴルフ場Tコート・在住）
平田・市川（GODAIテニスカレッジ・在住）　62 62

60 60

優勝　浜條・福田（在住・亀の甲山TC）

［男子65歳以上］

QF　SF　F

門脇・秋沢（YITC）
諏訪・東方（エバーグリーンTF横浜・亀の甲山TC）　82
近藤・横山（瀬谷グリーンTC）
渡会・藤本（ケンウッドTC）　85
西山・紀野（在勤・亀の甲山TC）
田中・小串（YITC）　WO
江口・藤原（TGレニックス）
中西・鈴木（日吉LTC）　86

62 36 10-3
60 62
61 64

優勝　諏訪・東方（エバーグリーンTF横浜・亀の甲山TC）

［男子70歳以上］

SF　F

中井・久保田（YSC）
馬杉・小川（TGレニックス・在住）　63 60
髙橋・草野（都岡TG）
寺島・山崎（TGレニックス）　60 31Ret

64 30Ret

優勝　馬杉・小川（TGレニックス・在住）

［男子75歳以上］

SF　F

金尾・築野（横浜ガーデンTC・東急あざみ野TG）
木下・有本（在住・TGレニックス）　64 61
海部・茅本（あざみ野LTC・在住）
板倉・鈴木（ユニークス本牧・TGレニックス）　61 64

64 63

優勝　木下・有本（在住・TGレニックス）

［一般女子］

QF　SF　F

小林・内藤（ザバスSC/金沢八景・エバーグリーンTF横浜）
池谷・奥山（Vamos）　WO
河村・星（GODAIテニスカレッジ白楽校・セザミSC大船）
齊藤・中村（在住・在学（明治学院大学））　62 62
梅田・松尾（在住・エバーグリーンTF横浜）
村田・寺田（Team Coke・エバーグリーンTF横浜）　62 64
古川・長井（在勤（メガロス横濱））
澤田・餌取（ITC）　62 64

62 62
76(6) 63
63 75

優勝　澤田・餌取（ITC）

［女子40歳以上］

SF　F

新井・豆生田（在住・在勤）
横山・下村（横浜PHITC）　76(1) 61
東條・神田（エバーグリーンTF・Team Coke）
小川・椎谷（在住・東急あざみ野TG）　06 60 10-3

57 62 10-6

優勝　東條・神田（エバーグリーンTF・Team Coke）

［女子45歳以上］

SF　F

池田・藤原（在住・YSC）
佐藤・小野澤（在住・エバーグリーンTF横浜）　36 76(4) 10-6
鬼塚・髙佐（在住）
兼松・萩野（夢見会・在住）　60 62

60 57 12-10

優勝　兼松・萩野（夢見会・在住）

［女子50歳以上］

SF　F

鈴木・畑佐（横浜ガーデンTC・YSC）
藤原・橋本（在住）　63 63
金子・古川（ケンウッドTC・エバーグリーンTF横浜）
小林・丸山（横浜ガーデンTC・在住）　67(6) 76(5) 12-10

WO

優勝　小林・丸山（横浜ガーデンTC・在住）

［女子55歳以上］

SF　F

岩崎・萱場（杉田ゴルフ場Tコート・KMG TS）
伊藤・高橋（YSC・ヨコハマクラブ）　WO
加藤・宮原（在住・サンブリッジTC本郷）
鹿子島・碓井（在勤・在住）　57 76(4) 10-8

00 Ret

優勝　加藤・宮原（在住・サンブリッジTC本郷）

［女子60歳以上］

SF　F

堀部・松川（TGレニックス）
児島・鈴木（TGレニックス）　63 76(1)
渡辺・田中（Tプラザ戸塚）
高須賀・西村（横浜ガーデンTC）　60 62

60 60

優勝　渡辺・田中（Tプラザ戸塚）

第13回 都市間交流スポーツ大会（横浜大会）

今年の都市間交流スポーツ大会は、7月9日(土)、10日(日)の二日間の予定で横浜市本牧公園テニスコートで行われました。

本大会は、名古屋市、大阪市、神戸市、京都市、横浜市の5都市で行われています。一般男・女シングルス、ダブルス、ベテラン男・女ダブルス、ベテラン男子2の計7ポイントの団体戦です。横浜市チームは市民大会の上位入賞者を代表選手として選考し参加しました。名古屋市は昨年から大会に復帰され、今年も5都市での大会となりました。

大会初日の9日は、あいにくの天気で、試合が実施できませんでした。翌10日は、天気は回復しましたが、湿度が高くコンディション的には、あまり良い状況では有りませんでした。また、大会も1日で消化する必要があり、コート面数も8面と限られた状況で、イレギュラーなトーナメント方式で、かつ試合も6ゲームマッチ（セミアド方式）を採用しました。

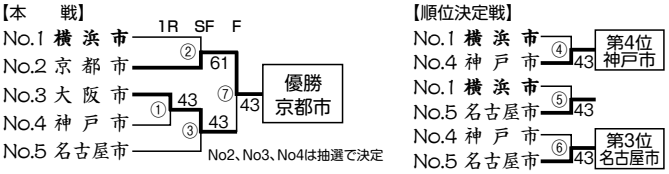
各都市の選手団、役員の皆さんも、運営にご協力頂き、何とか順位の確定まで持ち込むことが出来ました。成績は、1位:京都市、2位:大阪市、3位:名古屋市、4位:神戸市、5位:横浜市でした。

