北陸・東海



富山県	河森 豊さん		ソフトボール	34
	熊谷直輔さん		ラグビーフットボール	35
	高田修一さん		ボウリング	36
福井県	髙橋研一さん	(A)	ウォークラリー	37
	古田信一さん		弓道	38
	槇野啓子さん		ソフトバレーボール	39
岐阜県	五嶋忠男さん		弓道	40
静岡県	大槻幸太郎さん		グラウンド・ゴルフ	41
	増田昌康さん		マラソン	42
愛知県	北村幸子さん		卓球	43



ソフトボール

「戸出ソフトボールクラブ」チーム

河森 豊 さん 71歳 ●参加歴:3回目

最高齢表彰者の勇姿に感心。新たな目標に

私は平成12年、54歳の時に友人から誘われ 今のチームに入りました。

チームの練習はシーズン中、毎週水曜日のナ イターと日曜日の午後です。私は欠かさず練習 に参加するように努めてきました。

「ねんりんピック長崎 2016 | 出場決定は、本 当に大きな喜びでした。出場決定後、砺波市で は激励会、富山県では壮行会を開催してもらい、 大いに士気が上がりました。

常陸宮さまご臨席のもと開催された総合開会 式の入場行進では、1万人余りの観客から、大 きな拍手と激励を受け、まるで国民体育大会の 開会式のようで感激しました。また、多くの長 崎県民の方による地元色豊かなアトラクション も楽しく華やかでした。

ソフトボール競技開始式では、大会参加の最 高齢者表彰がありました。該当の方々は80歳 だったのですが、かくしゃくとして壇上に進ま れており、また、受賞される姿勢や態度が素晴 らしく、感心しました。私もぜひこうありたい

と強く思いました。

交流大会では、第1試合で札幌市に4対1で 勝ち、第2試合は福岡県に6対1で負けました。 私たちのチームにとって、ねんりんピック出場 3回目で初めて第1試合勝利の記念すべき大会 になりました。

大会後、長崎市内で長崎チャンポンを食べ、 出島、大浦天主堂、グラバー園を観光しました。 実は私は、41年前に新婚旅行で長崎、熊本を訪 ねていたので、本当に久しぶりで懐かしく、感 概深い思いをしました。

ソフトボールの楽しみは、「全国大会出場目 指して仲間と活動する楽しみ」、「運動して汗を かく爽快感」、「多種多様な職種のチーム・仲間 との交流で、新しい世界を知る楽しみ」です。

練習やトレーニングで少々つらいこともあり ますが、ねんりんピック出場を目指し体力・気 力の低下予防に努めて、健康寿命を延ばしたい と思います。



意気込み十分でバッ ターボックスに立つ。



ラグビーフットボール 「富山オールドスターズ」チーム

くまがえなおすけ

熊 谷 直 輔 さん 79歳 ●参加歴:5回目

ねんりんピックへの参加は仲間をつなぐ私の生きがい

ねんりんピックに初めて参加したのは 2000 年の大阪大会でした。試合当日会場の花園ラグ ビー場に行くと若い頃同じチームだった仲間や 対戦相手だった選手と 30 数年ぶりに会うことが でき、昔の気分に戻り、楽しい時を過ごしました。 若返りには最高の大会だと感激し、次回もぜひ 参加しようと思いました。ところが残念なこと に、ラグビーの試合は毎年は行われず、2005 年 福岡、2008 年鹿児島、2010 年石川、2015 年山口、 そして今回の長崎です。

富山県代表として出場した過去4回、毎回成績が思わしくなく、寂しく帰途につきました。

選手は、魚津市、高岡市、富山市の40歳以上のチームから選抜されています。練習は各チームでの練習と月数回の合同練習のみでしたが、今回はチーム同士が対戦する際に、60歳以上に限ったチームでも練習試合を行いました。これにより、他チームから参加する選手の癖、スキル、スタミナなどがわかり、連携が良くなったと思います。その結果、ながさき大会では過去の4大

