

ねんりんピックで輝く シニアの星

参加選手
体験談集



 第29回全国健康福祉祭ながさき大会

ねんりんピック長崎2016



長崎で ひらけ長寿の 夢・みらい

平成28年10月15日(土)～18日(火)

はじめに

ねんりんピック長崎 2016 参加選手体験談集の刊行にあたって

第 29 回全国健康福祉祭ながさき大会（ねんりんピック長崎 2016）は、多くの関係団体や開催地のボランティアの方々のご支援・ご協力を賜り、10 月 15 日から 18 日までの 4 日間「長崎で ひらけ長寿の 夢・みらい」をテーマに、観客を含む延べ 55 万 8 千人にご参加をいただき、盛大に開催されました。

大会では、過去最多となる 26 種目のスポーツ・文化の交流大会が離島地域を含む県内 12 市 3 町で行われました。全国各地からご参加いただいた約 1 万 600 人の選手が日ごろの成果を発揮するとともに、選手の方々・地元の方々との交流、健康・福祉・生きがいに関する多彩なイベント、異国情緒豊かな県内の魅力を十分に満喫されました。

この度、こうした大会の様子を実際に参加された選手の視線からお伝えし、ねんりんピックの魅力をより多くの人に知っていただくため、体験談集を作成することといたしました。

寄せられた体験談からは、選手たちが競技にかける情熱や大会・各競技・人との出会いの魅力、みずみずしい感性、健康で日々を精力的に生きておられる姿が伝わります。心身豊かに生きることを体現されている選手たちだからこそ、皆様の今後の生き方について考える機会となるのではないかと思います。多くの方に読んでいただき、ねんりんピックで輝くシニアの素晴らしさを知っていただきたいと思います。

なお、体験談の募集にあたっては、各都道府県・政令指定都市の選手派遣団体に多大なるご協力をいただきました。ここに記して御礼申し上げます。

終わりに、ねんりんピック長崎 2016 に参加された選手の方々には地元に戻られてからも尚一層ご活躍いただくことをご期待申し上げますとともに、開催に尽力された長崎県庁はじめ関係各位、心温まるおもてなしをしていただいた県民の皆様、協賛いただきました企業・団体に心から感謝申し上げ、刊行の言葉といたします。

2017 年 3 月

一般財団法人 長寿社会開発センター

理事長 河村 博江



CONTENTS

北海道・東北

宮城県

太田洋子さん	ターゲット・バードゴルフ	6
鈴木静江さん	水泳	7

秋田県

遠田和夫さん	サッカー	8
加藤喜美夫さん	ペタンク	9

福島県

大河原つや子さん	テニス	10
----------	-----	----

仙台市

松本鋭治さん	ダンススポーツ	11
--------	---------	----

関東・甲信越

茨城県

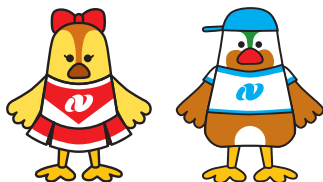
小池康隆さん	水泳	14
菅谷 隆さん	マラソン	15

栃木県

小林良司さん	剣道	16
松本たけ子さん	ゴルフ	17

群馬県

岩本敬一さん	弓道	18
丸山 徹さん	ラグビーフットボール	19
森田安二さん	将棋	20



東京都

小野 清さん	マラソン	21
竹松 健さん	剣道	22

神奈川県

石川ツルミさん	インディアカ	23
平出純子さん	卓球	24
森川信幸さん	剣道	25

山梨県

杉田 明さん	ウォークラリー	26
--------	---------	----

長野県

岡田明義さん	ダンススポーツ	27
--------	---------	----

さいたま市

大久保慶子さん	ウォークラリー	28
菊池利春さん	ソフトテニス	29
吉川洋一さん	ソフトテニス	30

横浜市

高橋英子さん	ターゲット・バードゴルフ	31
山岸慶治さん	ダンススポーツ	32

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

高橋研一さん	ウォークラリー	37
古田信一さん	弓道	38
榎野啓子さん	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

近畿



京都府

今西あい子さん ウォークラリー.....46

兵庫県

新村清子さん ペタンク.....47

武井 滋さん 将棋.....48

東野秀雄さん サッカー.....49

奈良県

尼崎勝己さん 卓球.....50

大阪市

南部七重さん ゲートボール.....51

堺市

坂口兼近さん 弓道.....52

中国・四国



島根県

岡本崇聖さん 健康マージャン.....54

奥井好子さん マラソン.....55

徳島県

志津君子さん ターゲット・バードゴルフ.....56

津田ハジメさん 卓球.....57

香川県

伊賀昭芳さん 剣道.....58

尾池定夫さん ソフトテニス.....59

高知県

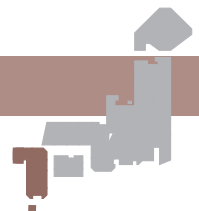
谷相幸徳さん 健康マージャン.....60

林田武久さん バウンドテニス.....61

広島市

川辺尚志さん 美術展.....62

九州



長崎県

小谷正貴さん 太極拳.....64

熊本県

市村秀之さん ソフトバレーボール.....65

森田精一さん 剣道.....66

宮崎県

大岩根博明さん 卓球.....67

日高正憲さん ダンススポーツ.....68

Information.....69



ねんりんピック長崎 2016

参加選手体験談集

ねんりんピックで輝くシニアの星

発行日 2017 年 3 月 31 日

発行所 一般財団法人 長寿社会開発センター

〒105-8446

東京都港区西新橋 3-3-1

西新橋 TS ビル 6 階

Tel. 03-5470-6753

<http://www.nenrin.or.jp/>

※無断転載・複製を禁じます。

北海道・東北



宮城県	太田 洋子さん		ターゲット・バードゴルフ	6
	鈴木 静江さん		水泳	7
秋田県	遠田 和夫さん		サッカー	8
	加藤喜美夫さん		ペタンク	9
福島県	大河原つや子さん		テニス	10
仙台市	松本 鋭治さん		ダンススポーツ	11



ターゲット・バードゴルフ 「宮城ツインバード」チーム

おおたようこ

太田 洋子 さん 63歳 ● 参加歴：2回目

健康づくり、生きがいづくりにつながる「ねんりんピック」

第27回とちぎ大会に続き、夫婦で2度目の参加です。

10月14日、宮城県選手団148名は、宮城県ユニフォームに身を包み、仙台空港から長崎県へ、3チームに分かれて出発しました。その夜の懇親会、各チームの紹介があり、和気あいあいとした雰囲気でも盛り上がりしました。

いよいよ総合開会式、開催県の方々の努力には感謝の言葉ありません。選手団の誘導にも心配りが感じられ、感激しました。閉式後は各競技ごとの宿泊施設へ。私たちは、夜景が素晴らしい「長崎ホテル清風」へ移動しました。歓迎レセプションでは、ぶらぶら踊りや蛇踊りでもてなされ、各県選手同士、親睦を深められたのも良い思い出となりました。プレイはもちろんですが、全国の皆さんとの交流も、ねんりんピックの大きな魅力です。

そして翌日、快晴の下、小学生手書きの各県「のぼり」に応援されながら、競技が始まりました。開始早々ホールインワンのアナウンス。本番では、なかなか練習通りにはいかないもの

ですが、なんとか夫婦共々、優秀賞に入賞することができました。

私たち夫婦は、登米市のターゲット・バードゴルフ協会に所属し、気軽に楽しめるスポーツとしてプレイを始め、ほぼ10年になります。東京五輪のボート会場候補になり注目を集めた登米市長沼に、自助努力でコース整備をし、仲間とともに週3回、定期的に練習を続けています。グラウンド・ゴルフやパークゴルフと比べ愛好者の数は少ない現状ですが、さまざまな機会を通してターゲット・バードゴルフの面白さや楽しさを伝えるなど、普及にも努めています。こうした活動が生活に彩りとメリハリを生み、楽しいだけでなく、健康にもつながり、生きがいになっております。

日本が超高齢社会を迎えるにあたって、健康づくりや生きがいづくりに「ねんりんピック」の果たす役割がますます大きくなります。シニアの祭典としてよりいっそう認知され、国民的行事として発展することを切に願っております。



仙台空港からいざ長崎県へ！
夫婦で2度目の参加。(左)



閉会式会場にて、岩手県チームの方々と。(右から2人目)



水 泳

平泳ぎ 50m・25m

すずきしずえ

鈴木 静江 さん

71 歳

● 参加歴：3 回目

孫のひと言で出場を決めた大会。新たな仲間と共に新たな目標へ

東日本大震災の津波で山元町の家を流されてから5年。早いような長かったような日々でした。何もかもを失い途方に暮れていた時、流された家の土中から水泳用のゴーグルが泥だらけで見つかりとても嬉しかった。あの日、どんなことがあっても、泳ぐのを続けようと、少し元気が出たのが思い出されます。今は、富谷市に居を構え、週4日ほど泳いでいます。

ながさき大会出場の話をお願いした時、道のりは遠く、帰りは現地解散と聞いて、一度はお断りしました。しかし同時期に、孫が、静岡県浜松市で開催される新体操の全国大会に出場することになり、「パパも長崎で頑張ってきたら？」とひと声。そんな様子を見ていた主人が「長崎までマイカーでぶんた（愛犬）と迎えに行ってみよう」と、タイヤやオイルを交換し準備を始めました。

迎えた大会本番。各自が入場し、カメラに向かって手を振ると、それが会場内に大きく映し出され、否が応にも緊張します。参加種目は、



50メートル平泳ぎのレース直前。（奥／第7コース）

平泳ぎの50メートルと25メートルでしたが、初日は50メートルプールでの競技。普段25メートルプールで泳いでいるため、長さや深さに戸惑いました。さらに飛び込んだ瞬間、ゴーグルに水が入るハプニングが。何とか泳ぎきって、6位でしたが、大会の雰囲気や飲まれ飛び込み姿勢が悪くなったのだと反省し、改善を翌日の課題にしました。2日目は25メートルプール、飛び込みは成功し、もしかして、夢にまで見た3位入賞！と思った途端、焦って、スピードが鈍ってしまいました。0.56秒の間に3人という接戦で、結果は5位。初のメダルを逃しましたが、次回の目標ができました。

同じ選手団の仲間も皆頑張りましたが、誰もメダルには届かず、今度は10年後に、また同じメンバーで出場しようと誓い別れました。3回目のねんりんピック出場でしたが、新たな水泳仲間が増え、地元の大会で再会する楽しみも増えました。

帰りは、主人と共に、雲仙、島原、天草下島に渡り、震災の跡が残る熊本を通して高千穂峡、湯布院、別府温泉と九州を横断。3900キロメートルを無事走破し帰宅しました。



会場の入り口、選手団全員で奮闘を誓い合う。（左から3人目）



サッカー

「秋田シニアサッカークラブ」チーム

えん だ か ず お

遠田和夫さん 69歳 ●参加歴：10回目

継続は力なり——記念すべき連続 10 回目の参加大会

秋田空港から羽田空港で乗り継ぎ、長崎空港へ。稲佐山観光ホテルに着いたのは、20時近くで、大変疲れましたが、展望大浴場から見える長崎港の夜景がとてもきれいで、癒やされました。

翌日の、長崎県立総合運動公園陸上競技場での総開会式は、天気も良く、また私にとって記念すべき連続10回目の参加大会ということで、一人感激し、いつも以上に力の入った行進でした。

その後、種目別会場の島原市に移動し、開始式で歓迎を受けました。火砕流の大災害からもう25年たったのだなと思いながら雲仙普賢岳を眺めつつ、宿泊地、雲仙市の国民宿舎・青雲荘に向かいました。

競技は、島原市営平常町多目的広場で行われましたが、普賢岳が見える素晴らしい環境のグラウンドで、ここでサッカーができる喜びを感じました。いろいろなブースもありましたが、私は毎回、健康診断ブースで診断を受けています。今回は特に、ストレス診断でストレス0に

等しいという結果が出て、自分でもビックリしました。

試合はというと、1試合目愛知県選抜と戦い、残念ながら1:2で敗れてしまいました。愛知県選抜は、元日本リーグのトヨタ自工OBとのこと、善戦したと思うしかありませんでした。2試合目は、佐賀県シニア選抜との対戦。1試合目のうっぶん晴らしのような6:0の快勝でした。翌日、3試合目は「相模原シニア60」との試合でしたが、決定的なチャンスが幾度もありながら得点できずに0:0の引き分けで終わりました。

私ども「秋田シニアサッカークラブ」は、4連続金メダル獲得中でしたので、目標の5連続を逃し、とても悔しかったのですが、銀メダルの表彰を受け、みんなが笑顔で終わりました。

試合終了後は、普賢岳災害記念館を見学、火砕流・土石流を疑似体験し、災害の恐ろしさを感じました。また、雲仙地獄巡りをし、観光資源の豊富さに、さすが長崎と感心しました。夜

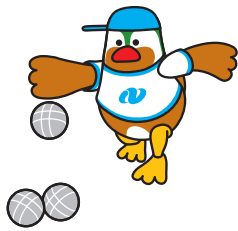
はゆっくり温泉を楽しみ、青雲荘の豪華な食事を取りながら、他県の選手と酒を酌み交わし、大変楽しいひと時でした。

最終日は、毎年楽しみにしている観光です。観光バスを利用して、長崎原爆資料館、大浦天主堂、グラバー園など見学し、昼食には長崎チャンポンを食べ、買い物を楽しんだ後、佐賀空港より秋田空港へ、無事到着しました。

次は、地元秋田での開催です。仲間と今まで以上に努力して、ピッチに立ちたいと思います。



夕食会場では、他県の多数のチームと親睦を深めた。(左から3人目)



ペタンク

「秋田杉」チーム

かとう き み お

加藤喜美夫さん 73歳 ●参加歴：1回目

念願叶って、感動・感激の長崎——目標を上回る成績に大満足

私たちの挑戦が始まったのは、昨年4月のこと。秋田県代表選考大会に「ながさき大会を目指す」という目標を掲げ、参加しました。

県代表選考会は、予選リーグ戦では得失点差で辛うじて決勝トーナメントへ。決勝戦では中盤まで大量にリードされ、後がない状況から6点が入ったラッキーメースがあり、逆転勝利しました。

実力はさておいて、運が加勢し優勝することができ、念願の秋田県代表が実現となりました。

ながさき大会では、長崎空港、総合開会式、競技開催地・南島原市での開始式など、行く先々で大歓迎を受け、感動・感謝・感激でいっぱいでした。

大会1日目の予選リーグ戦は、3戦3勝と1位で決勝トーナメントへ進出。これには私たちもびっくり、でき過ぎです。特に「ねんりんピック栃木2014」の優勝経験がある京都市代表チームとの対戦では、途中経過0対8となり私たちは敗色寸前の状況でしたが、「まず1点を！」と立ち向かったところ、それから何と11点を連取し大逆転で勝利しました。これは大金星であり、「神ってる」としか言いようのない試合でした。