初日、試合は行うことができませんでしたが、夕方からの5都市による懇親会では、各都市の選手・役員の皆さんとの意見交換ができ交流を一層深める事ができました。

監督をはじめ、選手、役員の皆様、大変お疲れ様でした。（相良）

［監　　督］岡崎 崇徳(リコー)
［マネージャー］石崎 勇太(GODAI)
［一 般 男 子］小山 裕史(GODAIテニスカレッジ)　正木 譲　(GODAIテニスカレッジ)
中山 賢太(橘テニスアカデミー)
［ベテラン男子１］長田 祐治(ケンウッドTC)　勝間 豊(横浜ガーデンC)
［ベテラン女子］萩野 一枝(在住)　兼松 里衣(夢見会)
［一 般 女 子］萩森 千沙希(ウインザー)　松尾 あゆみ(エバーグリーンTF横浜)
小林 美幸(ザバスSC/金沢八景)
［ベテラン男子２］川本 忠(ラック港南台ＴＧ))　垣原 求(エバーグリーンTF横浜)
［総　　務］相良 治夫（三菱重工横浜）

[第13回都市間交流スポーツ大会テニス競技結果]



第10回 春のシニアテニス教室

春のシニアテニス教室（第10回）4月5日㈫から6月7日㈫富岡西コートにて実施いたしました。

参加申し込み者63名でその後の辞退者6名で57名の受講者となりました。辞退者の内訳は開始前4名辞退の連絡有り教室スタート後2名で教室第一回目、二回目不参加の方が。連絡を取ると辞退の旨の回答がありました。

今回10回目ということで事前に最終日のイベント等参加者にアナウンスを行い参加される方も期待しておりましたが途中1回が大雨で延期となり最終日に参加できなくなり残念がっておられた方もいらっしゃいました。

思えば故雉子牟田さんが発案してから1年半後に現在の教室はスタートして10年受講者も徐々に入れ替わり、コーチも徐々に入れ替わりましたがこの教室の体力づくり、技術の向上、仲間作りの実績は広がっていると確信します。

10回の区切りを終え協会の担当から事務局に専念されてきた道下さんも事務局を卒業され新たな体制で来年度を迎えることになります。道下さんご苦労様でした。道下さんは協会は離れますが個人としてシニアテニス教室に協力していただけるそうです。

コーチの皆様には10周年にふさわしい教室を実施が出来ましたのも皆様のおかげと感謝しております。今後ともよろしくお願いいたします。ありがとうございました。（飛田）

参加者体験記
「テニスは楽しい！健康の源！」

参加者の青木徹さん

今年はシニアテニス10周年！本当にすごいですね。横浜市テニス協会がこの教室をスタートしたのが2007年。シニア世代の増加を先取りした本企画が当を得ていたため、好評で既に2回目からは定員を超える応募があったとのことです。

私はパンフレットでこの教室を知り幸い初回から参加させていただきました。何より嬉しいのが、楽しい雰囲気です。勿論上達を目指すコーチ陣の指導は厳しい面もありますが、とても丁寧に教えて頂けます。特に仲間としてのメンバーには明るく楽しい人が多く、毎週火曜日は参加の度、練習を共に楽しませて頂いております。

市テニス協会のこの教室の目標は、①技量の向上　②仲間づくり　③健康維持、増進　となっておりますが、私にとって①は、そこそこかも知れませんが、②での成果は大きく、この教室で知り合った仲間でチームを作り、もう10年ほぼ毎日プレーを続けてきています。③についてもテニスのおかげで体調は大変良く、今後共に増進を図ってゆきます。次の又10年も、その次も。

第9回 横浜親子ダブルストーナメント

――家族の応援が力になる――

8月7日(日)、8月21日(日)の2日間で、小学生3年生以下から高校生以下までの10種目(143組参加)を、初日は山手公園コート(小学生以下)と長浜公園コート(中学生・高校生)、決勝大会は本牧市民公園コートで、天候にも恵まれ無事に全種目を予定通り終了することが出来ました。コート上でのジュニアとパパママのダブルスに、観客席からの家族の声援がひびいて、なごやかな雰囲気でしたが白熱した試合が繰り広げられました。いつもの抽選会は、協賛会社提供のペア宿泊券やテニスグッズや飲料やお菓子などもお渡しすることができました。午前と午後にそれぞれ行ったテニスレッスンでは、たくさんの参加者が気持ちの良い汗を流していました。

日本のテニス発祥の地である横浜で、親子の“きずな(絆)”をつくるきっかけの大会として横浜開港150周年を機にスタートした大会ですが、恒例行事として毎年参加していただいている家族もたくさんいらっしゃいます。『勝つ』ことだけが目的ではありません、多くの親子ペアに貴重な思い出をつくってもらうためにも、さらに参加しやすい楽しい大会にしていきますので、参加しようかなと考えられた方に、ぜひ来年は参加していただきたいと思っています。よろしくお願いいたします。

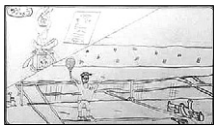
(親子ダブルス委員長　大村)

小学3年生以下父親の部 優勝　気持ちを強く持っての初優勝

水野 光太郎・浩希(在勤)

ぼくがサーブでダブルフォルトをしてしまっても、「次、次!」とはげましになる言葉をお父さんが言ってくれて、「次は入れるぞ。」と思ってポイントを重ねました。ぼくは、ラリーを続けて相手のお父さんにも負けないようにがんばりました。

自分たちが相手よりも気持ちを強く持とうと思ってプレーしました。優勝が決まった時は、オリンピックで金メダルをとったみたいにうれしくてコートに寝転んでうれしさを出しました。重いトロフィーをもらって、この重さは二人でがんばった重さだと思いました。



(浩希)

暑い中、大会の運営に携わった方々に、心から感謝申し上げます。息子と試合に出られるだけで幸せだと感じておりましたが、まさか優勝までできて驚きです。

でも息子の人生初優勝が親子ダブルスで、本当に嬉しく思っております。　(光太郎)