会より楽しくゲームが 行えました。成績も1 勝1引き分け。楽しく 帰途につき、次の秋田 県開催に向けての練習 に意欲が出てきました。

総合開会式では常陸 宮妃華子さまのご挨拶 に引き続き、スポーツ 庁長官鈴木大地氏が挨 拶を述べられました。 日本にもやっとスポー ツ庁ができて、スポーツの地位が高まったのだと実感を持ちました。アトラクションは子どもたちのマスゲーム、男女マーチングバンドなど、趣向を凝らした内容で、大変楽しませていただきました。郷土の食材が使われたお弁当も美味しくいただきました。特に箸袋に体操の内村航平選手がサイン付きコメントを書かれていて、とても良いアイデアだと思いました。

宿舎での夕食会では、園田大村市長はじめ 大村市の幹部の方々、長崎県ラグビー協会の幹 部の方々と懇談しながら郷土料理を味わいまし た。観光は宿舎よりバスと路面電車を乗り継ぎ グラバー園に行きました。長崎は坂が多いとの 認識はありましたが、バスの中からの景色には 驚かされました。園内をじっくり見学し過ぎた ためか、大浦天主堂に行く時間がなくなってし まったのは残念でしたが。

長崎県民の皆様、温かいおもてなし、ありが とうございました。2018年には富山県で開催し ますので、お待ちしています。



県内3市のチームから選抜されたメンバー。事前の練習試合が成績向上につながった。(前列中央)



ボウリング

「きときと富山B」チーム (監督兼選手)

た か たしゅういち

高 田 修 一 さん 77歳 ●参加歴:5回目

ボウリング発祥の地での大会。富山県 PR にも尽力

第29回全国健康福祉祭ながさき大会への参加が決まり、県庁で選手団結団壮行会を開催していただきました。また出身地滑川市でも上田市長はじめ職員の方々からお祝いと激励をいただき、選手になれた喜びと健康に感謝しました。ボウリングの発祥の地である長崎での大会は、心に残るものになると思い、楽しみにしておりました。

富山から新幹線で、新大阪を経由し長崎県へ。 美味しい料理・人情に触れ、感無量。疲れも吹っ 飛びました。

総合開会式当日は、快晴に恵まれ、全国の仲間がたくさん集まりました。入場行進の前に、諫早市立上諫早小学校の6年生、通称「長崎がんばらんば KIDS」10名から、横断幕と応援をもらいました。富山についてはあまり知らなかったようなので、チューリップ、ホタルイカ、雷鳥の話をしながら入場行進をしました。本部前

では選手一同造花のチューリップを大きく振り、常陸宮さまにも届いたと思います。 続く長崎県のアトラクションにも、感動しました。

その後バスで競技場がある大村市へ。大村市の市長は39歳の若さで、レセプションでは、ボウリングのジェスチャーで挨拶をされました。「キリシタン、ボウリング発祥などもありますが、全国に一番誇れるのは人口増加(出生による増加)が日本一なこ

とです」と言われ、新しいものに取り組むことが大切だと力説しておられました。

ボウリング競技は、2日間にわたり、全国120名の選手が、個人戦・チーム戦で競いました。「きときと富山」チームは残念ながら24位で終わりましたが、富山のPRはしっかり行ったと思います。地元大村市広報部の取材を受けたり、レセプションでも富山について紹介し、チーム4人でさまざまな交流を図りました。その効果か、12月に入ってから、鳥取県のチームから連絡をもらい、9月の観光旅行の予約を受ける、ということもありました。

最終日には、4人で観光タクシー4時間コース に参加し、市内キリストの旧跡をたどりました。

大村市はじめ長崎県の応援と心温まるおもて なしに感謝を申し上げます。

また富山県の皆様にもお世話になり、ありがとうございました。



試合に向かうバスの前でメンバーと。競技だけでなく、富山県 PR にも努めた (右端)



ウォークラリー

「ザ・さわやか福井」チーム

たかはしけんいち

髙 橋 研 一 さん 66歳 ●参加歴:1回目

歴史ファンにはたまらない観光の島で充実の2日間

2016年(平成28年度)のねんりんピックのウォークラリー競技は、10月15日・16日に長崎県の壱岐島(壱岐市)で開催され、福井県からは「ザ・さわやか福井」というチーム(福井市レク協4名、坂井市レク協1名の計5名)を編成し、参加しました。全国各地より、一般参加も含めて66チームのエントリーがありました。