京都市代表チームとの対戦で大金星をあげ、大満足。(右端)

大会2日目の決勝トーナメント戦は、1勝1敗で、2回戦敗退。結果は通算成績4勝1敗・出場68チーム中のベスト16に入り、優秀賞を受賞することができました。私たちにとってこれは想定外で、当初の目標をはるかに上回る成績です。持てる力も十分に発揮でき、達成感と満足感でいっぱいになりました。

その後、宿泊先の長崎市に移動し、夜は稲佐山公園・山頂展望台へ夜景見学に行きました。絶好の夜景鑑賞日に恵まれ、晴れた夜空には「まん丸お月さん」。山頂から眼下に広がる夜景のパノラマは、「世界新三大夜景」「1千万ドルの夜景」にふさわしく、その美しさにただただ感嘆し、今までの疲れも吹き飛んでしまいました。この年齢となり、思いもよらぬ貴重な体験をさせていただき、良い刺激となりました。

ペタンク競技は、私の生涯スポーツとして、また心身の健康維持のため今後も継続していく所存です。大会関係者及びボランティアの皆様の歓待とお心配りに感謝し、お礼申し上げます。また、いろいろとご尽力くださいました秋田県関係者の皆様に心よりお礼申し上げます。



開会式を終え、チームメンバーと共に。(左から2人目)



テニス

「県南マスタース」チーム
(監督兼選手)

おおかわら

こ

大河原つや子さん 62歳 ●参加歴：1回目

監督兼選手として初参加。思い出を今後の励みに

10月15日から18日まで、監督兼選手として大会に参加させていただきました。全国健康福祉祭へは、福島県から県北・県南・相双・会津の4地区の選手が持ち回りで参加することになっており、今回の大会は県南地区のメンバーが選出されました。チームは、日ごろから健康増進を図りながらスキルの向上を目指し、地域の方々の中心となって楽しく活動をしている方々で編成されています。監督としてそんなチームを率いることへの不安を抱きながらの参加ではありましたが、運営サイドのご尽力、メンバーの協力により無事大会を終え、帰てくることができました。

大会初日の総合開会式では、諫早市で参加者が一堂に会し、長崎県からのいろいろな催しが式典に色を添え、盛大で思い出に残る素晴らしいものとなりました。

テニスの競技開催地は佐世保市のため、会場を移動し、開始式に参加しました。歓迎のセレモニーとして地元のジュニアオーケストラによる『九十九島』の演奏があり、九十九島の風景を目の当たりにするような調べに感銘を受けたことを昨日の出来事のように覚えております。

翌日からは、佐世保市総合グラウンド庭球場において交流試合が始まり、この日は予選リーグが行われました。福島県はFグループに属し、石川県、熊本県、東京都Bと対戦しました。成

績は、メンバーの頑張りがあり、1位で決勝トーナメントに駒を進めることができ、1日を終えました。

次の日の決勝トーナメントでは、惜しくも1回戦で負けてしまい、次に進むことが叶いませんでしたが、第1位グループの優秀賞をいただくことができました。

最終日は、早めに試合が終わったこともあり、少し足を伸ばしてハウステンボスを観光しました。

大会期間中は本当に楽しく、他県の人々とも交流ができて良い思い出となりました。これからも日々健康と生きがいを持ってテニスを続けていきたいと思っております。

最後に、この大会を準備、運営された長崎県の関係者各位にお礼を申し上げます。本当にお疲れ様でした。



総合開会式での入場行進を前に、団旗と共に。(右端)



競技会場にて。チームメンバーの頑張りのもあり、予選リーグ1位の好成績を残した。(中央)



ダンススポーツ

まつもと えいじ

松本 鋭治 さん 65歳 ● 参加歴：1 回目

多くの人に助けられ、支えられたながさき大会

私はダンススポーツに仙台市の代表として選出されました。2012年の宮城・仙台大会を観戦して以来、ねんりんピック出場を目指してきただけに、嬉しいいっぱいでした。

総合開会式が開催された諫早市の当日は朝から快晴、気温はピーク時30℃近くになり東北とは違った暑さでした。入場行進する前、サブトラックでの早くからの整列と移動の疲れも加わり座りこんでいたところへ、諫早市の小学生10人がねぎらいの挨拶に来てくれました。高齢の私たちにとって疲れも一気に吹き飛ばすような心むひと時でもありました。このような企画をしてくださった皆さん、学校関係者や親御さんに感謝します。

佐世保市内で開催されたダンススポーツ交流大会では緊張しつつも楽しく踊りましたが、成績は個人戦4種目全て2次予選敗退でした。仙台から応援に駆け付けた妻や義兄夫婦の前で張り切り過ぎたのかもしれませんが、しかし全国のレベルが把握できた有意義な大会でした。

実は、大会終盤の団体戦一次予選中に私のパートナーが足を捻って怪我をし、途中欠場しました。翌日に仙台まで帰れるかどうか不安でしたが、着替え室のブースに開設していた「みやざき整骨院」のボランティアの先生に助けいただきました。約1時間、マッサージや整体など、親身になって応急処置をしていただき、支えられて歩けるまでになりま

した。翌日、パートナーは同行者に支えられながら帰仙することができました。2週間後には軽く踊れるまでに回復し、これもひとえに整骨院の先生のおかげと思っています。

東日本大震災以来、長崎県の皆様には多くのご支援をいただいております。特に毎年夏に開催されていた、歌手さだまさしさんの「長崎から東北へ」のライブでは、会場の皆様から送られる熱い声援が、私はじめ多くの被災者の心を動かしているものと思います。そして、この度の素晴らしい「ねんりんピック長崎2016」を開催していただいた関係者の皆さんのご尽力に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。



仙台市代表メンバーと共に。念願の出場を果たし感動。
(後列右から2人目)

関東・甲信越

茨城県	小池康隆さん		水泳	14
	菅谷 隆さん		マラソン	15
栃木県	小林良司さん		剣道	16
	松本たけ子さん		ゴルフ	17
群馬県	岩本敬一さん		弓道	18
	丸山 徹さん		ラグビーフットボール	19
	森田安二さん		将棋	20
東京都	小野 清さん		マラソン	21
	竹松 健さん		剣道	22
神奈川県	石川ツルミさん		インディアカ	23
	平出純子さん		卓球	24
	森川信幸さん		剣道	25
山梨県	杉田 明さん		ウォークラリー	26
長野県	岡田明義さん		ダンススポーツ	27
さいたま市	大久保慶子さん		ウォークラリー	28
	菊池利春さん		ソフトテニス	29
	吉川洋一さん		ソフトテニス	30
横浜市	高橋英子さん		ターゲット・バードゴルフ	31
	山岸慶治さん		ダンススポーツ	32



水 泳

バタフライ 25m・50m
(監督兼選手)

こ い け や す た か

小池 康隆 さん 73 歳 ● 参加歴：2 回目

特別な思いを抱いて参加したふるさとながさき大会

ながさき大会の総合開会式は素晴らしかったです。施設も立派でしたが、観光立県らしく「もてなしの心」をよく心得ていると感じ、長崎出身者として誇らしく、心が高鳴って止みませんでした。

翌日長崎市民総合プールにおいて水泳競技が始まりました。茨城県代表の大貫選手が 50 m 背泳ぎでいきなり金メダル。この快挙に選手団は勢いづき、平泳ぎで中村選手と松井選手が銅メダル。私も 50 m バタフライで金メダルに輝くことができました。この勢いは翌日も止まらず、大貫選手が 25 m 背泳ぎでも金、25 m 平泳ぎで松井選手が、25 m 背泳ぎで山口選手が、銀。私も 25 m バタフライで金と、茨城県勢は大活躍でした。

県代表 8 名は、初顔合わせのメンバーがほとんどで、監督としてチームワークを心配しておりましたが、この活躍で一気に盛り上がり、歓喜の友情が芽生え、腹心の友を得たようでした。

さらに滞在中、夕食や観光を通じて、メンバーとのふれあいを楽しみました。さらに他県選手、役員、旧友とも互いの健闘の中に友情を深め合うことができました。これがねりんピックの目的であると確信した次第です。

私事ですが、ながさき大会には特別な思いを持って参加しました。1943 年 9 月に長崎市で生を受け 2 歳直前に原爆が投下され、被爆者になりました。幸運にも山の稜線

の陰で直撃を免れましたが、食糧難などで栄養失調になり成長が著しく劣っていました。がれきの残る遊び場で貧弱だった子どもが、50 余年の時を経て水泳で活躍する雄姿を、ふるさと長崎市民に見てほしい、と出場を決めたのです。

茨城県民になりもう 45 年です。第 2 の故郷といえる地元茨城の 2007 年大会では、50 m バタフライで、僅差で長崎県代表に負けて 2 位になり、非常に悔しい思いをしました。しかし、それよりも、ふるさと長崎市、それも原爆記念公園隣の長崎市民総合プールで、長崎市民の声援を受けて、長崎市と茨城県の名誉のために優勝を決めたい！というのが本音でした。今、県代表の大活躍とともに多くの友情につながり茨城県代表監督兼選手としてほっとしています。

ながさき大会の関係者、応援団、ボランティア、マスゲームの小中学校の皆さん、感動をありがとうございました。



大活躍をみせた茨城県選手 8 名。歓喜により大きな友情が芽生えた。(後列右端)



マラソン

3km

すがや
菅谷

たかし

隆さん 72歳

● 参加歴：1回目

初出場で叶った優勝に感無量、全力で走れる身体に感謝

退職後の65歳の年、病で入院して体重が減少。体力の衰えに不安を感じ、退院後は健康のために歩くことを始めました。そのうちに、歩くだけでは物足りなくなり、市内の公園内の芝生のグラウンドを走るようになりました。青空の下、緑色の芝生の上を走るのは爽快で気持ちが良く、毎日続ける力になっています。そして、走ることに自信が持てるようになり、数年前から県内で開催されるマラソン大会に参加しています。

昨年出場した茨城マスタース陸上競技選手権大会で、ねんりんピックの参加募集があり、応募した結果、協会からマラソン3kmの代表として推薦をいただき、出場が叶いました。

今回のながさき大会は、10月15日から18日の会期で、長崎入りした14日は、夕食時の決起会で、各競技の選手と交流、そして同じマラソン代表となった坂本さん、須藤さんとお互いの健闘を誓い合いました。

15日、総合開会式の選手団入場で、「茨城県選手団」と紹介のコールがあり、帽子を振って声援に応えた際には、これまでにない高揚感が湧き、走る意欲が高まりました。

16日、マラソン大会本番です。前夜に雨が降り心配しましたが、くもりでほっとしました。会場は諫早市の長崎総合運動公園ジョギングコースで、競技場外周の第1ゲートをスタートし、芝生広場やプール等の

外周を通り、場内のトラックに入ってゴールします。3kmの競走は、水戸市内の千波湖で何回も走っており、タイムは12分前後になると予想。普段の走りをすれば結果は出ると思い、スタート地点につきました。

10時30分にスタート。リラックスして走ることが心掛けて、先頭集団から離れないように走りました。スタジアム内に入ると、急に身体が重くなり、ラストトラック1周、ゴールが遠くに感じましたが、全力を振り絞ってゴール。喘ぎながら完走証を受け取り、1位であることを確認すると同時に、満足感と開放感を味わい、疲れが吹き飛びました。

72歳で初めて出場した大会で、優勝できたことは、本当に幸運であり、一生の思い出になりました。走り始めて8年になりますが、「継続は力なり」を実感しました。また、大会で80歳以上の方が出場し、力強く走っている姿に強い感銘を受けました。全力で走れる身体に感謝して、今後も走り続けていきたいと思います。

最後に長崎県の方々と茨城県の役員の方々に感謝と御礼を申し上げます。



緊張しないようリラックスを心がけ、スタート位置で号砲を待つ。(中央付近 325番)



全力を振り絞りゴールした感動の一瞬。(中央)



剣道

こばやしりょうじ

小林良司さん 65歳 ●参加歴：2回目

五島市の皆さんの「おもてなしの心」に触れた大会

「ねんりんピック長崎2016」の剣道交流大会は五島市で行われた。前回大会（山口県）は、県選抜予選の決勝で敗れ、出場が叶わなかっただけに、今回出場できたことには、大きな喜びを感じた。また、行ったことがない五島列島に行けることも嬉しかった。

大会は10月16日（日）と17日（月）の2日間だったが、15日（土）に監督会議や合同開始式があるということで、出発は14日（金）だった。羽田発11時15分の便で長崎空港へ。長崎空港からさらに飛行機を乗り継ぎ、福江空港に到着したのは午後3時を過ぎていた。宿舎になっていた「五島コンカナ王国」に到着した時には、外国にきたかのような思いがした。

試合は、予選リーグ1勝1敗で決勝トーナメントに進むことができず、残念な気持ちもあったが、正々堂々と勝負をし、5人がそれぞれ力を発揮できたことに、充足感が味わえた素晴らしい大会だった。

五島市立福江小学校の2人の児童の歓迎メッ

セージには心温まる思いがした。出場選手は皆同じだっただろう。「キバレ！」と励まされれば頑張るもする。海と鬼岳がおすすめと言われれば行ってみたくもなる。福江武道館での稽古後、監督会議までのわずかな時間ではあったが、レンタカーを借りて島内観光をした。「お土産はかんころ餅」とやはり2人の児童に勧められていたので、もちろんたくさん買ったのだった。

長崎県や五島市剣道連盟の皆様、役員の皆様に温かい歓迎を受けただけでなく、観光や市街地散策では、地元の方々に挨拶してもらったり、道案内をしてもらったりして、迎える側になったらずひこうしたいという目標になった。剣道交流とともに、おもてなしの心にも触れた「ねんりんピック長崎2016」は、いつまでも選手的心里に残ることだろう。

また、4泊5日の行程で臨んだ今回の大会参加を、綿密な準備で支えてくれた栃木県の役員の皆様のお心遣いも決して忘れることはできないだろう。



福江空港に向かう飛行機の前で。空から眺める五島列島の景観に心躍る。（中央）



惜しくも決勝トーナメント出場を逃したが、全員が全力を発揮できた。（右から2人目）



ゴルフ

まつもと こ
松本たけ子さん 60歳 ●参加歴：1回目

絶好のロケーションでのプレイに、夫婦で大満足

「ねんりんピック長崎2016」への参加は、私にとって思ってもみなかった幸運でした。ゴルフの会場になる「パサージュ琴海」は、前年日本女子オープンゴルフが開催された名ゴルフ場で、大村湾に面するロケーションに、海越えのホールが4カ所もある難易度の高いコースです。ゴルフ好きの主人も同行することになり、大会に備えて体調を崩さないようにしながらの練習した日々は、張りのあるものでした。