[小学3年生以下父親] 水野親子、山本親子の各選手

小学3年生以下母親の部 優勝　念願の親子ダブルス出場

梅田 真由美・琉聖(在住)

子供が出来たら、横浜親子ダブルスに出る!という漠然とした夢を持っていました。今回出場する事が出来て、しかも優勝する事が出来たのは、子供にとって、そして、私にとっても、新たな横浜市大会のタイトルが取れてとても嬉しく思います。

昨年の夏頃から、本格的にテニスを始めたいという下の子の希望で、どうせやるなら、厳しい所でやった方がいいだろうと探して入ったチームには、全くついていけず。こんな感じでは、すぐにテニスが嫌いになってしまうかも、と心配しましたが、半年程で、とりあえず、全てのショットが打てる様になりました。その頃から試合に出始めましたが、全く勝てず。だから、今回の優勝は、本当に嬉しかったと思います。これを機に、もっと頑張ってもらって、早く一緒に練習出来る様になれたらと思います。有難うございました。

[小学3年生以下母親] 梅田親子、赤﨑親子の各選手

小学6年生以下父親の部 優勝　親子の絆を深めた大会

石井 浩一郎・瑛介(在住・チームZIP)

今回はお父さんと出場し、うれしいことに優勝することができました。大会にエントリーしてから、ダブルスのコンビネーションを良くするために練習もして、毎ポイント、「サービスは今度はワイドにスピン系でいこう!」とか「リターンは前衛をロブで抜いてみよう!」とか、こまめに会話をしてプレーしていました。ミスをしてもお互いを励ましあって、決めたらほめあって。元々友達のような親子でしたが、ダブルスを通じてさらにお父さんとの息が合い「絆」を深めることができました。ストロークは僕が頑張り、お父さんはたまにボレーを決めてくれました。とても楽しいダブルスでした。また、出場し優勝してみたいです。　(瑛介)

あらためてこのような大会を主催してくださった協会の皆様、スタッフの皆様には心から感謝申し上げます。来年以降も親子で楽しめる大会を続けてくれることを願っています。　(浩一郎)

[小学6年生以下父親] 石井親子、山本親子の各選手

小学6年生以下母親の部 優勝　声を出してお互いを盛り上げ!

宮内 由佳・汐夏(在住・SSAレニックス)

私は、今年で親子ダブルストーナメントに3回目の出場でした。去年は、決勝で惜しくも敗れてしまいました。その時に母と一緒に、来年は必ず優勝しようと約束しました。しかし、1回戦で私は、母と仲良く出来なくて、試合の出来もあまり良くありませんでした。なので私は、次の試合から母と仲良く試合をしようと決めました。

すると、次の試合から、テニスが楽しく感じました。ダブルバックにして相手からポイントを取りやすく、というチャレンジをしてみたり、母がポイントを決めたときに「ナイスショット」、ミスしたときに「どんまい」と声を出してお互いを盛り上げるようにしました。楽しくて、きっとそのおかげで初優勝が出来たので、本当に良かったと思います。このダブルスの試合を生かして、ジュニア戦でこれまでの結果よりも良い成績を出せるようにがんばっていきたいです。ありがとうございました。　(汐夏)

[小学6年生以下母親] 宮内親子、濱田親子の各選手

中学生以下父親の部 優勝　必ずチャンスは来る!

伯耆 匡知・優介(ラック港南台TG・在住)

はじめに、横浜市テニス協会の皆様、また、猛暑の中コートレフリーをして頂いた皆様に心よりお礼申し上げます。

横浜親子ダブルスは去年の準優勝に続き、2回目の挑戦で優勝することができました。決勝戦で対戦した剱物さん親子はラックを通じての友人で、今回のドローが発表されてから決勝で

[中学生以下父親] 伯耆親子、剱物親子の各選手

●小学3年以下父親●

SF　F

水野光太郎・浩希(在勤) / 賴一太郎・帆乃風(橘テニスアカデミー・在住) 63
山本康一・佑人(在住・ラック港南台TG) / 松本靖之・諭宇(横浜グリーンTC・ラック港南台TG) 60
64

★優　勝★ 水野光太郎・浩希(在勤)

●小学6年以下父親●

SF　F

石井浩一郎・瑛介(在住(チームZIP)) / 中田義之・琢海(SHOW.T.P) 64
阿部宏・亮太(在住) / 山本晋・拓(K-powers MTG) 61
61

★優　勝★ 石井浩一郎・瑛介(在住(チームZIP))

●中学生以下男子●

SF　F

伯耆匡知・優介(ラック港南台TG・在住) / 望月小太郎・慎太郎(Team YUKA) WO
小林保之・尚輝(在住) / 剱物健太郎・蒼太(本郷台テニス同好会・ラック港南台TG) 81
85

★優　勝★ 伯耆匡知・優介(ラック港南台TG・在住)

●中学生以下混合●

SF　F

坂野仁清・文南(在住・ウエスト横浜TC) / 荒井一朗・晴(在住) 83
森野浩一郎・晴海(橘テニスアカデミー・在住) / 川渕健一・凛乃(在住) 85
98(4)

★優　勝★ 坂野仁清・文南(在住・ウエスト横浜TC)

●高校生以下女子●

	堀池ペア	瀧澤ペア	菅ペア	中田ペア	勝敗数	順位
堀池久利子・友乃(在住)		75 ○	60 ○	56RET ×	2-1	2
瀧澤千夏・有紗(在住)	57 ×		61 ○	36 ×	1-2	3
菅千春・晴香(在住)	06 ×	16 ×		16 ×	0-3	4
中田祐子・真奈(在住)	65RET ○	63 ○	61 ○		3-0	1