壱岐島は、今から1700年前に書かれた中国の魏志倭人伝にも「一支国」と表記され、日本本土と東アジア大陸の中間に位置することから、対馬とともに古代より、海上交通の要衝・対外交流の拠点として重要な役割を果たしてきた歴史ある島です。島内には一支国の王都とされる「原の辻」遺跡という弥生時代の環壕集落の跡も復元されています。また、古墳もたくさんあり、ほとんどが玄室まで公開されています。

私たちは14日夕方に博多港からのフェリーで現地入りし、15日はバスで島内の名所の視察を行い、夕方に代表者会議、開始式がありました。開始式では、小中学生による「壱岐荒海太鼓」の力強い演舞などがあり、島を挙げての歓迎に感激しました。

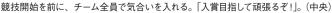
15日の競技当日は、朝方小雨でしたが、競

技中に上がりました。中学生が2名ずつアテンダント(世話係)として各チームに付き、スタート時にはおなかにまで響き渡る「壱岐荒海太鼓」の音で、競技への意欲が鼓舞されました。2時間30分ほど(隠しタイム)のコースで歴史遺跡を廻るように設定され、アップダウンが大変激しく、80歳以上の参加者には少々厳しいコースではなかったかと思います。福井県チームはそれぞれの力量を発揮し一致団結してチェックポイントの課題やゲームをこなし、最後の心臓破りの坂道を克服して、所要時間2時間20分ほどでゴールしました。5位以内を目指していましたが、結果は8位で、入賞の記念メダルをいただきました。

今回、ねんりんピックに参加して、たくさんの他県の人と交流ができたことを嬉しく思います。また、壱岐は周りを海に囲まれた自然豊かな島で、歴史ファンにはこたえられない、遺跡いっぱいの観光の島でした。機会があればもう一度ゆっくりと訪ねたいところです。

原の辻遺跡キャラクターの 「海都くん」と一緒に。









弓 道

ふる たしんいち

古田信一さん 68歳 ●参加歴:1回目

長崎の皆さんの心地よい歓待ぶりに感動!

弓道競技は、雲仙普賢岳の麓、島原市霊丘公 園体育館弓道場で開催されました。

2年前の国体で使用された会場で、まだ木の香りが残る素晴らしい施設でした。大会の運営も同様に素晴らしく、スタッフの方々の、それぞれの持ち場でのそつのない動きや、笑顔での応対は、実に気持ちの良いものでした。

思い返してみれば、出場のお声をかけていただいた時、果たして私で大丈夫だろうか、責任を果たせるだろうか、という不安に加え、まだ会社勤めもある中で、他のメンバーの方々に迷惑をかけずに両立できるだろうか……と心配しておりました。勤務先の理解を得られたことと、強化日程を土曜日中心に組んでいただいたことで、さほど仕事にも障りなく参加することができ、本当にありがたかったです。

また、そのような不安や迷いとは別に、この 年になってから、新しいことに挑戦しようとい う気持ちを持てたことが、嬉しく思いました。 福井県チームは、福井市の山崎さん、勝山市の監督兼務の藤沢さん、越前町の森下さんと位寄さん、それに私の5名です。大会まで、幾度かの強化練習でチーム力を養ってきました。試合の結果は、残念ながらそのチーム力を十分に発揮できるものではなく、5人での団体戦の難しさや、一矢の重みを知らされた大会でした。

歴史のある観光県であるためか、それとも福井県のユニフォーム姿で街を歩いているためか、どこへ出掛けても、そこにいる全ての人々が私たちを温かく迎えようとしてくれているのを強く感じました。2018年には、福井で国体を開催するわけですが、この時の心地よい歓待ぶりを思い出し、全国の皆様に恩返しができればと思います。

この度、このような大きな大会に参加し、大変有意義な時間を過ごさせていただきました。 お世話になりました福井県弓道連盟副会長、シニア部長の吉村博嗣先生をはじめ、ご尽力くださった方々に深く感謝いたします。



総合開会式にて。地元中学生による応援幕と共に。(中央)



列車で長崎入り。大きな大会に初めて参加するとあって、やや緊張の面持ち。



ソフトバレーボール 「Kusuya」 チーム

まきのけいこ

槇野啓子さん 67歳 ●参加歴:1回目

長崎に行きたい思いでチームを結成し、見事出場!