1日目の夜は、長崎市内のホテルで全員の食事会がありました。名物料理を楽しみながら、同席の方々のお話を聞くなど和やかなひと時でした。

総合開会式は晴天に恵まれ、私も栃木県選手団の一人として、可愛らしい苺の紙風船を手にスタジアムを行進しました。ご臨席の皇族からのお言葉の後、音楽隊の演奏など盛りだくさんの歓迎イベントが催されました。出演者は小学生から社会人と幅広く、中でも車いすの子どもたちがダンスに参加している姿には感動しました。

翌日から私たちゴルフの選手が宿泊したホテルは、コースに併設されているので、移動や練習にも便利で快適でした。3日目の練習ラウンドは、選手の相田さん、鈴木さんと主人との4人でのプレイです。主人は、これを楽しみに来たので大満足でした。

競技会当日、私は7時の1番スタートでした。5時半に朝食をすませ3人で練習場に行き、夜明けと同時にボールを打ち始めました。早朝からの練習は、学生時代の合宿のようで新鮮な気分でした。競技は青森、山形、宮城の男性3人と同組でした。ゴルフ好きが集まっているので、他県のゴルフ事情などさまざまな情報交換ができ、話は尽きませんでした。私は、練習ラウンドの成果が出たのか、海越えのホールも無事クリアできて思い出に残るラウンドでした。

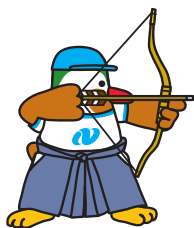
長崎県の方々のおもてなし、また選手団派遣に関わる事務局の方々のご配慮に夫婦共々感謝しております。



練習ラウンドには夫婦で参加。これを楽しみに同行を決めた夫も大満足だった。(右端)



無事交流試合を終えて。海越えのホールもクリアし、思い出深い大会になった。(中央)



弓 道

いわもとけいいち

岩本敬一さん 75歳 ●参加歴：2回目

ねんりんを重ねる楽しさ—夫婦揃っての出場を金婚記念・金婚旅行に

諫早湾に、まっすぐ伸びる干拓堤防道路を行く群馬選手団バスの前方、雲仙の山々が出迎えてくれました。翌日の開会式を皮切りに、その山の麓、島原市で弓道大会が開催されます。

群馬県で開催した2004年大会では役員として全国の選手の皆さんをお迎えし、翌年のふくおか大会には選手として参加することができました。以来、11年ぶり2回目の参加となります。今回は前回同様、夫婦での出場ですが、私たちにとっては特別な大会となりました。

というのは、参加のお誘いをいただいた時、これを金婚記念、金婚旅行にしようとのアイデアが頭に浮かびました。金婚など過去一度も思ったこともないのに。考えてみれば、半世紀の間大過なく過ごすことができたのも、弓道という同じ趣味に打ち込んできた結果でしょう。ご指導いただいた先生方には深い感謝です。華やかな開会式も、歓声も、私たちへのお祝い……ではないですね。ねんりんピックは、全て

の高齢者への讃歌です。

群馬県弓道連盟会員の51%は60歳以上です。60歳以上のシニアだけで行われる年5回の大会は一般の月例会とほぼ同等の参加者数を誇るだけでなく、的中数も目を見張るものがあります。

古尾谷さん夫妻、監督兼任の近藤さん、岩本夫婦、交歓試合出場の前田美さんの6人の選手が決定した後、出発までに5回の合同練習を重ねて、そこそこの成果を挙げられるのではないかと考えていましたが、本番は魔物、惨敗でありました。弓道は特に精神状態が結果に関わるもの。金婚の2文字に浮かれる私への戒めであったかもしれません。しかし、地元の方たちの温かいおもてなしを受け、湯量豊富な温泉に浸り、美味しい山海の料理と焼酎をいただきながら仲間と語り、試合の相手と一期一会の語らいをすれば、試合の傷は癒やされ、ねんりんを重ねる楽しさを覚え、まだまだ輝けるシニアとして、ファイトが湧いてくるのでした。

大会終了後、レンタカーで雲仙、長崎市、佐賀を回った3日間も、「ねんりんピック長崎2016」と共に金婚の素敵な記念でありました。



「群馬県チーム」全員、笑顔で開会式に臨む。(左端)



結果は予選敗退だったが、夫婦で同じ趣味に打ち込み、健康である喜びを感じた。(右端)



ラグビーフットボール

「群馬惑惑倶楽部」チーム

まるやま とおる
丸山 徹さん 63歳 ●参加歴：3回目

いくつになってもプレイできる喜び。「できれば芝生の上で死にたい」

開会式が行われた「諫早トランスコスモススタジアム」は大会参加者約10,650人全員をグラウンドに整列させられるほど巨大な競技場だった。これならワールドカップを招致できるのではないかなと思いながら入場した。入場行進の際の吹奏楽団の演奏では、『長崎は今日も雨だった』など長崎県に関係のある曲が多かった。そんな中、大ファンであるさだまさしの『がんばらんば』も演奏された。この曲は体操にもなっていて、長崎県民は皆学校で踊ったらしい。式後の交流会場で実演指導され、私も明日のためのストレッチ代わりに踊ってみた。

初戦は地元長崎Aとの対戦で、前半圧倒されて3トライされてしまった。後半ようやく2トライして追いついたが、結局10:22で敗れてしまった。慣れないマウスピースとヘッドキャップをしておけるプレイは辛く、また、5年前にアキレス腱を切った人工芝で、不安に感じたが、なんとか頑張った。

夜の懇親会、参加26チーム中18が集まり盛り上がった。こんな年になっても、体中に湿布を貼ってでもラグビーをしたい“バカ者たち”の集まり。勝ち負けは関係なく、まだプレイできることが嬉しくてたまらないのだ。「できれば芝生の上で死にたい」と豪語している人も私を含めて多数いた。

翌日の2戦目は、36:10で神戸市に大勝することがで

きた。私もトライやタックルを決め大満足だった。最後の晩の酒宴でも話したが、最年長の75歳でありながらフル出場し、スクラムハーフとして必ずポイントからポイントまで走り、正確なパスを出すチームの副会長には感謝を述べたい。私のモットーとしている「あせらず、あわてず、あきらめず」を見事に実践されている方なので、今後もお手本にしたいと思っている。

帰りの車内で埼玉から卓球に参加した女性と隣り合わせになり、競技こそ違いうけれどこんな年までプレイできる喜びの話で盛り上がった。ラグビーは2015年ワールドカップでの日本代表の奮闘や五郎丸ブームで人気が再燃している。一方卓球は福原愛ちゃん人気に加え、男子でも水谷隼選手がメダルを獲得したことで、競技イメージがアップしているようだ。この上昇気流の中、私たち高齢者が頑張っている姿を見せることで、生涯スポーツとしてより定着させていきたいと思う。



大村市での3競技合同開会式で、元ラグビー選手の大村市長（前列中央）と共に。（後列左端）



将 棋

「桐生・みどり」チーム
(監督兼選手)

もりた やすじ

森田 安二さん 76歳 ● 参加歴：4回目

成績は振るわなかったものの、幸せな思い出に

私は小さな町工場を経営しており、76歳になった今もたくさんの仕事の依頼があり忙しく働いております。一方、長年にわたり趣味として将棋をこよなく愛好し、土曜日午後には2時間ほど近隣の小学生を集めた将棋教室を開き、仲間と共に指導を行っております。そんな経緯もあり、将棋連盟群馬県連合会の推薦を受け、今回4回目となりますが、「ねんりんピック長崎2016」に参加することになりました。

群馬、石川、栃木と、今までに参加してきた大会と比べ遠方であり、群馬県選手団はだいぶ少なかったのですが、それでも100名以上が参加しました。全国の選手団を合計すると1万人強。各県・各選手団・各部門それぞれ、移動や食事を行うので大変です。いしかわ大会の時にはバイキング形式の店に行列縦隊150名。最後の方の人は30分以上待たされ、すきっ腹に堪える……といったこともありました。今回もやはり、

宿泊施設の手配に苦労されたようです。将棋部門の宿となったところは割烹旅館でしたが、5名定員の和室に襖一つの仕切りを設け2人が入るという部屋割りでした。しかし食事に関してはさすが割烹旅館。最高でした。同室になった広島県代表選手とも自然と交流ができたので、参加の目的のうち、まず一つを達成できたと思います。

そして、もう一つの参加の目的である交流大会ですが、1日目は、3人1組の団体戦が行われました。4チームのリーグ戦で、1位のチームだけが次の日行われる決勝トーナメントに進みます。我がチームは初参加の2人が1回戦・2回戦共に勝ちましたが、私が不調で3連敗してしまい、決勝に進めませんでした。2日目は個人戦をトーナメント形式で行います。2人は2連勝ずつしてまずまずでしたが、ここでもやはり大将の私がだめでした。

午後の時間は余裕があったので、観光地長崎を満喫することに。眼鏡橋、平和記念公園、夜景見物と、いずれも路線バスに乗って、地元の方に尋ねながら向かいました。道を尋ねたら、わざわざスマホで調べながら一緒に歩いてくださるなど、地元の方々の優しさにも触れ、長崎でのとても幸せな思い出ができました。



団体戦を共に戦ったチームメンバー。初参加の2人を大将として率いた。(中央)



個人戦でも初戦敗退と悔しい思いをした。(中央)



マラソン

10km

おのぎよし
小野 清さん

74歳

● 参加歴：1回目

成績には悔いが残るも、人生の良い思い出に

10月15日（土）に開催されました「ねんりんピック長崎 2016」のマラソン交流大会に参加しました。ねんりんピックに参加するのは初めてです。

共にマラソン交流大会に参加した「東京都 A・B」チームの選手の皆さんが、全員表彰台に上る中、私の成績は今一つでした。70歳以上男性の10km コースに出場しましたが、タイムが51分19秒。16位。自己採点するならば、80点です。前のレース（5km）で、グラウンドに帰ってきてから倒れる人が何人かいて、それを見ていた私は弱気になってしまいました。少し考えすぎでしょうか。

練習の成果を出し切ることができなかったことから、帰宅直後は残念な気持ちでしたが、何日か過ぎて、ようやく行って良かったと思えるようになりました。

マラソン競技は、諫早市にある、長崎県立総

合運動公園陸上競技場で開催されました。

諫早市は、長崎県のほぼ中央に位置する長崎県第3の都市で、自然の恵み豊かなところですが、日本体操界初のプロ転向で話題になった、体操の内村航平選手の出身地だそうです。会場でボランティアの子どもたちと話をすると、とても嬉しそうに教えてくれました。「内村航平選手のお父さんに体操を教えてもらった」と自慢げに話していた子どももいて、ふるさとの誇りなのだな、と感じました。

今回の大会参加のためにご尽力くださった、東京都体育協会、東京陸上競技協会の皆さん、また私たち選手団の旅行手配をしてくださった JTBの皆さん、大変お世話になりました。

そして、共に走った「東京都 A・B」マラソンチームの皆さん、楽しいひと時をありがとうございました。人生の良い思い出となりました。またお会いできる日を楽しみにしています。



公園内、きれいに整備されたコース。



ゴールシーン。目標タイムに及ばず、思わず苦笑い。



剣道

「東京都 B」チーム
(監督兼選手)

たけまつ けん
竹松 健さん 87歳 ●参加歴：5回目

5回目の参加で高齢者賞を受賞。生涯現役を貫きたい

私は、今回の「ねんりんピック長崎2016」がねんりんピック5回目の参加です。

過去4回、各県で開催された大会に参加してきましたが、今回の「ねんりんピック長崎2016」ほど、開催地の皆さんの心温かな歓迎ぶりに驚かされたことはありません。本当に感動しました。

会場運営・組織運営の皆さん、各部門の係員の皆さん、医師の方々をはじめ、空港やホテル、病院や交通機関の皆さん、そして町の方々。どこに行っても、皆さんが全国各県からの代表選手団を「おもてなしの心」で温かく迎えてくださり、どんな場面でも徹底して歓迎してくださいました。その美挙に心から感謝申し上げます。

今回唯一残念だったことが、剣道関係者が、大会会場の都合で、10月15日に開催された総合開会式に参加できなかったことです。これまでの参加経験を振り返ってみても、総合開会式

への参加は、参加者の心に、そして、それぞれの人生に、深く刻まれる経験です。思い出に残る総合開会式ですので、次回からは何とか参加が叶うように調整していただきたいと願っています。

交流大会での成績は、団体戦で優秀賞を、個人では14位でしたが、高齢者賞をいただきました。

年齢と共に肉体は衰えますが、高齢になっても、若さに代わる何かがあると信じて、稽古に励む日々です。もちろん、生涯現役を貫くつもりです。一日一日、剣の理合と気力を磨き、シニア世代を楽しく駆け抜けたと思います。

終わりに、東京都体育協会はじめ、東京都の関係者の皆様に御礼を申し上げたいと思います。本年度の大会に参加させていただき、心から感謝申し上げます。ありがとうございました。



5回目の出場となる今回は、大将（監督兼選手）としてチームを率いた。（中央）



インディアカ

「カナディー」チーム

いしかわ

石川 ツルミ さん 64 歳 ● 参加歴：1 回目

より多くのインディアカ仲間に参加してほしい

神奈川県スパーシニア大会の成績により、協会からの推薦を受けて、参加が決まりました。複数のチームから選ばれた男子3名、女子4名の混合チームで、チーム名は、神奈川県インディアカ協会のマスコットキャラクターから「カナディー」です。

大会前日の10月14日は羽田から福岡へ飛び、宿に移動しました。到着後は、チームで団結し、夜の懇親会に向けた出し物の練習。その甲斐あって、披露した出し物は大きく盛り上がり、楽しい夜になりました。

翌日の朝、諫早市に向かい、総合開会式に臨みました。47都道府県と20政令都市の選手団、1万600人の入場行進を経験。マーチングバンド、ダンスパフォーマンス、郷土芸能、吹奏楽隊、合唱隊などのステージにも感動しました。午後は、競技が開催される波佐見総合文化会館に移動し、開始式に参加。ここでも無形民俗文化財皿山人形浄瑠璃、波佐見児童合唱団のステージに感激しました。

10月16日、競技初日。波佐見体育センターで入場行進ののち、いよいよ競技開始です。女子10チーム、混合14チームの戦いでしたが、混合は2つのブロックに分かれ予選があり、栃木県、徳島県、長崎県と対戦しました。結果はブロック別の3位通過でした。

10月17日、決勝戦は、1・2位グループ、3・4位グループ、5位グループ以下に分かれ戦い、我がカナディーチームは14チーム中8位になりました。

閉会式ではチームのプラカードを持って体育館を一周。波佐見のスタッフの方たちと感動のハイタッチでお別れをしました。期間中、波佐見のスタッフの方たちにはとてもお世話になりました。体育館には、だご汁、くじら汁、スポーツドリンク、お茶などの無料の飲み物コーナーや休憩所が設置され、マッサージ学校の先生、生徒さんがケアにあたってくれました。そのおかげで試合もとても頑張れ、感謝しています。他のチームの方たちとも仲良くなれ、充実した大会でした。

これまでに開催された29回のねんりんピックで、インディアカは4回しか開催されていません。数々の感動を生み、友好の輪を広げるこの大会に、より多くのインディアカ仲間が参加できるよう、開催頻度が増えることを希望します。