会えてらいいねとお互いメールでやり取りしていました。それが現実となり、いざ始まると子供同士のクロスラリーのスピードについていけてないのに、無理なポーチでミスを連発し、0-3リードされる展開に親子のムードも最悪‥。それでも、必ずチャンスは来るからと励まし合って、逆転で勝利することができました。普段はコートの外から息子のテニスを応援していますが、親子で一緒にプレーすることで子供の成長を一層強く感じることができました。

最後に、この横浜親子ダブルス大会を勧めていただき、いつもお世話になっているラックTG社長に深く感謝いたします。（匡知）

中学生以下 母親の部 優勝
トロフィーは宝物
秋吉 真須美・美夜（在住・ラック港南台TG）

このところ、母娘の夏の恒例になっている親子ダブルス。今年はシードだったこともあり一層の緊張感でしたが、大会が近づくにつれ、優勝を目指したいという想いも芽生えていました。と、母は少し複雑な気持ちのまま大会当日をむかえてしまったのですが、当日は、終始、娘が試合をリードしてくれました。技術はもちろんですが、精神的にも随分とたくましかったです。特に決勝は苦しく、心が折れそうな場面が多々ありましたが、母娘で助け合い、優勝を手に入れることが出来、嬉しく思います。

最後に、大会関係者のみなさま、暑い中での運営、ありがとうございました。親子で楽しい夏の1日を過ごすことが出来ました。そして、大会に向け、アドバイスをしてくださった方、一緒に練習をしてくださった方、温かいご支援をありがとうございました。いただいたトロフィーの重みに感謝の気持ちも加え、母娘の宝物として大切にしていきます。

［中学生以下母親］秋吉親子、田中親子の各選手

中学生以下 混合の部 優勝
3回目の優勝!
坂野 仁清・文南（在住・ウエスト横浜TC）

一昨年、小6で母親の部、昨年、中1で混合の部、今年、中2で混合の部、3年連続で優勝することができました。今年はフォアバンドを両手から片手に変えたばかりで、自信を持って打てないときもあり、辛かったけど最後まで諦めずに頑張って良かったです。

横浜ジュニア、市民大会でも良い成績を残せるように頑張りたいと思います。大会関係者の方、応援してくださった方に感謝します。ありがとうございます。（文南）

［中学生以下混合］坂野親子、森野親子の各選手

高校生以下 男子の部 優勝
ダブルスの面白さ、奥深さ
水谷 秀之・友祐（アレスマイスター・中央大学付属横浜高校）

僕はこの大会に出るまでは練習も試合もシングルスばかりやっていて、正直ダブルスには興味がありませんでした。けれど、父とダブルスを組んで初めてダブルスの面白さ、奥深さを知りました。

いつも部活やスクールでの練習を応援してくれる両親や青葉台ローンのコーチ、協会大会運営の方々に感謝したいです。いつも一緒に練習してくれる仲間、そしていつも最高のテンションで張り上げてくれるオープンスクエアーの川島さんに感謝です。本大会は、他の大会にはない独特の雰囲気で、とても楽しく試合ができました。たくさんの試合を運営される協会の皆様には大変と思われますが、是非本大会を継続して頂きたいと思いました。ありがとうございました。（秀之）

［高校生以下男子］水谷親子、片山親子の各選手

高校生以下 女子の部 優勝
素晴らしい思い出の大会に
中田 祐子・真奈（在住）

はじめに大会関係者、役員の皆様には、心より御礼申し上げます。当日は、とても暑いなか、ありがとうございました幼少の頃からラケットを持ち始めた娘も部活動を引退する時期となり、よい記念になればと参加させて頂きました。

なかなかミスも多く、そのなかでもダブルスならわでのフォローがあり、よく言われる1+1=2以上の力が親子ダブルスで実感できて、そこに優勝という結果がつき、とてもびっくりしつつも娘とのダブルスが素晴らしい思い出になりました。これからも精進しながら娘共々テニスを楽しんでいきたいと思います。ありがとうございました。

［高校生以下女子］中田親子、堀池親子の各選手

高校生以下 混合の部 優勝
この大会を通して…
佐藤 ひさの・翔真（在住）

昨年は、準決勝でタイブレークで負けてしまってとても悔しい思いをしたので、またこの大会にエントリーして優勝することができてすごく嬉しいです。

最近自分のテニスのほうがとても忙しく、母とテニスすることが無かったのですが、このような試合があったことで一緒にテニスをする機会ができて良かったです。最後に暑い中大会を運営してくださった関係者の方々に感謝しております。ありがとうございました。（翔真）

［高校生以下混合］佐藤親子、金子親子の各選手

●小学3年以下母親●

	梅田ペア	赤崎ペア	鈴木ペア	小池ペア	勝敗数	順位
梅田真由美・琉聖（在住・在学）		40 ○	40 ○	40 ○	3-0	1
赤崎頼子・世侍（在住）	04 ×		42 ○	40 ○	2-1	2
鈴木幸恵・もも（在住）	04 ×	24 ×		41 ○	1-2	3
小池明子・陽斗（在住・あざみ野LTC）	04 ×	04 ×	14 ×		0-3	4

●小学6年以下母親●

SF　F
宮内由佳・汐夏（在住・SSAレニックス） 60
坂野幸子・生奈（在住・ウエスト横浜TC）
濱田早織・真輝（在住） 64
池谷綾子・真斗（在住・サリュートITS）
61