「ワァーッ」 — 両の拳を上げたのは、昨年 の4月20日のことでした。「ねんりんピック長 崎 2016 | の福井県予選大会で優勝したのです。

始まりはこんな会話からでした。「長崎へ行 きたいなあ」「うん、行きたいな!」。急遽メン バーを探して何とか人数を揃えました。しかし、 今まで6人制を主にやっていたので4人制はほ とんどやったことがありません。わずか数回程 度の練習での予選大会出場でした。そんなチー ムが優勝したのですから大騒ぎです。

ねんりんピック出場が決まると、多くの方か らお祝いや励ましの言葉をいただき、本大会ま での約6カ月間は週2回の練習に励みました。 ソフトバレーボール発祥の地・福井県小浜市か らの出場ですから下手な試合はできません。経 験豊かな監督も加わってくださり、チームは 少しずつそれらしくなっていきました。ユニ フォームの新調、いろいろな手続きや打ち合わ せ、荷物の配送や会計等々準備することも多く ありましたが、皆で手分けして、まるで修学旅 行のような気分でした。

10月15日、いよいよ開会式、晴天に恵まれ 長崎県諌早市の大きなスタジアムに、全国47 都道府県、20の政令都市から参加した約1万 人が行進しました。地元の方々が笑顔で歓迎し てくださり、感激で涙が惨んできました。本当 に素晴らしいものでした。行進の時、手にした 県花の水仙は震災に遭われた熊本の選手の方に 手渡してきました。

ソフトバレーボールは、諌早市の「内村記念 アリーナ | で開催され、67 チーム約500人の 参加でした。予選リーグでは、大分県、広島県

と対戦しましたが惜しくも負けてしまいまし た。全国大会の雰囲気に緊張したのかもしれま せん。2日目の順位別大会では、宮崎県、さい たま市と対戦し、1勝1敗とまずまずの成績に 満足しています。毎年出場しているチームもあ り、4人制の戦い方やテクニック等多くを学ば せていただきました。

また、手土産の交換もあり、私たちは若狭塗 り箸を持っていき大変喜ばれました。他県の 方々と楽しい会話も弾み、特に宿での食事時は 毎晩大笑いでした。長崎駅前で女子高生たちに よる「長崎くんち」を見物したり、チャンポン を食べたり、最終日には、同じ地名の小浜温泉 に泊まりました。ねんりんを重ねた者の人生の 楽しみ方をよりいっそう実感いたしました。仲 間や家族に感謝です。

ありがとうございました。



産声をあげたばかりのチームにも関わらず、福井県の 予選大会優勝を成し遂げた。(前列右端)



弓道 「岐阜清流」チーム

ごしまただお **五嶋 忠 男 さん 68歳 ●参加歴:2回**目

大会に参加して感じた人の輪、そして「年輪」

今回の参加はくまもと大会に次いで2度目です。 待ちに待ったねんりんピックにエントリーで きる年が回ってきました。予選会では参加希望 者が大変多く、また実力揃いの方々の中、厳し いかと思いましたが、ぎりぎり選出され、喜び はまた格別でした。

弓道との出会いは高校生の時ですが、その時は3年間で終わり、61歳で再開。再び一からご指導をいただき、ねんりんピックに参加できるまでになりました。自分一人では決して成し得ないことが、いろいろな人のおかげで実現していくこと、また接する人々それぞれが重ねてきた年輪の深さに大変な魅力を感じます。

出場メンバー決定後、強化練習を重ねるうち に、チームワークも育まれ、チームとしての一 射一射の大切さを感じました。

総合開会式は一度くまもと大会で体験しているので、と思っていましたが、再び感動でした。 全国からの選手団入場行進は、躍動と感動そのもの、大きなパワーをもらいました。盛大なマスゲームやマーチングバンド等、素晴らしい最高の演技に心から迎えてくださった長崎県の方々の思いが伝わりました。特設会場では、名産品やゲーム体験で、地元の皆様との会話も楽しく交流ができました。

バスで、普賢岳や有明海など歴史の話を聞きながら、島原の種目別会場へと向かいました。 開始式では、太鼓の演技と音に心を動かされま した。温かい歓迎を多々受け、感謝の気持ちで いっぱいです。