チームの他の女子3人は、とちぎ大会に参加経験があり、初出場の緊張をほぐしてくれた。(前列左端)



懇親会の出し物にも、チームの団結力を発揮。大いに盛り上がった。(前列右から3人目)



卓 球

「神奈川ゆり」チーム

ひらいでじゅんこ

平出純子さん 65歳 ●参加歴：3回目

一致団結して声援を送り合う、団体戦ならではの面白さ

ねんりんピックへの参加は、今回で3度目になりますが、今回のながさき大会も期待を裏切らず、心に残る大会となりました。私にとってねんりんピックは特別な大会です。それは、私が参加する大会の中で、このように大きな大会は他にはなく、この大会を通じて、競技のみならず、いろいろな出会いがあるからです。

例えば、開会式を彩るさまざまな年齢の方々によるアトラクションです。郷土の伝統芸能を盛り込んだ壮大なパフォーマンスは、本当に圧倒されるばかりです。また、大会中にいただく、開催県各地の味を詰め込んだお弁当は、私の大のお気に入りです。地元の味を堪能することができます。その他、大勢のボランティアの方々を含め、県を挙げてのおもてなしには、いつも感謝の気持ちでいっぱいになります。

数年前、体力維持のため、と若い頃やっていた卓球を再開しました。クラブに所属し、練習をするうちに、試合に出るようになり、それが小さな目標になりました。

試合に出ると、自分の技術はまだまだと感じますし、次はもう少し何とかしたいと考え、練習にも集中して参加できるようになります。そして、この年齢でも練習すれば技術が向上するということがわかると、それまで以上に卓球が面白くなります。

ねんりんピックも目標の1つです。試合は団体戦（男子シングルス2、女子シングルス2、混合ダブルス1）で、普段の試合よりプレッシャーがかかりますが、監督を中心に一致団結し、大きな声でチームメイトに声援を送ったり、その声援を受けて自分が戦ったりという醍醐味を味わうことができます。卓球をしていなければ味わえない気持ちなので、大変だけど楽しいと感じています。

今回の私たちの成績は、3位グループでトップになり、トーナメント戦に出場することができましたが、優勝した北海道に2対3で惜敗し、ベスト8でした。結果は厳しいものになりましたが、次のねんりんピックにまた参加できるよう、今後も自分を高めていけたらと思っています。



福岡から長崎へ向かう途中。移動も、チームの団結力を深める貴重な時間。（左から2人目）



試合を終えた後は観光も満喫。メンバー全員で平和記念公園を訪れた。（左から4人目）



剣道

もりかわのぶゆき

森川 信幸さん 66歳 ● 参加歴：1回目

実力伯仲の予選ブロック。奇跡の勝利で1位突破！

五島市で開催された剣道大会に、副将として出場しました。

試合は、66チームが16ブロックに分かれて予選リーグ戦を行います。通常の総あたり方式とは異なり、各チーム2試合しか行いません。最も勝者数の多い1位が決勝トーナメントに出場できます。神奈川県は、ここ数年チームは負けないのに予選敗退という悔しい思いをしていました。昨年も対戦相手の2チームにそれぞれ3対1と勝ちながら2位でした。つまり対戦しなかった1チームも同じく2勝し、勝者数の差で敗れ予選を通過できないのです。

最初の試合は北海道で、結果は1勝1敗3分（勝ち本同数）の引き分けでした。「ああ、これで今年も予選突破は無理かな」と、監督も選手もかなり落ち込みました。ところが同じブロックの愛媛県対名古屋市の試合が2勝2敗1分で、勝ち本数1本の差で愛媛県が勝ちました。ということは、この後の愛媛県対北海道の試合

で北海道が勝てば、神奈川県にも1位の可能性が出てくることになります。私の気持ちを通じたのか、北海道は3勝1敗1分で勝ちました。

この結果、神奈川県が1位になるためには北海道を上回る4勝をすればいいわけです。俄然チームの士気が上がりました。そしてなんと、名古屋市に4勝1分で勝つことができ、悲願の予選1位を実現しました。引き分けから1位になれたのは、本当に奇跡に近いことだと思います。ましてやこのような全国大会で、5人が負けなしという試合はそうそうあることではありません。

ブロックで対戦した各チームの実力が伯仲し、思い出に残る素晴らしい試合が行えました。その日の夜は、対戦チームへの感謝をしつつ、皆で美酒を酌み交わし、明日の決勝トーナメントでの勝利を誓う宴となりました。

翌日の決勝トーナメント1回戦は静岡県に2勝1敗2分で勝ちましたが、次の準々決勝で茨城県に1勝2敗2分で敗れ、ベスト8という結果でこの大会を終えました。

こうして4泊5日の「ねんりんピック長崎2016」は終わりました。五島から長崎まではフェリーで3時間半。帰路の空は晴れ渡り、波穏やかで大変気持ちよい船旅でした。



決勝トーナメント終了後。ベスト8の快挙を果たし、皆笑顔。(左から3人目)



開会式を前に。諫早市で行われた総合開会式には参加が叶わなかった。(後列、左端)



ウォークラリー

「山梨楽遊」チーム

すぎた あきら
杉田 明さん 79歳 ●参加歴：4回目

競技に観光に、盛りだくさんの5日間。感謝・感謝

10月6日、山梨県選手団の結団式が緑が丘の体育館であり、やっと長崎に行けるんだと喜びの実感が湧いてきました。

そして迎えた10月14日の朝7時。山梨県選手団は、甲府駅北口をバス3台で羽田に向けて出発。18時30分頃、長崎の宿「長崎温泉やすらぎ伊王島」に到着すると、安堵し、ゆっくりと館内のいろいろな湯に浸かってから就寝しました。

15日は、早朝からバスで諫早市の県営総合運動場に向かい、全国の選手と共に開会式に臨みました。競技が行われるのは、日本遺産に認定された国境の島「壱岐」。移動のため、開会式終了後直ちに長崎空港に向かう必要があったのですが、バスが足りず急遽タクシーを捕まえることに。なんとか壱岐空港行きの飛行機に搭乗することができました。

壱岐市の宿に着いた時には、すでに暗く、周囲が何もわからない状況でした。朝起きて、すぐ下が海だったことに気付き、とても驚きました。いよいよこれから、この島で競技が始まります。

競技会場の壱岐市文化ホールには市営バスを使って7時30分に到着。競技が始まって1時間

30分が過ぎた頃、最後のチェックポイントである寺の観察が終わったのですが、そこから延びる裏山登山道は険しく、本当に堪えました。

いろいろありましたが、無事に競技が終わり、我がチームは「海都くんコース」で3位となりました。壱岐市の皆さん、大変お世話になりました。特に、石田中学校の生徒の皆さんには、全員に励ましのお手紙をいただき、知らない土地で大変勇気づけられました。また、ご当地産の「古代赤米」や「勾玉」のネックレスなど、お土産までいただき本当に感謝です。

帰りは、その日のうちに長崎に戻り、翌日は朝から長崎観光をして、夕刻高速バスで博多へ。博多で1泊し、午前中に市内観光をして18時30分の便で羽田へ。深夜12時頃、無事帰りました。

おかげさまで5日間の旅を毎日楽しく過ごすことができ、良い思い出ができました。

チームの皆さんはもとより、県社協はじめ関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。感謝・感謝です。ありがとうございました。



国重要文化財である人面石をモチーフにした壱岐市のゆるキャラ、「人面石くん」と一緒に。(右端)



競技会場に貼られた地元の子どもたちからの歓迎メッセージに、勇気づけられた。(中央)



ダンススポーツ

「ナイスシニア信州」チーム

おかだあきよし

岡田明義さん 64歳 ● 参加歴：1回目

思いがけぬプレゼント——おもてなしの心に感動そして感謝

諫早市は好天に恵まれ、信州から来た我々には真夏のように感じられた。総勢1万人を超える選手が一堂に会した総合開会式は、初参加の私たち夫婦にとって、とても感動的なものであった。家内は、行進の際のアナウンスを任されていたが、練習の成果を出し切り立派に役目を果たした。

ダンススポーツ競技会は佐世保市の体育館で開催された。始まる直前、スタッフが私を探しあて、こんなことを伝えに來た。「3月16日生まれの方にプレゼントがあります」。60年前、九十九島が西海国立公園に指定された記念日とのこと。奇遇で幸運な出来事に驚き、私たちは思わず顔を見合わせた。あとで、大きな熨斗に包まれた目録を見ると、煮干しいりこ、いりこだし、さらに鍋用のフグ、牡蠣が贈呈されると書かれていた。全て九十九島に因んだ佐世保の誇る絶品だ。それぞれの品を匂に合わせて3回に分けて送っていただいた。1月末、最後に牡蠣が届き、長崎の海の香りを味わいながら家族で一氣にたいらげた。私たちは、この日まで存分に、ねんりんピックを楽しむことができた気がする。

諫早市でも佐世保市でも、地元の中学生在が大活躍していた。子どもたちの屈託のない笑顔が、どれだけ私たちに安心と勇気と感動を与えてくれたかわからない。競技会場には中学生たちが全ての都道府県の選手に向けて書いてくれたメッセージが、所狭しと掲げられていた。自分たちの親よりも年を重ねた60歳以上の選手たちのことを思いながらペンや筆を走らせている様子を見ると、胸が熱くなった。競技中も制服を着た女子

生徒がプラカードを持って、選手誘導をこなしていた。ありがとうと声をかけると少しはにかみながらニコッと笑顔を返してくれた。彼女たちは選手の踊る姿を見て何を感じていただろうか。

長崎県ダンススポーツ連盟の方や佐世保市の役員の皆様にも大変お世話になった。大会当日の運営はもちろん、全選手が練習できるよう、会場を何カ所も設定してくださったり、一人ひとりに地酒や海産物がたくさん入ったお土産をご用意くださったり、感謝の気持ちでいっぱいだ。

結果のほうは4つの種目で3位、4位、8位、8位とまずまずの成績であった。首にかけてもらったメダルは陶器でできた珍しいもので、地元の風景が描かれていて良い記念になった。長崎県の皆様の温かい心と笑顔に包まれ、私たちの胸には、生涯消えそうもないほっこりしたものが残った。



夫婦で思い切り踊れた。結果も、スタンダード・ワルツで第3位と奮闘。



ウォークラリー

おおくぼけいこ

大久保慶子さん 82歳

「ヤングさくら草」チーム
(監督兼選手)

● 参加歴：11回目

危機を乗り越え何とか出場できた“憧れの舞台”

ねりんピックは“憧れの舞台”。いつも夢に見るほどに楽しんで参加をしています。

私たちの競技はウォークラリーですが、参加に必要な5人以上の選手を集めるのはなかなか大変です。第一の難関は金銭面、第二は4日間家を空けられるか、そして、最大の第三の難関が6キロ以上歩けるかです。

なんとか引率の私を含めて6名が決定し、ユニフォーム作成、参加費納入をすませました。ところが、出発20日前にして一人が入院。2週間前にしてもう一人が参加不可能になり、私を含めても人数は4人に。事務局に5名でなければ参加ができないと言われ途方に暮れてしまいました。このようなことは初めてでしたし、国境の島、壱岐・対馬に行けるととても楽しみにしていただけに、落胆が大きかったのです。

幸い、直前で友人が参加してくれることにな

り、出場が叶いました。

私たちは羽田から福岡に向かい、フェリーで直接壱岐に向かいました。会場都合で、15日の総合開会式に参加できないことから、壱岐市の計らいで、代わりに壱岐市内を観光させていただくことになりました。

バス6台の大観光。さいたま市は1号車で青森、岩手、山形、愛知のグループと一緒にでした。良い天気恵まれ、紺碧の海と特に弥生時代の歴史遺産の景勝地が素晴らしかったです。昔、対馬と壱岐との連絡に使われたのろし台や、高さ45メートルの海蝕崖の猿岩石など、さまざま見学させていただきました。最後は焼酎酒造に寄り、多くの方が銘酒を満喫していました。ホテルでも、3泊共に、お肉やお刺身が山盛りの美味しい料理が振る舞われ、感動しました。

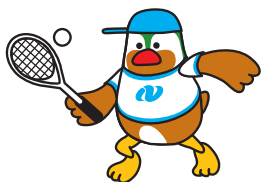
16日の大会。私たち「ヤングさくら草」チー

ムは、「はるのちゃん」コースでゼッケン5番でした。小雨の降る中カッパを着用し、コマ図をたよりに、途中で出される課題やゲームをクリアしながら進むゲームです。隠されているタイムになるべく近い時間で5名がゴールしなければなりません。早くても遅くても1分ごとに2点マイナスされ、合計点が高いチームが優勝です。

残念ながら今回は入賞できませんでしたが、個人としては、高齢者賞をいただきとても嬉しかったです。立派な盾と副賞として壱岐の特産物をたくさんいただき、とてもありがたいことでした。心から感謝いたします。



壱岐市の配慮により市内を観光。まさにさるそっくりの猿岩石を前に。(中央)



ソフトテニス

きくちとしはる

菊池利春さん 60歳

男子ダブルス
「チームさいたま」

●参加歴：1回目

ハイレベルな試合に高まった意欲。次は全国優勝！

私たち「チームさいたま」、ねんりんピックソフトテニス競技選手6人は、ソフトテニス歴は何年と数えられないほど、長くプレイを続けているメンバーです。ソフトテニスが大好きで、練習も大会への参加も自分から進んで、また、誘われれば断れないタイプのメンバーです。

ソフトテニスはダブルス戦を中心とする個人競技です。しかし、3チームや5チームによる団体戦は、個人戦とは違った楽しさ、面白さがあります。

ねんりんピックのことは、先輩の選手からその楽しさを聞いていたことから、60歳を迎え、予選会に参加することを決めました。出場するからにはベストを尽くしたいと思い、あえていろいろな選手に呼び掛け、ミックス、男子、女子とも有力選手に予選会に参加していただきました。その結果、精神的にタフで、技術もしっかりした選手が勝ち残り、「チームさいたま」のレベルアップを図ることができたと思います。

迎えた本大会には、全国的に名の知れた選手も多く参加され、上位トーナメントは、各コートでレベルの高い試合が行われました。

その中で3位という成績を収めることができました。試合をするごとにチーム状態が良くなっていったので決勝進出をしたかったと思うのが正直な気持ちです。今大会の選手の中には60歳になったばかりという選手もいますので、次に出場機会があった時には全国優勝を目指してもらえればと思います。

帰りの飛行機の中で感じたことは、今大会も90歳近い人も参加していましたが、やはり健康が一番大事なことだと痛感させられました。優勝を目指すと言っても、健康でなければ予選会にも出られません。逆に健康でありさえすれば、楽しみの幅は広がります。今大会に参加したことにより、まだまだソフトテニスを楽しみたい、そのために健康管理に気をつけ、全国優勝という高い目標を持って、一日一日大事に過