★優　勝★
宮内由佳・汐夏（在住・SSAレニックス）

●中学生以下女子●

SF　F
杉浦美央子・萌楓（ラック港南台TG） 62
田中史子・理緒（在住）
坂巻奈々・玲奈（在住）
秋吉真須美・美夜（在住・ラック港南台TG） 62
64

★優　勝★
秋吉真須美・美夜（在住・ラック港南台TG）

●高校生以下男子●

SF　F
藤沢隆・海斗（在勤・在住） 86
水谷秀之・友祐（アレスマイスター・中央大学付属横浜高校）
尾崎達也・智哉（在住） 85
片山利之・優希（在住（レスポートサックジャパン）・在住（日大三高））
85

★優　勝★
水谷秀之・友祐（アレスマイスター・中央大学付属横浜高校）

●高校生以下混合●

SF　F
金子裕之・汐里（YITC・在学） 86
前田智子・和輝（あざみ野LTC・在住（浅野高校））
坂本奈美・匠（あざみ野LTC）
佐藤ひさの・翔真（在住） 83
97

★優　勝★
佐藤ひさの・翔真（在住）

■第12回都市交歓スポーツ試合（対川口市）■

今年も、春分の日3月21日に川口市青木公園テニスコートで川口市テニス協会との親善試合が行われました。今年で12回目となります。この大会は、川口市テニス協会のテニスレベル向上を図りたいとの要請を受けて交流試合形式で始められたもので、横浜市からは、主に市民大会等での上位成績者で選手団を構成して出向いております。試合種目は、都市対抗公式試合、一般試合（年齢別）、中高生ジュニアの部で行われ、毎回、熱戦が繰り広げられています。

親善試合では有りますが、ここ数年、対戦成績は、残念ながら横浜市は負け越しが続いています。今回も、都市対抗公式試合で3−4、その他一般試合、ジュニアの部でも横浜市が負け越してしまいました。横浜市選手団の皆さん、来年は勝利できるように頑張って行きましょう。

またその他、両市の親善を深めるため、横浜選抜室内選手権大会にも川口市上位選手に招待参加して頂いています。（一般男子ダブルスは見事に優勝をさらわれました。）

今回も、選手団に同行させて頂きました。川口市テニス協会のきめ細かな試合運営と横浜市選手団への「おもてなし」に感謝いたします。（相良）

第53回 横浜市団体テニストーナメント

優勝チームの皆様おめでとうございます

［一 般 男 子］とつかTC（ARASHI）/6度目優勝　［一 般 女 子］TAS/3度目優勝
［シニア男子］亀の甲山TC（A）/3度目連続優勝　［シニア女子］エバーGTF横浜（ビューティ）/初優勝

「第53回横浜市団体テニストーナメント大会を終えて」

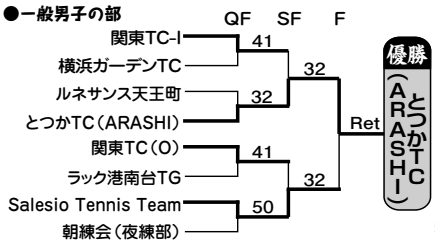
7月9日から8月7日にかけて開催されました団体テニストーナメンは初日から雨天となり、一般男子選手の皆様には雨の中、記憶に残る試合となりました。また、各種目では連日猛暑の中、ハイレベルな対戦が繰り広げられ団体戦ならではの醍醐味を十分に堪能して頂けたかと思います。

参加チームは一時期は減少傾向でしたが全種目で4チームの増加となり年々増えております。この団体戦に出場する為に加盟されました団体の皆様、毎年優勝を目指す団体、選手の皆様と共に次回も盛り上げていきたいと思っております。ルールとマナーとモラルを遵守し、横浜のテニス界の更なる発展を希望してますので、今後とも宜しくお願い致します。また、選手からのご要望についても極力対応したいと思いますのでご一報願います。

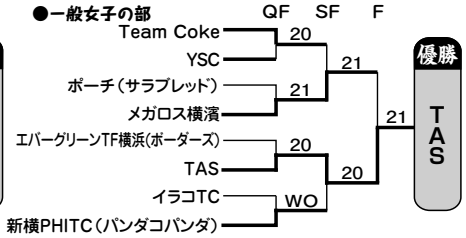
最後に、本大会運営に携わって頂いた役員、運営委員の皆様のご苦労に対し心から感謝し、大会後記とさせていただきます。

（横浜市団体トーナメント委員長　関　宏一）

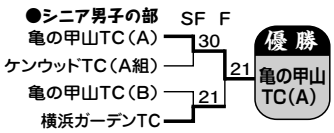
●一般男子の部



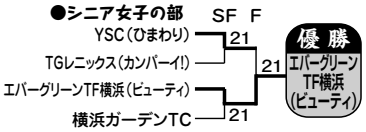
●一般女子の部



●シニア男子の部



●シニア女子の部



●一般男子の部優勝：とつかTC（ARASHI）●

仲間たちに感謝!!

横浜市テニス協会役員の皆様、また運営に携わったすべての皆様。毎年すばらしい運営にとても感謝しています。我がクラブが初めて優勝したのが2002年。その時は14年後にまた優勝できるなんて夢にも思いませんでした。個人的にはチームに迷惑をかけてしまいましたが、頼りになるメンバーの熱いプレーを見ることが出来て、嬉しく思いましたし感動をもらいました。とつかテニスクラブは最高です。皆さんよかったら遊びに来て下さい。（赤窄）

●シニア男子の部優勝：亀の甲山TC（A）●

チームメイトとの決勝を制す!