さて大会当日、「やるだけやってきたから、結果はその時のこと」と思い、何とか試合へと向

かいました。初日は9中、2日目は10中と、決勝トーナメントに残る70チーム中の16チームに入るぎりぎりの結果となり、最後のチームが終わるまで気が気ではありませんでしたが、なんとか決勝トーナメントに残れました。チームとしての1中が弓道では大きく左右されることを感じました。2回戦まで進み、結果は優秀賞(ベスト8)をいただき、素晴らしい大会となりました。また今大会中、大変ご高齢の方が立派な弓を引かれる姿に「年輪」を感じました。

ドキドキとやり遂げた満足感いっぱいのねんりんピック、今後も出場できるよう、体と心の元気をつくっていきたいものです。

最後にお世話になりました皆様方に感謝いた します。ありがとうございました。



参加 70 チームの中で、優秀賞 (ベスト8) を受賞。 素晴らしい思い出になった。(左)



グラウンド・ゴルフ

おおつき こうたろう

大 槻 幸 太 郎 さん 74歳 ●参加歴:1回目

芝の神様、グラウンド・ゴルフの神様に導かれ準優勝

グラウンド・ゴルフ交流大会に静岡県から6 名で参加しました。

会場の長崎県立総合運動公園での開会式では、地元のみはる台小学校の児童たちの元気いっぱいの声援を受け、全国から集結した選手たちと共に入場。晴れやかな気持ちでいっぱいになりました。元気いっぱいのシニアの方々と、一連のアトラクションに、まさに「シニアのオリンピック」だと強く感動しました。

静岡から長崎に向かう途中、福岡県の筥崎宮に寄り、試合での健闘を祈願しました。まさに神頼みです。というのも、この大会の静岡県予選会において、試合前に何気なくグラウンドの草取りをしたところ、仲間に「良いことをしたから、ダイヤモンド賞があるかもしれないね」と言われました。するとその1R目に、何とホールインワンが3個入り、ダイヤモンド賞を本当に取ったのでした。予選も通過し、静岡県代表に選出されました。芝の神様、グラウンド・ゴルフの神様がいるに違いないと思い

さて、本大会の試合が始まりました。初日は8ホール2回、計16ホールをプレイし、点数は23、21の計44点でした。「ああ、平凡な点数だった。でも、明日があるさ」と一人でつぶやきました。仲間のいるテントに戻り、チームの皆に点数を聞くと、「オーバーだった」「明日こそホールインワンを狙うしかないね」と不調な様子でした。

ました。

ホテルに戻った後、チーム全員で

長崎で有名なグラバー園と三大夜景を見に行きました。歴史を感じることができ、また、きれいな夜景に心が洗われたような気がしました。その後、皆で和気あいあいと夕食をすませ、翌日に備えて休みました。

翌朝、部屋のジュータンの上で数回パターの 練習をして、気合いを入れました。競技場に着 き、いよいよ最後の8ホールが始まりました。 前日と違い、ホールインワンが2本も入りまし た。12点であがり、合計56点で終わりました。 それほど良いとは思わず、テントに戻っている と、事務局の人が来て、「正面テントに来てく ださい」と。何と、準優勝でした。

この大会では、奇跡が3つ起こったと思いました。1つ目は静岡県予選会でのダイヤモンド賞、2つ目はこの準優勝、3つ目は素晴らしい地元のグラウンド・ゴルフ仲間と、この大会に参加した静岡県の6名の仲間に出会えたことです。ただただ感謝です。ありがとうございました。



静岡県代表6名。大会に共に参加した仲間との出会いに感謝!(右端)



マラソン 10km

ますだまさやす

増 田 昌 康 さん 73歳 ●参加歴:1回目

継続と応援のおかげで、初出場2位

ねんりんピックは初出場でしたが、「入賞は MUST」の気持ちで臨みました。しかし、強豪が集う全国大会です。第2位という結果は、ラッキーと言うしかありません。これも永年続けてきた練習のおかげであり、また、結団式や市による激励会で、県や財団の方がはっぱをかけてくださったり、本番でチームの皆が周回ごとに応援をかけてくれたりしたおかげです。まさか70歳を過ぎて全国大会に参加できるとは思ってもみませんでした。素晴らしい開会式への参加が叶い、常陸宮妃華子さまのお姿も、52年ぶりに拝見することもできて、感激が一杯でした。

私が走り始めたのは高校1年生の時で、48年前、初マラソンでのタイムは2時間25分33秒。また29歳までに全国大会で10回程入賞とそこそこの成績は残しましたが、トップレベルとは差のある選手で終わり、走りからも遠のきました。