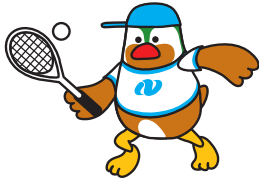
ごしていきたいという気持ちが強くなりました。



チームは試合ごとにコンディションをあげ、見事3位入賞を果たした。(左から2人目)



監督と共に。60歳を迎えての初参加だったが、大会のレベルの高さに驚かされた。(左)



ソフトテニス

よしかわよういち

吉川 洋一さん 61 歳

男子ダブルス

「チームさいたま」(監督兼選手)

● 参加歴：2回目

優勝まであと一息——準決勝に大接戦の末敗れ3位

今年度のねんりんピックソフトテニス競技は、長崎市を会場として開催されました。

大会初日の予選リーグは、広島県、福岡県、福島県と同じブロックとなり、最初の試合がソフトテニスの強豪県の広島県だったため、気を引き締めて臨みました。この試合で勝利を収め、そのまま波にのり予選ブロック全勝で1位トーナメントに進出しました。

2日目の決勝トーナメント初戦は長野県、1番手のミックスが勝利後、2番手の男子は苦戦の末勝利し、準々決勝に進出しました。準々決勝は宮城県、ミックス、男子とも勝利しベスト4に進出しました。宮城県は前の試合で鹿児島県と大接戦の上勝利を収めてきましたが、その試合の疲れが残っていたようでした。また、この試合は、さいたま市選手団の竹内榮一団長の視察と重なり、その応援の中で勝利を収めることができ、皆さんに喜んでいただいたことが強く印象に残っています。

準決勝の相手は、香川県、元気のいいチームで、技術以上に気合いで勝ち上がってきたという印象でした。結果は、ミックスがファイナル勝ち、男子ファイナル負け、女子ファイナル負け、何度もチャンスがありましたが、大接戦の末敗れ、悔しい思いをしました。

全国優勝まであと一息でしたが、全国3位という成績を収めることができました。表彰式は長崎市長他来賓の皆様が列席され、大会の役員・ボランティアの皆様も整列されて行われました。華やかで厳粛な雰囲気の中、祝福を受け、大変思い出に残るセレモニーとなりました。

大会は、長丁場となりましたが長崎の料理、長崎の夜景、長崎の坂道を堪能し、また、ホテルは秋田県、静岡市、浜松市と同宿でしたが、特に、秋田県チームとは遅くまでお酒を酌み交わし、交流という目的も十分に果たせました。

以上、「ねんりんピック長崎2016」での貴重な体験の報告を終わります。



初戦の前にチームのメンバーと。強豪広島県との対戦の前に気持ちを引き締めた。(右から3人目)



ホテルでは、長崎料理を堪能。他県チームとの交流もでき、楽しいひと時になった。(左から2人目)



ターゲット・バードゴルフ 「横浜市 TBG 協会」チーム

たかはし えいこ

高橋 英子 さん 72 歳 ● 参加歴：2 回目

長崎ありがとう ターゲット・バードゴルフありがとう

現在、横浜市のターゲット・バードゴルフ人口は 620 名程ですが、楽しみながら、毎日のように練習している方が多いように思います。

14 年前、夫婦で友達に誘われ、初めてバードゴルフを知り、その奥の深さに魅了されていきました。このスポーツの魅力は、対戦相手がコース（攻略法）、自然（風等）、己（メンタル）であり、全てが自己責任であることです。

10 月 15 日、快晴。開会式にふさわしい天気でした。

全国大会特有の華やかさがあながらも、至るところで情報交換し合う姿が見られ、お国訛りも飛び交う、和やかなムードでした。一方で、次の日からの大会を気にした緊張感もあります。こんな雰囲気は私は好きです。

10 月 16 日、試合会場に入りました。よく整備された、手入れの行き届いた芝のコースで距離は短めです。試合は 16 日、17 日の 2 日間、パー 54 を 2 日間の合計で競い合います。短いコースだけに攻め方は難しいと感じました。OB を

したらパーを取るの難しい。しかししっかり打っても、バーディーを取るには中途半端な距離が残り、無理して攻めれば、ボギーも覚悟しなければいけない。迷いましたが、1 日目は攻めていきました。悪くはないものの、すっきりしない結果です。2 日目になり、前日の反省もあり、午前中少しだけ我慢して、無理をしないパー狙いに切り替えました。昼にボードを見た時、「100%我慢してパー狙いに徹しよう」と決めました。結果は 1 位よりプラス 3、3 位よりマイナス 2 で準優勝でした。

次回同じようなコース設定に出会った時は同じミスをしないようにと強く決めました。

今回一緒に長崎に行ったバードゴルフの仲間 3 人は試合の合間、寸暇を惜しんで長崎の街を散策しました。平和公園、天主堂、グラバー園、軍艦島上陸等々……。そして、ホテルから見える絵のような夜景、皆様の温かさに触れ、楽しく長崎を満喫できました。長崎ありがとう！

2021 年には神奈川県でねんりんピックが行

われます。他の県でもてなしていただいたお返しができるよう、皆で盛り上げていけたら良いですね。

最後に役員の皆様お世話になりました。ありがとうございました。



「ターゲット・バードゴルフ」は傘に入れてフィニッシュ。



「グランドシニアの部」で準優勝。賞状、メダル、目録をいただいた。



ダンススポーツ

(監督兼選手)

やまぎし けいじ

山岸慶治さん 62歳

●参加歴：1回目

思い出す度に胸が熱くなる、感動の団体決勝戦

「決勝進出6組のチームは、40番横浜市！」
「ヤッター～！バンザ～イ！」

チーム8人が、中学生のように飛び上がり肩をたたき合い、心が一つになった瞬間でした。

そして決勝。「40番～40番～」コールは大きく響き、応援合戦ではダントツ1位。仲間の声援を受けて各組が最高のパフォーマンスを発揮して……。「4位は、横浜市!!!」

胸の奥から喜びが湧き上がりました。4回の選考会を経て代表に選ばれ、この日を目標に練習を重ねた日々が、すうっと頭の中をよぎっていきました。

長崎県を挙げての熱烈歓迎ムード、想像を超えた大規模な開会式、そこに集う各分野精鋭の参加者の熱気に、初めて参加した私たちは、驚き圧倒されました。

迎えたダンススポーツ大会。会場は、62歳の私たちが若く見える先輩方ばかり。最高齢は84歳とか。過去16年間数多くの競技会を経験してきましたが、いつもと勝手が違います。「皆さ

んパワフルだ！よく動いている！そうか、これがねんりんピックか！」

私たちは午前のラテン個人戦から出場。出だしから音楽に乗れずにかみ合わず、立て直す余裕もないまま進行。4次予選進出者に名前はありませんでした。「のまれてしまった」。しかし、その瞬間、午後の団体戦に向けての闘志がメラメラと燃え上がり、気持ちが切り替わりました。団体決勝戦は一致団結。心の底から楽しく、そして得られた感動の瞬間です。思い出す度に胸が熱くなります。

ダンスを始めたのは、20年程前、会社のダンスパーティーでお客様の相手ができるようにと、業務命令でレッスンを受けたことがきっかけでした。どうせ習うなら、定年後、妻と2人で楽しめたらと教室へ。いつしか夫婦でその魅力に引き込まれ、今ではダンスが生きがいとなっています。プロ教師の指導とサークル練習会での指導を受けながら、週2回ほど自主練習をし、昇級を目標に、全国規模で盛んに開催される競技会にも、月1～2回出場しています。

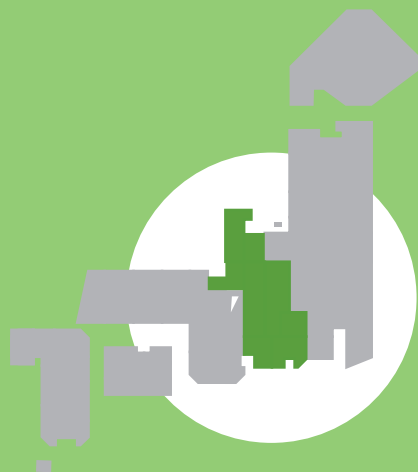
ダンスを通じての交流は私たちにとって、かけがえのない財産です。これから迎える超高齢化社会、体力気力に不安を覚えるときもあるでしょうが、「夫婦2人80歳でダンス」を目標に、背筋を伸ばしてダンススポーツを楽しんで続けていきたいと思っています。

ご尽力くださいました横浜市、長崎県、長崎県ダンススポーツ連盟の皆様、ありがとうございました。



個人での失敗をバネに団体戦に挑み、最高の演技を披露した。(中央)

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	高橋研一さん		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

かわもり

河森

ゆたか

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に感激しました。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、感慨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若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

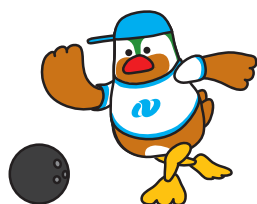
ツ庁ができて、スポーツの地位が高まったのだと実感を持ちました。アトラクションは子どもたちのマスゲーム、男女マーチングバンドなど、趣向を凝らした内容で、大変楽しませていただきました。郷土の食材が使われたお弁当も美味しくいただきました。特に箸袋に体操の内村航平選手がサイン付きコメントを書かれていて、とても良いアイデアだと思いました。

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、お待ちしております。



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

た か た し ゅ う い ち

高田修一さん 77歳 ● 参加歴：5回目

「きときと富山B」チーム
(監督兼選手)

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ます、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、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

高橋 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名ずつアテンド（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、たくさんのお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。



競技開始を前に、チーム全員で気合いを入れる。「入賞目指して頑張るぞ!」。(中央)





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、笑顔での対応は、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。

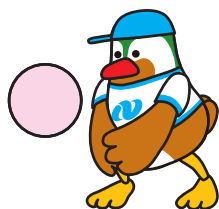
この度、このような大きな大会に参加し、大変有意義な時間を過ごさせていただきました。お世話になりました福井県弓道連盟副会長、シニア部長の吉村博嗣先生をはじめ、ご尽力くださった方々に深く感謝いたします。



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

榎野啓子さん 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。わずかに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諫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、感激で涙が滲んできました。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、諫早市の「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回目です。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

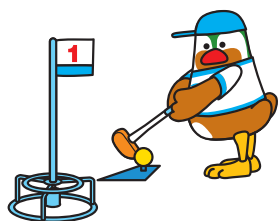
かいました。初日は9中、2日目は10中と、決勝トーナメントに残る70チーム中の16チームに入るぎりぎりの結果となり、最後のチームが終わるまで気が気ではありませんでしたが、なんとか決勝トーナメントに残れました。チームとしての1中が弓道では大きく左右されることを感じました。2回戦まで進み、結果は優秀賞（ベスト8）をいただき、素晴らしい大会となりました。また今大会中、大変ご高齢の方が立派な弓を引かれる姿に「年輪」を感じました。

ドキドキとやり遂げた満足感いっぱいのおねんりんピック、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ました。

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。

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バターの練習をして、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のおかげです。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

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菌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)

近畿



京都府	今西あい子さん		ウォークラリー	46
兵庫県	新村清子さん		ペタンク	47
	武井 滋さん		将棋	48
	東野秀雄さん		サッカー	49
奈良県	尼崎勝己さん		卓球	50
大阪市	南部七重さん		ゲートボール	51
堺市	坂口兼近さん		弓道	52



ウォークラリー

「レクリエーション京都」チーム

いまにし こ
今西 あい子 さん 68 歳

● 参加歴：1 回目

若すぎる選手たち——健康は人との交流から！

「ねんりんピック」。聞いたことはありましたが、まさか自分が出場するなんて夢にも思っていませんでした。しかし、京都府レクリエーション協会が実施する予選会のことを知り、挑戦してみることになりました。まずは、メンバー集めです。日ごろ、曜日と時間を決めて週3回歩いている、「お口の体操あるこう会」の仲間に声をかけました。参加種目は自信のあるウォークラリーにしました。

京都府予選会を無事にクリアし、いよいよ本大会に出場です。

「長崎で ひらけ長寿の 夢・みらい」のスローガンに魅せられながらの出発。何もかも初めての体験で、心配や不安だらけの平均年齢69歳の5人組です。

会場となった長崎県壱岐市は、福岡から高速船で1時間、数々の神話と自然が残る玄界灘に囲まれた離島です。島に着くと、すでに全国からの出場選手で賑わっており、その人数と活気にびっくりしました。

その後、他チームの方と一緒にバスで島内観光へ。とても説明上手なガイドさんの案内に、皆さん聞き惚れ、うなずいていました。宿泊所では、壱岐の海・山の幸、名物料理に舌つづみを打ち、「壱岐に来てよかった～」としみじみ語り合いました。

ウォークラリー当日は、あいにくの雨模様。しかし、全国のじいじ・ばあーばの熱気と絆は強く、声を掛け合いながら、助け合って臨みました。皆さん優しく元気で、年齢を忘れて歩いておられます。「皆さん、お若いな～」と感じました。私の周りには団塊の世代だらけです。その方たちにもこのような大会にまず一步を踏み入れることを知らせたいと思いました。

今回、ねんりんピックに出場することで、長寿の夢へつながる健康づくりの大切さ、そして、歳を重ねても全国大会に参加できることの喜びを、全国の皆さんから教えていただきました。元氣と笑顔のご褒美・健康は人との交流から！

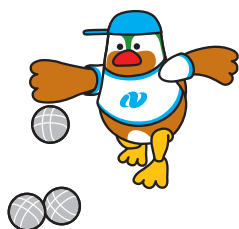
元氣な仲間を増やして次回も参加したいと思える「ねんりんピック」でした。



週3回共に歩いているメンバーと参加。島内観光では、島の歴史と自然に感動した。(前列左)



壱岐市のゆるキャラたちと共に。成績も4位と奮闘した。(左端)



ペタンク

しむらきよこ

新村 清子 さん 73 歳 ● 参加歴：1 回目

感動の余韻、いまだ色濃く。長く楽しみが続く大会

5 月の「兵庫県ねんりんペタンク交流大会」で優勝し、出場の権利を得た時点から、今日に至るまで、「ねんりんピック長崎 2016」は思い出深い大会として心に残っています。大会参加の機会に恵まれたことによって、長期間楽しむことができました。

「ねんりんピック」でのペタンクの試合方法は 1 チーム 3 人で行うトリプルス方式です。しかし、5 月の県大会から 10 月の本大会まで、出場メンバーの 3 人が揃って練習する機会は、あまりありませんでした。普段 3 人は別の場所で練習していることが多く、その時、その場に集まったメンバーの胸を借りて、それぞれに腕を磨くべく練習を重ねていきました。7、8 月は猛暑の日もありましたが、「長崎へ行くのだ」という強い思いがあり、私にとっては充実した楽しい準備期間でした。

いよいよ 10 月の本大会、第 1 日目の予選リーグ。少々緊張気味で会場入りしましたが、待機

場所で地元チームの方が親しく声をかけてくださり、緊張感もほぐれ、試合に臨むことができました。そして予選リーグの最終戦、ギリギリ 1 点差で勝利し、決勝トーナメントに進むことができました。