大会運営の皆様お疲れ様でした。今大会、3連覇を目指す亀の甲山TC（A）チームは去年とほぼ変わらないメンバーで望みました。今回は出場チームが33チームと多く苦戦を覚悟しました。4回戦のテニスプラザ戦の戦いが大変でした。大会2日目は他の大会とぶつかりメンバーが足りなくて金曜日にやっと揃いました。そして、決勝戦はまさかの亀の甲山TC（A）（B）チームの対戦となりました。他のチームと違い、すごくやり辛い戦いでした。来年も出場して頑張って戦いたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

●一般女子の部優勝：TAS●

3年ぶり！

私達TASは、今回3年ぶりの優勝!この優勝は、TASのチームワークで成し得たものです。2日目は突然の雨で決勝戦が順延となりメンバーの調整に苦労しましたが、この3日間どの試合も試合会場にいるメンバーは声を出して応援し、参加出来ないメンバーからはリアルタイムでLINEに応援が届き、出場選手はみんなの声援を受けしっかりと試合をする!といった形でメンバー全員で戦っていました。この夏、最高の1ページとなりました。TASのみんな、ありがとう!

最後になりましたが、今大会を開催するにあたって役員の皆様を始め運営に携わって頂いた全ての方々に感謝致します。ありがとうございました。（山川）

●シニア女子の部優勝：エバーグリーンTF横浜（クールビューティー）●

みんなで楽しく！ 笑顔で!

とにかく楽しく!みんな笑顔で!を合言葉に、無欲とNo.1のチーム力で手にした優勝です。強豪のデフォという運から始まり、いつもギリギリの勝ち上がりでした。試合前日は自称監督のもと、強化練習もしました。

スター選手もなく、裏方に徹してくれたチームメイト。予定を無理に調整して出てくれた選手。どうしても参加できず、遠い空からメールをくれた選手。安い安いウエアにみんなが満足し、気持ちはずっと前から梅雨明けしていました。頂いたメダルは6個ですが、心の中では10個のメダル。たまたま重なった消防訓練のヘリの音、赤いYR消防車、どこまでも青い空が、最高の夏のアルバムに花を添えてくれました。互いに思いやり、励まし合ったこのメンバーで闘えたことに心からありがとう! を。（岩崎）

［一般男子の部準優勝］Salesio T Team

［一般女子の部準優勝］メガロス横濱

［シニア男子の部準優勝］亀の甲山TC（B）

［シニア女子の部準優勝］YSC（ひまわり）

◎第62回 横浜市実業団対抗テニス大会◎

男子優勝：日立ソリューションズB（3度目）、女子優勝：資生堂研究所（3度目）

3月から7月にかけての第62回横浜市実業団対抗テニス1部リーグにおいて、男子の日立ソリューションズBと女子の資生堂研究所がともに3度目の優勝を果たしました。第57回（女子第19回）神奈川県実業団対抗テニスリーグ戦では、男子:AGC旭硝子中研が2位、女子:ウインザーAが19連覇でウインザーBが2位の結果でした。

9月の関東実業団リーグには、男子のAGC旭硝子中研と横浜市役所が、女子はウインザーが出場し10月9日から広島県で行われる全国実業団対抗テニストーナメントを目指します。

県B大会男子優勝:森永製菓

また、6月に第80回神奈川県実業団対抗テニス大会（B大会）を横浜市で開催しましたが、男子の森永製菓が優勝しAリーグに昇格となり、惜しくも日立ソリューションズBとNECソリューションイノベータAは3位でした。

第63回横浜市実業団対抗テニスは8月末から12月まで79チームの上を目指す闘いをスタートしています。

【第62回横浜市実業団対抗テニス大会の成績】

（各部の優勝チームのみ記載）

●H28年3月～7月　参加75チーム（男65＋女10）
●H28年度運営事務局：東洋製罐

《男子優勝（部別）》	３部Ｂ：NTTデータMSE Ａ
１部：日立ソリューションズB	４部Ａ：富士通エレクトロニクス
２部Ａ：ブリヂストンＡ	４部Ｂ：東京ガス根岸
２部Ｂ：横浜市役所Ｉ	５部Ａ-Ｃ：東芝横浜Ｂ
３部Ａ：千代田化工Ａ	５部Ｄ-Ｆ：日立ソリョーションズC

《女子優勝（部別）》	２部：日立戸塚
１部：資生堂研究所	

★大会の結果については協会ホームページに詳しく掲示されています。

第23回ジュニア競技力向上事業 テニス合同・強化練習会

ジュニア競技力向上事業テニス合同・強化練習会は、（公財）横浜市体育協会殿主催で横浜市テニス協会が主管事業として毎年夏休み期間中に実施しています。

H28年度は7月23日から8月13日迄の土曜日と日曜日に午前と午後に分けて合計6日間実施しました。例年、初級者から上級者まで多数参加して頂いておりますが、今年も特別強化クラスへも多く参加頂きました。

コーチには、日本リーグ現役選手、市内トップクラスの選手・クラブコーチ・公認指導員等の方々に協力を頂いています。今年も、元デ杯選手の田辺正特別コーチにも参加指導頂き、また、横浜国立大学硬式テニス部の現役の皆さんにもコーチとしてご協力を頂きました。

（猛暑の中でしたが）参加選手の皆さんは、普段の学校やスクールでの練習とは違った密度の濃い練習に、楽しく元気に、そしてそれぞれが目標を持って取り組んで、全員が回を追う毎に確実にレベルアップを図ることができました。

この合同練習会をきっかけに、マナー面も含め、更に大きく成長し、クラブ活動・大会等で今後活躍されることを期待します。

クラブ紹介〈第63回〉横浜カントリー&アスレティッククラブ（YC&AC）

公益社団法人横浜カントリー&アスレティッククラブ（YC&AC）は、1868年から続く歴史ある会員制スポーツクラブです。

クラブにはテニスコートをはじめ、クリケット・ラグビー・野球・サッカー・フィールドホッケー等が行われる人工芝のフィールド、ローンボールグリーン、プール、体育館、スカッシュコート、ボーリング場、ビリヤード場、フィットネスセンター、フィットネススタジオがあります。