その後の20年は仕事、勉強に集中していた のですが、51歳で海外の関連会社の責任者に なった時、初の海外勤務・初の単身赴任を妻や 両親が心配したので、健康管理のためにと、再 び軽く走り始めるようになりました。単身赴任 はタイで5年、日本で2年、再びタイで7年と 計14年に及び、走りはすっかり生活の一部と なって、今でも続いています。おかげでねんり んピックの感激を味わうことができました。

30歳になってからは中小企業診断士の国家資格に挑戦しましたが、その勉強や取得後の仕事への応用にも、走りで培った持久力を発揮し、長い時間をかけることができました。そのおかげで、その後経営した3つの会社の業績も大幅に改善することができました。継続してきた勉強や体験が生き、そしてそれ以上に会社幹部の理解や応援、従業員の方たちの協力があったからこその結果です。心から感謝しています。

今は走りと、会社の経営指導に加え、趣味とボケ防止を兼ね、いくつか新しいことにも挑戦しています。例えばタイ語の再学習など、いずれもこれまで長く関わってきたことが中心です。不器用な私ゆえ、長く続けるしかありません。でも、あと10年もすれば少しは上達しているかも、と勝手な夢も見ています。

最後に、静岡県チームの今後いっそうの活躍 を期待します。ありがとうございました。



ゴール直前、ラストスパート。



初めてのねんりんピック出場で2位入賞の大奮闘。(中央)



卓球

混合ダブルス 「ラブリーメイツ愛知|チーム

^{きたむらさ ち こ} **ル 材 幸 子 さ**

北村幸子さん 67歳 ●参加歴:2回目

積年の夢「優勝」を果たし、全員がヒーロー!

10月14日、集合場所の名古屋駅に「ラブリーメイツ愛知」のメンバー8名、全員がいることを確認し、午前8時51分の新幹線で出発。車中では皆が大会に胸を躍らせ、楽しい話が尽きることないまま、博多駅に到着しました。バスで雲仙市へ。夜は愛知県選手団の大会での健闘を期して激励会を行っていただき、各競技代表選手の方々と楽しい出会いのひと時を過ごしました。

翌15日の総合開会式は、諫早市のトランスコスモススタジアムで行われ、入場前には、「長崎がんばらんば KIDS」として愛知県選手団を応援してくれる諫早市立上山小学校の子どもたちから横断幕や応援メッセージをいただき、心温まる交流ができました。色鮮やかなユニフォームを着用した全国各地の選手団が若さあふれる入場行進を行い、また、目を見張るような素晴らしいメインアトラクションが披露されました。その後、大会会場である大村市体育センターに

移動。大村市の園田裕史市長の歯切 れがよい応援のご挨拶に、明日から の元気をいただきました。

第1次予選リーグは愛媛県、鳥取県と対戦し、1位通過。第2次予選リーグは熊本県、浜松市と対戦し、なんとか1位通過することができ、目標としていた8強入賞が達成できたことに大喜びでした。準々決勝は北海道に3対1で勝利。準決勝の徳島県との試合は、3試合目の混合ダブルスがフルセットの7対10から1本勝負でつなぎ、4試合目もつなぎ、

5試合目もフルセットの激戦を制し、決勝進出 を果たすことができました。決勝は仙台市に3 対2で勝利し、涙・涙・涙の優勝獲得で積年の 夢を叶えることができました。

勝因は、目標であった8強入賞達成時の「今からは、力を抜いておまけの試合だと思って戦おう」という竹田監督のアドバイスにあったと思います。おかげで、本当に肩の力が抜け、平常心で戦うことができた気がします。また、試合を振り返ると、全員がヒーローであると言っても過言ではなく、「ここぞ!」という大事な場面で力を発揮し、勝利につなげることができました。

計り知れない感動と素晴らしい思い出をくれた8名の仲間と、お骨折りをいただきました関係者の皆様に心から厚くお礼申し上げます。

逆ピラミッド型の高齢化社会がまだまだ続き ますので、活力ある長寿社会の実現に向けて、 大変に意義深い「ねんりんピック」が継続され ることを心からお祈り申し上げます。



積年の夢である「優勝」を果たし、チームで記念撮影。(後列右端)