2 日目の決勝トーナメントでは、「試合前から上位を狙うというのではなく、一戦一戦、一生懸命やる」という意識を持つことを、3 人で申し合わせてから試合に臨みました。その心の持ち方が良かったのか、余計な力が入らず、メンバー揃って平常心で投球することができ、1 回戦、2 回戦、3 回戦と勝ち上がることができました。しかし次の準決勝で岩手県に僅差で敗れ、残念ながら第 3 位にて本大会を終えることになりました。

大会が終わり 5 カ月が過ぎようとしています。が、「ねんりんピック長崎 2016」は、私にとって有意義な思い出深い大会となり、いまだその余韻を楽しんでおります。

長崎県の皆様、ペタンク会場だった南島原市の皆様が、ひとつになって「ねんりんピック」を盛り上げようとお世話をしてくださっている姿には感激しました。

近年ペタンクの競技人口が増加しているとはいえ、まだまだ多くの人に知られていないのと最近実感しています。

今後は身近なところから、ペタンクの持っている魅力を少しずつでも伝えていけたらいいなと思います。



ペタンクの競技会場となった、南島原市の松本政博市長(右端)と共に。(右から2人目)



将 棋

た け い しげる
武 井 滋 さん 78 歳 ● 参加歴：7 回目

高齢者表彰者の姿に、思い描く楽しい90代像

私は「ねんりんピック長崎 2016」が、ねんりんピック7回目の参加になります。参加種目は、私が50年余り続けてきた将棋です。将棋は小学校2年生で覚え、本格的に趣味として始めたのは社会人になってからです。今も、関西将棋会館の水曜トーナメントに毎週参加しています。その他にも、地域の地区会館を借りて、40人余りの高齢者と会を作り、私が世話役として月2回会合を持ち、将棋の棋力向上と会員相互の親睦を図り地域社会の発展に努めています。

ねんりんピックについては、13年前に会の仲間から教えてもらいました。それから2年に1回、県の子選会に出場し、幸運にも県の代表に選ばれて、参加を続けています。

ねんりんピックは、60歳以上の人に参加することになっていますが、各県の代表の皆さん、大変お元気な方ばかりです。毎回、高齢者表彰

があり、ながさき大会においても、将棋の部で、90代の3名の方が表彰されました。3人とも、お元気でハツラツとされておられました。私はその姿を見て、これからの人生を健康に留意し、趣味として将棋を続ければ90代になっても、各県の代表の方々と交流し対戦することができるという大きな楽しみができました。

また、ねんりんピックは、毎年開催都道府県が変わりますので、観光も兼ねる楽しみもあります。私が初めて参加した群馬大会では、妻と伊香保、草津温泉方面の観光をしました。かごしま大会では、他府県の参加者と指宿方面の観光を、宮城・仙台大会、とちぎ大会、ながさき大会では、兵庫県のチームメイトと各県の名所を観光し、楽しんでできました。

また、今回のながさき大会では、昔の職場の同僚であり、将棋仲間でもあった友人との再会がありました。彼は、退職後、故郷の高知県に戻っていましたが、今回、高知県の代表として参加していました。わずかな時間でしたが、懐かしく話が弾みました。これも、ねんりんピックのおかげだと感謝しています。

最後になりましたが、今回の成績は、団体戦は予選敗退しましたが、個人戦で優勝することができました。これからも、健康に気を配りながら、好きな将棋を楽しもうと思っています。



本大会での対戦中の様子。個人戦では見事優勝を果たした。(中央)



サッカー

ひがしのひでお

東野秀雄さん 68歳 ●参加歴：6回目

県選抜として連続出場中。これからもサッカーと共に

ねんりんピックに初めて参加したのは2011年のくまもと大会で、63歳の時でした。その前50代の頃は、約12年にわたって北陸地方に単身赴任をしており、ほとんどサッカーはしていませんでした。赴任先から戻った時に、後輩からチーム参加の誘いを受け、サッカーを再開。1年後からねんりんピック選考会に参加するようになり、その後連続出場中。

初参加の際、ねんりんピックの開催規模を「国民体育大会の2分の1ぐらいかな」と推測していましたが、総合開会式と種目別開会式、宿舍～グラウンドへの移動体制など、国民体育大会に劣らぬ規模の本格的な大会に驚きました。シニアになってこのような環境でサッカーができることに感動したのを今でも忘れません。また、種目別開会式場では現役時代の対戦相手や学生・社会人時代の先輩・後輩と再会。この年になって昔話の機会を与えてくれるこの大会が、楽しみになっており、それ以降「ねんりんピッ

ク出場」を目標に日々体力と健康管理に留意しています。

普段の活動としては、健康維持管理を基本に、シニアリーグ（月1回）とウィークリーサッカー（月2回程度）に参加しており、終わった後の食事会などで、新たな仲間を増やしながら、楽しく時間を過ごしています。また、ねんりんピックに関しては、春先に選手選考会が行われ、選出後本大会までの間で数回、複数のシニアチームと強化練習会を行っています。

今回の対戦相手のメンバー表を見て、どのチームも60代前半の若手選手が登録されており、そろそろ、ねんりんピック出場からの引退を考えさせられます。しかし、70歳以上（ロイヤル）の全国大会もありますので、新たに気持ちを切り替えてサッカーを楽しみたいと思っています。その一方で、ねんりんピックで、70代、80代の大先輩が今なおボール蹴りをされている姿に敬意を払います。



60代前半の若い選手を相手にしながら、大会Mブロックで優勝。（前列左から3人目）

ながさき大会で29回目、サッカーのシニア国内大会としてはかなりビッグな大会である、このねんりんピックに参加できたことを誇りに思っています。

勝利でなく交流・親睦に重きを置く大会主旨を今後も後世に継承していただき、さらなる魅力ある大会にさせていただき、末永く継続されることを願っています。



卓 球

「やまとくん」チーム
(監督兼選手)

あまざきかつみ

尼崎勝己さん 81歳 ●参加歴：4回目

生涯スポーツ・卓球を通して、健康長寿社会に貢献したい

平成28年はブラジル・リオでオリンピックが開催され、卓球男子は団体銀メダル、個人銅メダル、女子も団体銅メダル、個人ベスト4の快挙を達成。連日報道に魅了された日々でした。同じ年にねんりんピックに監督兼選手として参加できたことは喜ばしく記念すべきこととなりました。

総合開会式は諫早市の県立総合運動公園陸上競技場で行われ、秋晴れの下、奈良県旗を先頭に行進、せんと君の小旗も振って選手団は笑顔で元気に進みました。式典は開会宣言が高らかに発せられ、主催者挨拶の後、常陸宮さまのお言葉を格調高く拝聴しました。メインアトラクションはダンスやマーチングバンドで長崎を表現する見事なもので、心ゆくまで楽しみました。バスで大村市に移動すると、そちらでも卓球、ボウリング、ラグビーの合同開会式、歓迎の太鼓や踊りがありました。長崎の多彩なおもてなしに感動した一日でした。

翌10月16日は試合開始。奈良県は長崎県A組、静岡県と対戦しました。共に5試合中1勝のみで、3位リーグに入り、神奈川県と対戦。ここでも1勝でした。選手全員ベストをつくして一生懸命頑張りましたが、試合体験豊富な相手チームに勝つことはできませんでした。

最近の7～8年、奈良県チームは他府県の厚い選手層に押され、2・3位グループでの入賞狙いがやっとの状況です。しかし、県内の多くの卓球愛好者に他府県の選

手との対戦や交流、試合後観光の楽しみを存分に体験してほしいという目的は達成できていると思います。

会場では柑橘ジュース、人参ケーキ、大村寿司などのおもてなしがあり卓球の疲れも吹き飛びました。会場の準備運営など長崎県の人たちのきめ細かな配慮やご苦勞を思うと頭が下がりますが、私たちが心身の健康に気をつけて、スポーツや趣味を続けることが何よりの御恩返しになると思います。身近な人々にこの体験を伝え、健康長寿社会に貢献できれば幸いです。

定年退職後20年間、長年の卓球体験と知識を活かして、高齢者の生き甲斐、語らい、仲間づくりの手助けをしてきました。80代の人でも元気に楽しめる生涯スポーツ・卓球が、健康寿命を延ばすのに効果的であることは、医学的にも立証されています。これからも、自身の体調管理にも気をつけながら、カルチャーセンターや公民館、体育館などでのPRと指導者育成を続けていくつもりです。



ミックスダブルス戦で健闘。(左)



ゲートボール

なんぶ ななえ

南部七重さん 67歳 ●参加歴：2回目

素晴らしい出会いと広がる交流に感謝

私がゲートボールを始めてから、今年で18年になります。そして、この18年間で、ねんりんピックに参加するのは、2回目です。

前回参加したこうち大会では、初めての参加にもかかわらず、ラッキーなことに決勝トーナメントに進むことができ、すごく嬉しくて、参加したチーム皆で大興奮したことを、今でも覚えています。

その決勝トーナメントでは1回戦で敗れてしまいましたが、全国各地からの参加者と出会い、「ぜひ次回、あなたのチームともう一度対戦したいです」などと、本当に嬉しい言葉をかけていただきました。

今回のながさき大会では、予選リーグで3位と、思うような成績を残すことができず、残念な結果となりましたが、やはり素晴らしい出会いがありました。

私たちのコートで行われていた北海道チームの試合に同郷のチームが応援に来ていました。

驚くことに、そのチームの皆さんは、私たちの試合も一生懸命に応援してくださり、私たちはその応援にとっても勇気づけられました。また、試合が終わった後、相手チームからプレイに関するアドバイスまでいただき、とても参考になりました。

その皆さんから、「秋頃に『ゲートボール発祥の地』を記念した大きな大会の予定があるので、ぜひとも北海道へきてほしい」と誘っていただきました。

ねんりんピックでは、全国から多くのチームが集い、たくさんの選手の皆さんとふれあい、交流することができます。この素晴らしい機会があることを嬉しく思います。

今にして思えば、もっと早くからねんりんピックに参加していれば良かったかと、感じます。

また、このながさき大会に参加できたことに、本当に感謝しています。ありがとうございました。



チーム全員で。結果は残念だったが、素晴らしい出会いに感動した大会だった。(左から2人目)



弓 道

さかぐちかねちか

坂口兼近さん 64歳 ● 参加歴：1回目

颯爽と歩く——ねんりんピック・デビュー

空に雲一つない秋晴れの中、さあ「ねんりんピック長崎 2016」総合開会式の始まりです。何と、堺市選手団の旗手は私なのです。光栄なことに、旗手の任務を与えられ、颯爽と選手団の先頭を歩いています。これが、私の「ねんりんピック」初体験のスタートです。

私は、平成 25 年春に、大阪府警察を定年退職し、学生時代に経験した弓道を再び始めました。当初は、「こんなはずではなかった」の連続でした。学生時代には、大阪府の代表選手に選ばれたこともあり、活躍もできたし、結構自分自身でも自信があったのです。しかし、現実には厳しく、40 年間のブランクに勝てず、悔しい日々が続きました。

そんなある日、「ねんりんピック」への参加の誘いを受けたのです。これで、はっきりと練習の「目標」ができたのです。選手選考会に向けての練習、選手に選ばれてからのチームとしての練習を通じ、少しずつですが成果が出てきました。そして、晴れの試合当日を迎えたのです。

試合初日は、チーム全員力が入り過ぎたのか調子が上がらず、残念な成績に終わりましたが、試合最終日には、各自が実力を発揮して、初日の失敗を取り戻す好成績を残すことができました。しかし、健闘もむなしく、私たち堺市チームは、予選敗退となりました。

そんな夜の夕食時、旅館同宿の山口県チームが何と優勝旗を掲げて帰ってきたのです。同宿の他府県チームと共に山口県チームの健闘をたたえ、エールを送るなど大いに盛り上がったものです。

このように、私たち堺市チームだけでなく、他のチームメイトも含め、楽しく、元気で、生き生きとした「ねんりんピック」となりました。

私はこれからも、弓道の道を究めようなどといふようなことは考えてはいません。ただ、今後とも好きな弓道を続けることができるよう、健康に注意して長生きを心がけたいと思います。

次の目標は、2018 年とやま大会です。今大会は、残念ながら予選敗退となりましたが、次回こそは決勝進出を目標に、日々練習に励みたいと思います。

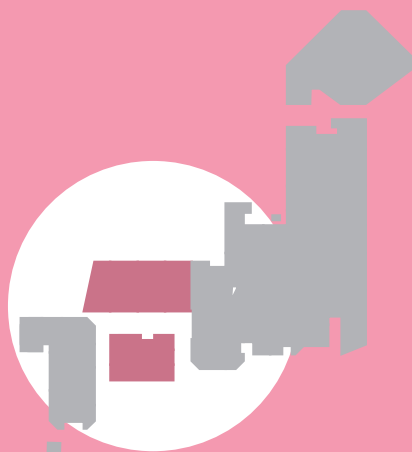


構えの位置。初めてのねんりんピックでの競技に、やや緊張。



大会終了後の観光で島原城を訪問。チームで互いの健闘をたたえ合った。(右から4人目)

中国・四国



島根県	岡本崇聖さん		健康マージャン	54
	奥井好子さん		マラソン	55
徳島県	志津君子さん		ターゲット・バードゴルフ	56
	津田ハジメさん		卓球	57
香川県	伊賀昭芳さん		剣道	58
	尾池定夫さん		ソフトテニス	59
高知県	谷相幸徳さん		健康マージャン	60
	林田武久さん		バウンドテニス	61
広島市	川辺尚志さん		美術展	62



健康マージャン

「だんだん」チーム

おかもとたかさと

岡本崇聖さん 78歳 ●参加歴：1回目

「健康マージャン」と「ねんりんピック」の普及に努めたい

「健康マージャン」の存在を知ったのは、2年前のこと。地域の公民館の参加者募集に応募し、以来毎週良き仲間に出会い、会話とマージャンで、高齢者特有の寂しさを紛らわす、健康的で感動的な時間を得た。マージャンは賭けマージャンが普通と思っていたが、賭けない、飲まない、吸わない。友達も増え、笑いもあり、脳の活性化ができる。どれを取ってもまさに「健康」的だ。

しかしそれから1年ほど過ぎた頃、肝臓がんが見つかり、入院・手術をした。退院して数カ月が過ぎた時、公民館で「ねんりんピック」の案内に出会った。一度は諦めた命だが、病院、家族、知人、仲間のおかげで健康を取り戻すことができた。挑戦してみようと決意した。

島根県大会に出場し、島根県代表としてねんりんピック、ながさき大会へ参加する資格を得た。出場通知が届いた時はビックリした。オリンピックに出場するかのように気分は高揚し、病気がどこかへ吹っ飛んだ気持ちすらおぼえた。それから毎日、体力づくりを考え、大会に備えて準備をした。県で選ばれたマージャン仲間4人とねんりんピックという共通の話題で盛り上がる時間も楽しく、それはそれは素晴らしいものをいただいたと思った。