スポーツ施設の他にも、レストラン、バーがありお食事やパーティーをお楽しみ頂く事が出来ます。クラブでは会員の方々は様々なスポーツで汗を流し、レストランやバーに集い充実した一日を過ごして頂いております。日本人は勿論、その他40を超える様々な国籍の方が在籍しており,国際色豊かな事もクラブの特色です。

クラブにはクレーコート4面、ハードコート3面、計7面のテニスコートがあります。YC&ACのテニスチームはクラブ内のトーナメント、ラダーリーグ、また他クラブとの交流戦、トーナメントなど大変活発に活動しております。また、

セルビア人コーチによる小中学生向けのYC&ACアカデミーも大変好評で多くの選手たちが次世代のスター選手を目指し、練習に励んでおります。

この先も歴史を紡ぎより良きクラブを目指し活動して参ります。

［公益社団法人横浜カントリー&アスレティッククラブ］
045-623-8121　info@ycac.or.jp

好評連載　テニスプレーヤーのためのスポーツ医学　62

「テニス寿命を延ばそう」

――元気に長くテニスができるように――

日本体育協会公認スポーツドクター医学博士　及能茂道（きゅうのうしげみち）

「テニスは一日を短くし、一生を長くする」のフレーズ通り、テニスは生涯スポーツとして最適です。日本人の平均寿命は男性80.50歳、女性86.83歳となり、世界最高水準の長寿国となりましたが、寝たきりや要介護状態の長命は御免です。その平均寿命よりも元気で生活が送れる健康寿命は男性で約5.7年、女性で約7.1年も短く、人生の最終過程まで元気で過ごせるのはきわめて難しいことです。健康な限りテニスが続けられて、健康寿命＝テニス寿命となることを我々誰しもが願っています。皆様のなかには流行のピンピンコロリの通りテニスコートでの大往生を望んでいらっしゃる方もおられるのではないでしょうか。

加齢とともに▶▶▶▶

あなたはどんな時に歳をとったと感じますか？　75歳を超えた私はテニスをしている時に歳を最も感じますが、日ごろテニスをおろそかにしてコンスタントにプレーしていないからに他なりません。高齢者の「生きがいは何か?」との意識調査では、1に仕事、2に趣味とあり、歳をとったら「好きなことだけやればよい」という薦めもあり、その通りテニスに励んでいる年配の皆様は、テニスをしている時が一番若さを感じているかもしれませんが、足腰の衰えは否めないでしょう。誰もが40歳を過ぎて老眼に直面した時に老化を初めて実感したと思いますが、老化は加齢にともなう心身の衰えです。

私の年齢にもなると、心臓は肥大し、心筋に栄養をあたえる冠動脈は動脈硬化のため内腔は狭くなり、運動負荷が加わると心機能の低下が強くなり、心拍数も25%減少します。肺活量も50%減少します。脳は萎縮して記憶は衰えますが、知能は衰えないものです。骨も男性で20%程度減少し、筋肉は40%減少して筋力低下が進み、握力は45%も低下します。全身のバランスが悪化し、足もひきずり、歩行も小幅になり、転倒しやすくなります。内臓機能よりも運動機能の低下は明確で、30代から筋肉量は毎年1%程度の減少があるとされています。私の現役時代は一般と45歳以上が壮年の２種目でしたが、現在はベテラン種目が35歳以上から5歳きざみに分類されているのは適切といえます。

人は血管から老化する▶▶▶▶

日本人の三大死因は、がん、心臓病. 脳卒中ですが、そのうち心臓病と脳卒中は動脈硬化が要因となる病気です。メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）は、糖尿病、高血圧, 脂質異常症を発症させたり増悪させたりして、動脈硬化を進行させ、いずれは心臓病や脳卒中を招いたりします。腹囲で男性は85cm、女性は90cm以上を診断基準にしていますので、肥っていてもこの基準に達していなければ大丈夫とか、肥満がなければ軽度の糖尿病や高血圧は見過ごされる誤解も発生しています。内臓脂肪は食べ過ぎや運動不足で蓄積されやすく、運動によるエネルギー消費と食餌減による摂取エネルギー抑制のバランスで減少しますが,容易でありません。エネルギー消費からみるとプロテニス選手は肥満になる余地はありませんが、週末だけの市民プレーヤーは食事の管理が必要です。運動だけでは無理、食事だけではダメです。

老いは脚から▶▶▶▶

テニスができなくなるだけでなく、老後寝たきりや要介護になる原因の多くは転倒による骨折や膝痛、腰痛などの整形外科的疾患が占めています。骨、関節、筋肉など身体を動かす仕組みを運動器といいますが、特に年齢とともに足腰の運動器が衰え、変形して痛んだり、筋力が低下して、歩けなくなったり、要介護状態に陥る状態はロコモティブシンドローム（運動器症候群、略称ロコモ）と提唱されています。ロコモは片足立ちで靴下がはけない、家のなかでつまづいたり滑ったりする、階段の昇降に手すりが必要、横断歩道を青信号で渡りきれない、15分ぐらい続けて歩けない、これらの症状のうち一つでもあてはまれば立派なロコモですが、高齢者でもテニスをしていれば該当しないでしょう。ロコモになる病気で多いのは、骨粗しょう症、変形性関節症、脊柱管狭窄症です。変形性関節症は軟骨がすり減って、膝や股関節が変形して歩行が困難になります。脊柱管狭窄症は、老化によって椎間板などに押されて脊柱管が狭くなった結果、中を通っている神経が圧迫されて、足がしびれたり、痛んで長く歩けなくなります。