長崎に着くと、街はねんりんピックムード。どこへ行ってもフラッグが揺れていて、緊張感が高まる。そして総合開会式。グラウンドで大会聖火が燃え、1万人の選手スタッフが入場行進を行う、実に盛大な式典だった。長崎滞在中は、ホテ

ルでも道路でも、他県、他種目の選手の誰とでも挨拶を交わし合い、すがすがしい気持ちだった。挨拶ベタが増えた世の中にあり、礼儀正しく挨拶をしていた少年時代が思い出された。

何につけても、全てが健康的で素晴らしいねんりんピックだった。来年も、さ来年も、全国の多くの高齢者に、この素晴らしいねんりんピックを経験してほしい。そこで、健康マージャンとねんりんピックの普及、参加者サポートのお手伝いをさせていただきたいと、社会福祉協議会へお願いし、微力ではあるが、今年から協力させていただくことになった。数年後、島根での健康マージャンの知名度が少しでも向上しているように頑張りたい。

ねんりんピックの経験で自信を得、病気も回復して、「若さ」をいただいた気分です。世話役をしてくださった社会福祉協議会、他の組織の皆様にお礼申し上げます。誠にありがとうございました。



競技会場にてチームメイトと共に。(右端)



マラソン

3km

「島根マスタース」チーム

おくいよしこ

奥井好子さん 68歳 ● 参加歴：1回目

幼少期に田畑を駆け回って培った体力に感謝

私は、4人兄弟の女1人、男兄弟たちと遊んで育ちました。今のように公園、ましてや遊具などが無い時代です。天気さえ良ければ、毎日家の近くの田畑の周囲を飛び回っていました。とにかく、体を動かすのが大好きだったのです。

結婚し、子ども2人も成長した42歳で、以前から興味のあった走りを始め、友人からの誘いもあり、地方の5kmの大会に参加するようになりました。最初に参加した大会で、思いがけず入賞。それに味をしめたわけではありませんが、いろいろな大会に出場するようになり、いつしかそれが「楽しみ」に変わり、また生活のアクセントにもなりました。

平成28年には永年の夢でもあった「東京マラソン」に出場し、完走することができました。全国最大の大会にエントリーができ、さらに秋には「ねんりんピック」にも出場させてもらったのです。まさに最良の年でした。

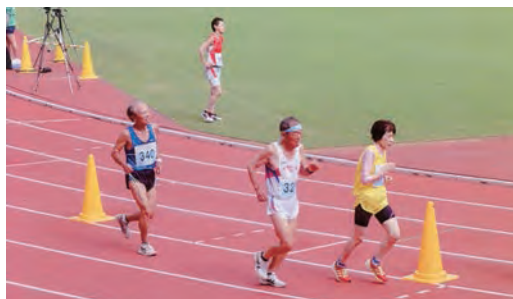
過去にこれといったスポーツの経験はありませんでしたし、福祉関係の仕事についていたこともあり、定期的な練習時間を取るのが難しく、各大会の前に少し走り込むという程度でした。そんな私が「ねんりんピック」に出場できたのは、今から思えば、幼少期の遊びで基礎的な体力がついていたからかもしれません。

マラソン交流大会では、島根県から参加され、最高賞をもらわれた方（84歳男性）の走られる姿を見て、そのすごい体力に感心しました。果たして自分も80歳になるまで続けることができるかな？と考えると……、まだ自信はありませんが、目標としていきたいです。そのためには、「体を動かす」こと、これが一番だと思います。加齢に伴い、体力、知力は低下しますが、少しでも長く元気で走りたいと思っています。

大会に出場する度に、走る記録とタイムの楽しみだけでなく、新たな楽しみも広がっています。いろいろな方と知り合いになり、走ることが縁で生まれた交流の機会も増えました。とにかくチャンスがあればいろいろな大会に出場し、楽しく走り続けたいです。



チームメイトと共に。「ねんりんピック」でもたくさんの出会いに恵まれた。(左から2人目)



ゴールを目前に、スパートをかけようとしたものの力が出ず、結果は8位。(右、先頭)



ターゲット・バードゴルフ

「徳島すだち」チーム

しずきみこ

志津君子さん 75歳 ●参加歴：1回目

家族に「ねんりんピックで輝くシニアの星」と称され涙！

今回の「第29回全国健康福祉祭ながさき大会（ねんりんピック長崎2016）」は九州地域に大きな災害があった後なだけに、開催されるかどうか、とても心配と不安がありました。無事に開催されて、喜びもひとしおでした。

大会当日。諫早市は良いお天気に恵まれました。長崎県立総合運動公園陸上競技場で開催された総合開会式では、緊張の中、入場行進を行いました。徳島県選手団の皆と足並みを揃えて進み、感動で胸が一杯になると同時に、明日からの競技に向け、一段と気持ちが引き締まったものです。

ターゲット・バードゴルフの競技は長与町で

開催されました。当日初めて顔を合わせる他の都道府県や政令指定都市の選手と4名1組になり、18ホールのコースを2日にわたってプレイします。

幸いにも、同じグループの方とはすぐに打ち解け、和やかな雰囲気の中、力まずプレイすることができました。2日間通して安定したスコアを保ち、女子グランドシニアの部で3位入賞という嬉しい結果を残すことができました。

結果を知った子どもや孫に、「ばあちゃん、まさに『ねんりんピックで輝くシニアの星』やなあ……。」「と言われました。この言葉が何よりも嬉しかったのは、言うまでもありません。

「ねんりんピック長崎2016」に出場したおかげで、他の都道府県や政令指定都市の皆様と交流を深めることができ、さらに、貴重な体験を通して、新しい発見もたくさんありました。これからのターゲット・バードゴルフ競技の幅、ひいては自分自身の生活の幅も広がって行くのではないかと考えます。

最後になりましたが、今回の大会に当たり、大勢の方々の御尽力に心より感謝いたします。



2日間通して安定したスコアを残し、女子グランドシニアの部で第3位。



共に出場した「徳島すだち」チームのメンバーと懇親会。（左端）



卓 球

「阿波すだち」チーム

つだ
津田ハジメさん 66歳 ●参加歴：3回目

90歳までプレイするぞ！ 銅メダルを胸に決意

「長崎で ひらけ長寿の 夢・みらい」をテーマに、第29回全国健康福祉祭が、長崎県で開催されました。徳島県からは176名の参加です。県庁で飯泉嘉門知事から激励の言葉と選手団旗を受け取り、一人ひとりが健闘を心に誓いながら結団式を終え出発しました。この時はまだこの大会で、自分の人生のハイライトシーンができるなんて夢にも思いませんでした。

私は卓球で参加したのですが、他に25種目のさまざまな競技があります。よく知られたスポーツも、あまり知られないスポーツもありますが、それぞれに予選を勝ち抜いた選手の方々です。バスの中、新幹線の中、いろんな方とお話しできて、楽しい道中でした。

総合開会式は、トランスコスモススタジアム長崎で盛大に行われました。印象に残っているのは、入場行進をサポートしてくれた長崎がんばらばキッズの子どもたちです。徳島のことをいろいろと知ろうとしてくれて、嬉しかったです。ダンスパフォーマンス、そして一糸乱れぬ合同マーチングを観覧し、どれだけ練習したのだろうかと胸が熱くなりました。また人文字

が素晴らしく、音符、ハート、ウェルカム長崎と書いてくれました。この大会を、計画し、準備してくださった方々に心より感謝申し上げます。長崎を愛する心がしっかり伝わりました。

大会での成績は、団体で第3位。杉村監督の強力なリーダーシップのもと、ポイントの確実な山勢さん、私の最強のライバル鏡さんが、ミックスで頑張ってくれました。2対2でまわして苦勞をかけた清水さん、みんなのチームワークのたまもので、銅メダルを首にかけることができました。

卓球は小学生から高齢者まで、障がいのある方も含め、さまざまな人と交流ができるスポーツです。私も、初心者の方が、ボールを打つ喜びを知って、生き生きと楽しそうにしている姿を見ると本当に嬉しいです。

また、私の周囲の選手は皆、90歳までプレイするぞ、と前向きです。健康で長生きする社会に、スポーツの果たす役割が注目されていますね。4年後には東京でオリンピック・パラリンピックがあります。スポーツを愛する人、みんなで盛り上げていきましょう。シルバーはねんりんピックを目指しましょう。



チームメイトの応援を背に受けながらの対戦。いつも以上に力が入る。(左端)



共に戦った「阿波すだち」チームのメンバー。銅メダルは、チームワークのたまもの。(右から3人目)



剣 道

い が あきよし

伊賀昭芳さん 67歳 ● 参加歴：3回目

健康に、家庭を大事に、長く剣道を続けていきたい

平成28年10月15日(土)～17日(月)の間、長崎県五島市中央公園市民体育館で開催された「ねんりんピック長崎2016」剣道交流大会に、香川県チームとして、【大将】浅野芳弘(71歳)・【副将】上田一雄(69歳)・【中堅】伊賀昭芳(67歳)・【次鋒】前田純一(61歳)・【先鋒】藤本保宏(60歳)(全員香川県高齢者剣道「有志の会」)で出場しました。当初は【副将】吉久健造で選手申し込みを行いましたが、体調不良のため、上田一雄に変更し出場しました。

6月に剣道交流大会に出場する選手5人で集まって話し合いを行い、「出場するからには、恥ずかしくない試合をしよう」と一致団結。試合に通用する基本稽古、切り返し稽古を行った後、若い先生方と試合稽古をして、稽古内容の充実を図りました。併せて、出場選手全員で汗を流

し「絆」を深め、剣道交流大会に臨みました。

予選リーグ戦の試合前「目の前の相手だけを見て、全力で試合をしよう」と選手全員の結束を図りました。初戦は山形県と対戦し、4対1で勝利。2戦目は千葉市と対戦し、3対0で勝利。香川県チームは、決勝トーナメント出場となりました。

決勝トーナメントの初戦は岡山県チームと対戦し、2対1で勝利。そして迎えた準々決勝、熊本県チームとの対戦で、全員「持てる力」を出し切りましたが、1対3で負けました。しかし「気がつけばベスト8」で、大会の優秀賞をいただき、喜ばしい出来事でした。

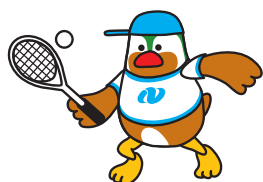
また、この大会で、剣道を通し、出会った仲間と友好な関係をつくる機会を得、幸せでした。

今回この大会に出場し、多くの大会スタッフの「心温まる」対応に接し、感謝とお礼を申し上げます。特に宿泊所での魚を中心としたおもてなしの料理には、次の日の試合に向け勇気を得ることができました。

また、この大会に出場するための家族の協力をありがたく思っています。特に「奥様」には感謝しています。これから長く剣道を続けるには健康であることが必要だと思いました。併せて、剣道の稽古を付けていただいた先生、剣道仲間へ感謝とお礼を申し上げます。



チームの結束を図って臨んだ大会。ベスト8に入り、優秀賞を獲得した。(中央)



ソフトテニス

おいけさだお

尾池 定夫さん 70歳

混合ダブルス
「しょうゆ豆」チーム
(監督兼選手)

● 参加歴：1回目

チーム力で勝ち続け、準優勝の快挙達成！

70歳にして初めて、ねんりんピック、ソフトテニス交流大会に参加させていただきました。

常日ごろから健康の維持を目的とし、週3日、それぞれ約2～3時間のテニスを心がけると共に、各地で開催される大会に参加し、ソフトテニス愛好者との交流を楽しんでおります。そんな中、日ごろから親しくしている若いメンバーから「ねんりんピックに出場しませんか」との誘いを受けました。ソフトテニス大会への参加条件は、60歳以上の男子ペアと60歳以上の女子ペア、そして60歳以上の女子と70歳以上の男子ペアチームによる団体戦です。誘ってくれたことに感謝しつつ、喜んで参加させていただくことにしました。

ミックスダブルスで出場の我がペアは、常に一番バッターでの出場。後へ続けと初日の予選から3試合を全勝で突っ走りました。チームメンバーの一人から、「監督さん！明日も勝ち続けるんですか？」とのヒヤカシを受けましたが、「勝つ、勝つ！地元へ帰ってから戦績を問われてあれこれと説明するのは面倒だから『全部勝った！』と答えないので」と返答しました。

2日目は1位グループによる決勝トーナメント。一回戦の相手は強豪第3シードの兵庫県チームで、我がチームメンバーからは「勝てんなー。終わりやなー。長崎観光やなー」との声が出ていましたが、監督としての私が「あほ言うな、やってみなわからんやろ」と檄を飛ばしました。初戦、我がペアが完勝！次が勝負どころで、有名ペアとの対戦に挑み……勝った！勝った！見事な試合運びでした。これが運命の分かれ道で、後は勢いに乗り、気がつけば決勝進出となっていました。

前日より勝ち続けてきた我がペアは、順調に連勝を続け、迎えた準決勝。「さあ次も勝つぞ！」と試合に挑みましたが……負けました。ここまでかと思いきや、本大会勝率5割の女子ペアが頑張りました。そしてチームは勝利！メンバーは喜びをあらわにし、彼女たちを賞賛しました。そして夢にも思っていなかった決勝戦進出となったのです。

地元へ帰ると、テニス仲間の会う人、会う人から賞賛の声かけをいただきました。

思い出深いながさき大会となりました。



表彰式を終え、田上富久長崎市長と記念撮影。(左から3人目)



戦績記念パネルの前に、チームで準優勝の喜びをかみしめる。(右から3人目)



健康マージャン

「珍々亭」チーム

たにあいゆきのり

谷相幸徳さん 68歳 ● 参加歴：1回目

居酒屋の名前をチーム名に、思いがけない参加

ねんりんピックへの参加はひょんなことから始まりました。年末に居酒屋で集まっていたところ、参加経験者から予選出場の呼び掛けがあり、そのまま店名の「珍々亭」をチーム名に参加することになったのです。遠い未来の夢だと思っていたねんりんピック。県予選を勝ち抜いて本大会に出場するなど、思ってもみないことでした。

5月21日、高知県立ふくし交流プラザに集合。会場にはマージャンを通じて交流を深め健康維持を図ろうとたくさんの方が集まっていました。初めて参加したので、マナーやルールに若干の戸惑いはありましたが、4回戦行って納得のいく結果でした。他の3人の様子もあまり聞けないうまま、いきなり結果の発表がありました。

「珍々亭!」と、団体優勝のチーム名が発表され、「まっことビックリ!」です。驚きと戸惑いが入り混じった状態で、続く個人戦の成績を聞いたのですが、7位入賞と、こちらにもビックリでした。実はこの時、メンバーの一人はすでに自転車で帰宅中でしたが、その晩は言うまでもなく居酒屋「珍々亭」で酒盛り。4人の健闘をたたえ合いました。