人間は二本足で直立歩行するようになって膝や腰に負担がかかるようになり、文明社会の発達とともに体重が増加したことも負担を増しました。さらに寿命が骨や関節の耐用年数を上回って延びた結果ともいわれています。日本整形外科学会は100年耐える運動器の育成を子供のころから心掛けるように提唱しています。多くの国内外の往年の名選手たちは膝関節や股関節の人工関節置換術を受けています。昔はうさぎ跳びなどの正しくない練習をしたり、障害予防のためのトレーニングやストレッチングは積極的に実施していませんでした。ベテラン選手の多くが膝痛や腰痛を経験したことがあると思いますが、筋肉、骨, 関節の老化を考えると、若い時以上に体のケアを心掛ける必要があります。少しでも痛みを感じたら、負担を軽くするようにプレーの回数を減らしたり、休んだり、その期間筋力強化を行うなど、早めに対策をたてて重症化を防ぎましょう。テニスを続けている人は姿勢もよく、外見からの年齢が暦年齢よりも若く見られます。老化の加速のスピードは人さまざまで、若く見えることは生理機能の面でも運動機能の面においても老化の進行が遅いことの表れであり、女性は特にその差が大きいといえます。

老後に備えて貯筋▶▶▶▶

加齢による骨格筋量減少に伴う筋力低下を現すサルコペニアという言葉が最近一般市民にも知られるようになりました。サルコペニアはいろいろな疾病が危険因子になり、ロコモと同様に早期から予防対策が必要です。

昔、体という漢字は體と書きました。體という字を分解すると骨と豊になり、体は骨がしっかりしていないといけないことを意味しています。骨には筋肉が付着していて、筋肉運動をしないと骨からカルシウムが脱出して骨粗鬆症になります。筋肉自体は動かさないと廃用性筋萎縮が起こり、筋力は一日に3～6%の割合で低下し、一か月全く使わないと筋力は50%低下するというデータがあります。加齢性筋萎縮で運動能力が落ちて運動が億劫になると、廃用性筋萎縮が重なってますますロコモの状態に近づきます。加齢性筋萎縮は筋肉のもとになる蛋白質の合成が低下するためで、食事として筋肉の材料になる蛋白質やアミノ酸摂取を増やすことも必要です。最大筋力の20%の力を使っていれば筋力は維持され、30%以上の力を使えば筋力は増強しますので、筋トレも無理をしないで根気よく続けることが効果をあげます。。

テニス寿命を延ばすために▶▶▶▶

巷には「健康長寿の十か条」「ボケないための食事療法」「老化を遅らす生活習慣」など、親切？なアドバイスが溢れています。私は内科臨床医の経験と６０年以上のテニス歴を基に、長くテニスを続けられるための健康生活の基本をまとめてみました。

❶禁煙……喫煙は健康長寿の大敵です。
❷アルコールはほどほどに……アルコール量として一日20g（日本酒一合程度）は許容されます。
❸快食、快便、快眠が健康体の基本
❹夕食は腹八分目にして肥満予防
❺バランス栄養摂取……減塩，食物繊維、良質蛋白質に留意。
❻1日8000歩相当の運動
❼体重、血圧、脈拍のセルフチェックをして体調管理
❽規則正しい生活リズムで心楽しく

テニスを長く続けるためには　健康生活の基本である栄養、運動、休養の三本柱のバランスを守って、病気や障害を予防することです。テニスは少なくとも週に一回コンンスタントに続け、体調の悪い時や体に痛い箇所があるときには勇気をもって休養し、医学的治療も早めに受けることがテニス寿命を延ばすための基本です。

中学生新入部員講習会

『中学生新入部員講習会』を5月21日(土曜日)、7月16日(土曜日)の二日、新横浜公園コート(10面)で行いました。市民テニス教室でも活躍している、神奈川県公認・横浜市公認指導員の皆さまにもご協力を頂きました。中学に入学して、テニスを始めた新入部員を対象に、午前の部、午後の部とそれぞれ3時間実施しました。普段は校庭で練習をしている生徒たちも、公式コートでの練習に、元気な声とたくさんの笑顔で頑張ってくれました。今後もテニスの普及活動の一環として、中学生新入部員講習会を盛り上げていきたいと思います。（竹田）

新横浜テニススクール 好評開催中

（公財）横浜市体育協会主催のテニス教室が、新横浜テニスコートで実施されています。コートはＵＳオープンで使用されているものと同じサーフェスのデコターフです。優秀なコーチ陣のレッスンを受けてみませんか。

【実施概要】
- ○開催日：毎週水・金
- ○レッスン１：9:20～10:50
- ○レッスン２：11:10～12:40
- ○クラス：初級、中級
- ○コーチ：横浜市テニス協会推薦コーチ
- ○受講料：１期14,400円（8週）

★詳細は協会ホームページ（http://yokohama-ta.la.coocan.jp/）をご覧ください。

【問合せ先】横浜市テニス協会
TEL.663-0557　FAX.663-0558

協会インフォメーション

ホームページのご案内

★テニスに関する各種の情報を始め、大会の実施案内や日程等をお知らせするためのホームページを開設しています。掲載内容も、今後とも徐々に充実させていきたいと思います。**http://yokohama-ta.la.coocan.jp/**

平成28年度上期新規加盟団体紹介（4団体）

1 チィップネス鴨居インドアテニススクール　2 ソデイック
3 ダンロップテニススクール根岸　4 大東建託横浜

団体名変更／シンズあざみ野テニスチーム→あざみ野ローンテニスチーム　退会クラブ（1団体）／八景インドアテニススクール

横浜市テニス協会加盟団体内訳（2016年9月15日現在）

営業クラブ	66団体
実業団	45団体
同好会	40団体
その他	4団体
合　計	155団体