10月15日、第29回「ねんりんピック長崎2016」の開会式が、長崎県立総合運動公園で行われました。素晴らしい秋晴れのもと、全国から集まった元気な高齢者で熱気ムンムンでした。

競技初日は大雨。全国から強者たちがユニフォーム姿で凛々しく、4つのブロックに分かれて四角い卓を囲み集中している様は圧巻でした。県予選と違い、各勝負共に消化不足で、時間の経過が早く感じました。

2日目、天気回復、体調良し。しかし意気込みが強すぎて3回戦、東一局でリーチ。終盤右隣親であった京都の選手に2ピン、それも親の倍満を振り込み、万事休す。

チーム「珍々亭」は私の不覚がたたり、申し訳ない成績となってしまいましたが、個人賞で安岡氏が6位入賞。アッパレです。

異国情緒に溢れた街の雰囲気に触れて大満足の上、全国の同世代の方々とも交流できました。思いがけずねんりんピックに参加できたことで、これからの人生の楽しみを見出したような気分になりました。

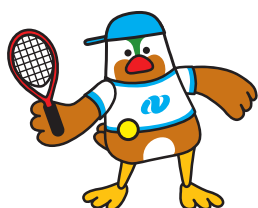
最後に、県予選から本大会までいろいろお世話くださった大勢のスタッフの皆様にお礼と感謝の気持ちを添えてペンを置きます。本当にありがとうございました。



居酒屋で集まっていたメンバーで結成した「珍々亭」チーム。(左端)



本大会では思うような勝負ができず、団体、個人共に不本意な結果に。(中央)



バウンドテニス

はやしただけひさ

林田 武久さん 72歳 ● 参加歴：2回目

「よさこいくじら」チーム
(監督兼選手)

「生涯スポーツ」として長く続けていきたい

10月15日、諫早市のトランスコスモスタジアム長崎での華やかで素晴らしい総合開会式終了後、バスで約2時間。前日早朝高知を出発してから、1泊2日の行程を経て、バウンドテニス開催地の松浦市文化会館に到着しました。バスの駐車場から開始式・競技の行われる会場まで、通路の両側に、地元の市役所の職員の方々やボランティアの方々が間断なく整列されていて、大変感激しました。また、各県の特徴を捉えた保育園児たちの絵画にもお出迎えいただき、長旅の疲れも吹っ飛びました。3日間通じて、スムーズな大会運営がなされ、松浦市実行委員会の皆さん、保育園児から年配の方まで、大変多くの方々から温かいおもてなし、心遣いをいただきました。心から感謝いたします。ありがとうございました。

競技については、お互い全力を尽くしながらも和気あいあいと、日ごろの練習の成果をぶつけ合いました。プレイの合間には各県選手団と交流が図られ大変楽しく有意義な大会でした。また、土佐の高知の酒文化といえますか、毎夕食時には酒を酌み交わし、我がチームの絆はいっそう強まったように思います。おなじ会場で夕食を共にした他県のチームの方々とも交流を深めることができました。

「バウンドテニス」とは、幅3メートル長さ10メートルのコート(テニスコートの6分の1)で、専用のラケットを使ってボール

を打ち合う競技で、1980年に「生涯スポーツ」として日本で考案されました。ひと言で言うならば、テニスと卓球の競技が合成されたスポーツであると言えます。個人の体力・年齢に応じた運動量が得られますが、練習次第では140キロのスピードでラリーができるという奥の深さもあわせもっています。

開催県の事情もあると思いますが、バウンドテニスはねんりんピック29回の歴史の中で、まだ開催は4回目だと聞いています。できるだけ多くの大会で開催していただければ、生涯スポーツとして長く続けていく大きな励みになりますので、どうかよろしくお願いします。

72歳になりましたが、これからも健康維持のために、無理せず続けていきたいと思っています。また、仲間と力を合わせ、課題である競技人口の拡大とジュニアの育成に努めていこうと思います。



競技会場でチームメンバーと共に。(後列中央)



美術展

写真の部

かわべひさし

川辺尚志さん 75歳 ●参加歴：1回目

ねんりんピック参加で思い新たに

この度、広島県シルバー展への出展を機に、「ねんりんピック長崎2016」に参加できる機会をいただき、貴重な体験や知見を得ました。大変ありがたいことと思っております。

私の趣味歴は、若い頃はソフトボール、軟式テニスなど、もっぱら運動系でしたが、年齢と共に登山、写真、英会話、カラオケ、歴史学習、小農業へとシフトしました。

写真は、腰の手術後の足腰強化のために始めた登山が縁です。登山では広島山々をはじめ、北・中央・南の名だたるアルプス嶺峰を踏破しましたが、低山では見られないアルプス特有の紺碧の空と調和した名状し難い情景を記憶したいため、コンパクトカメラから中判機を含む一眼レフカメラに乗り換えて20年近くになります。熱意はあるもののなかなか上達しないプラトウ状態が続きましたが、撮影に居合わせた上級者からの有用情報や、技術レベル確認の意

味でのコンテスト参加等で向上への足掛かりとしました。撮影表現方法、魅力的な撮影場所、気象条件やタイミング、作品タイトルの適合性等に意を注いできましたが、いまだ克服すべきことも多く写真の奥深さを感じております。

参加作品「峡谷の主」は、朝日が峡谷に差し込む頃を狙い、深夜広島発、往復600kmの高知県で撮った労作です。幸運にも厚労大臣賞という栄えある賞まで頂戴し、写真を続けて本当に良かったと思っております。

ねんりんピックの開催初日、早速、家内と新幹線を乗り継いで長崎県美術館に赴き、写真、日本画、洋画、書など全国からの多くの感性豊かな作品を鑑賞し、参加の意義を実感しました。出島やグラバー園も見学して、その日の夕方、帰広の際、広島駅構内にいた多くの遠来のカーブファンからリーグ代表決定戦勝利の喜びを分けてもらい、長崎訪問は大変思い出深く感動的な一日となりました。

直面する高齢化社会の活性化のため、スポーツから芸術文化の多岐にわたる参加者の諸活動を通して生き甲斐や健康促進に資するねんりんピック開催の果たす役割は極めて大きいと思っております。同時に多くの開催関係者の甚大なるご努力にも敬意を表します。

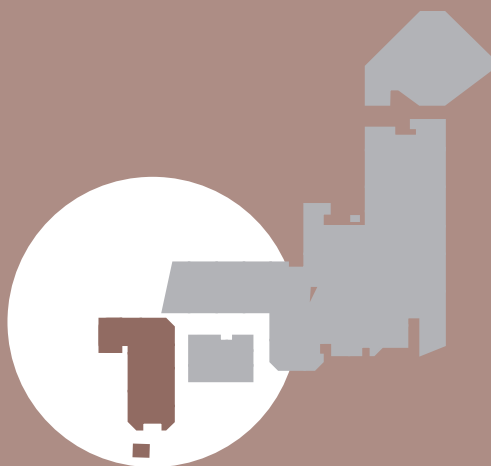
ねんりんピック参加を機に、健康にもいっそう留意し、“日新”の気持ちで多くのことに取り組み、自身のレールが錆びないように努めたいと思います。



会場に掲示された入賞作品
「峡谷の主」と共に。

朝日が峡谷に差し込む
様子を捉えた。

九州



長崎県	小谷正貴さん		太極拳	64
熊本県	市村秀之さん		ソフトバレーボール	65
	森田精一さん		剣道	66
宮崎県	大岩根博明さん		卓球	67
	日高正憲さん		ダンススポーツ	68



太極拳

こたにまさき

小谷正貴さん 81歳 ● 参加歴：8回目

「オールドパワー長崎」チーム
(監督兼選手)

炬火リレーランナーの大役を務め、感動の総合開会式

私たち太極拳仲間は皆、50歳後半から60歳にかけて「健康志向」で太極拳を始めており、高齢となった今では、「生涯スポーツ」に最適と思いつけています。2015年より、75歳から88歳の男性1名、女性6名のメンバーでチームを構成し、全国大会予選に出場しています。

チーム結成以来、「ねんりんピック長崎2016」は最大の目標でした。練習会場が少ない中、半野外的なところも含め、場所を点々と変えながら、練習しました。真夏や真冬のシーズンも、年齢に負けずに、楽しく、時には厳しく、そして互いに励まし合い、思いを一点に集中してきました。そして、各人自宅で演武曲「アンジェラスの鐘」のテープを聞き、イメージレッスンを重ねました。

そんな中、期せずして、総合開会式での「炬火リレーランナー」に選ばれました。平均年齢80歳のチームが予期せぬ大役を仰せつかり、リハーサルにも多くの時間をかけ臨みました。

10月15日本番、トランスコスモススタジアム長崎における総合開会式。

全国選手団の入場行進が始まり、最後に681名の長崎県選手団の行進が終わり、いよいよ私たちの出番です。「炬火リレー」の第2走者として「オールドパワー長崎」の7人が走り、無事最終走者につながることができました。この時は大きな感動を覚え、感激し、そして名誉ある大役を終え安堵したものでした。

その感動もつかの間、10月16日、佐世保市体育文化館で太極拳の交流大会に臨みました。本番前の調整練習ではあまり調子が上がりませんでした。これまでの厳しかった練習を思い出し、「成せばなる」の合い言葉で集中し大会に臨みました。

世界遺産候補の教会群より、澄み切った長崎の空に、平和を求めて鳴り響く「アンジェラスの鐘」の曲に乗せて、観客の皆さんと一体となり演武しました。

今では、チーム全員が平均年齢80歳のパワーを十分に発揮したと自負しています

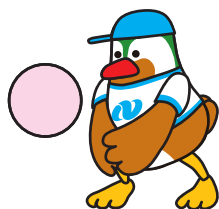
この大会で、大きな感動、刺激を受けました。この経験を胸に、これからも太極拳を続けたいと思います。



総合開会式では、チーム7名全員で、炬火ランナーの第2走者の大役を務めた。(左、炬火保持者)



集団演技の様子。最高齢者賞、高齢者賞をそれぞれ2名が受賞した。(中央)



ソフトバレーボール

「チャーミー」チーム

いちむら ひでゆき

市村 秀之さん 63歳 ● 参加歴：2回目

「ねんりんピック」から熊本の元気を発信！

ねんりんピックへ出発の日、4月の熊本地震から半年後にして、大会へ参加できる喜びと、感謝の気持ちを胸に長崎へ向かった。バスの車中では、参加者と地震の復興状況や故郷の話題を語り合い、和気あいあいとした雰囲気の中、宿泊先の稲佐山観光ホテルに到着。

宿舎では県選手団の決起大会が開催され、各競技団体から大会への決意披露があった。我がソフトバレーボールチームも前回大会以上の成績を宣言し、気持ちを新たにした。

開会式当日の入場行進では旗手を務め、熊本地震への支援に対するお礼の横断幕を掲げ、「がんばるけん熊本」の思いを込めて行進し元気を発信。スタンドからの「頑張れ熊本」の声援に勇気づけられた。開会式の盛り上がりで感動し、アトラクションの素晴らしさに酔いしれながら閉幕。地元の皆さんのおもてなしに感謝しながらの1日であった。

2日目、いよいよ交流試合が始まった。ソフ

トバレーボールは諫早市の内村記念アリーナで開催され、しばし内村航平選手の栄光の足跡を見学。あの強さにあやかりたいと願い試合へ挑んだ。予選では京都府と富山県のチームと対戦し、2試合共にフルセットの大接戦となった。それでも全勝で翌日の1位グループ進出が決定し、前回大会の成績を上回ることができたとして、宿舎では早速お祝いで大いに盛り上がった。

2日目の初戦は地元長崎のチームとの対戦。相手チームへの大声援の完全アウェーにも動揺せず、フルセットの熱戦で勝利した。

金メダルをかけた2試合目は山形県チームと対戦、高さとしびの完璧さに翻弄され完敗。銀メダルに終わり悔しい思いもあったが、厳しい練習の成果を充分発揮でき、かつ、大会へ参加できた喜びもあったので、チーム全員納得の成績であった。

最終日は駅構内で長崎名物のカステラを“爆買い”。少しは長崎県の経済効果に貢献できた気持ちになった。帰りのバスでは、各競技団体から成績を発表しお互いの健闘をたたえあうと共に、2年後の県予選を突破し、とやま大会での再会を誓い合い県選手団の散会となった。

最後に今大会の関係者の方々、熊本県さわか寿財団の皆さんへ心よりお礼申し上げます。本当にありがとうございました。



地震から半年にして、大会に参加できた喜びもあり、チームワークは抜群。(後方右側1番)



復興幕のとおりがんばるけん！ 応援ありがとうの感謝の気持ちも込めて。



剣 道

(監督兼選手)

もりたせいいち

森田 精一さん 72歳 ● 参加歴：5回目

「地震に負けるな!」の気持ちを込めて、第3位

突然、床が激しく揺れ、天井、壁や室内の物が崩れ落ち、なおも揺れは続きます。ガタンゴトンと大きな音がしました。屋根瓦が一階まで落ちてきたのです。

県大会を控えた4月、熊本大地震が発生しました。

そんな中でねんりんピックの代表者が決まりました。初出場は一人で、残りは経験者ばかりです。厳しい環境の中、なんとか練習を重ね、大会に臨みました。

いよいよ10月14日、開催地である長崎に出發です。私はこの集合出發の時が一番好きです。華やいだ空気の中、期待とやる気、誇らしが、参加選手の顔にも表れています。初日の参加選手全員の夕食会、これも楽しみな時間でした。

試合会場では、地元のおもてなし、歓迎の心遣いがありがたく感じられました。そんな中、いよいよ第1日目、第一試合になり、硬さと緊張の中で、神戸市と対戦。見事、勝利です。2回戦、宮城県と対戦しこれも勝利です! これで、予選を通過し、2日目の決勝トーナメントに進めることになりました。

その夜の宿泊は、五島コンカナ王国でした。予選通過で心も軽く、ビール一杯の味も格別で、話も弾みました。

2日目決勝トーナメント、東京都Bと当たりました。互角の戦いです。しかし、東京都の選手の一人が前日の試合で体調不良となり欠場。一人不戦勝で、貴重な一勝を拾いました。ベスト8に進出です。次の対戦は、香川県です。回を重ねるうちに皆の調子も上がって、今度も見事勝利。いよいよベスト4。次の相手は、去年

の開催県山口県です。一人ひとりの選手が、一歩も譲らぬ戦いでしたが、惜しくも敗れました。

第3位という成績を残し、精一杯やった達成感がありました。また、他県の選手の中には、学生時代の同窓生がいたり、タレントの渡辺正行氏も東京都代表として参加されており、楽しく交流もできました。

閉会式の大会旗の引き継ぎに、県の旗手として、剣道の菊池弘徳選手が務めました。式典の演部では、歌手の「さだまさし」さんの話術と歌を堪能しました。

大会準備や大会中、西岡由典常務をはじめ、熊本さわやか長寿財団スタッフの方々や生きがい推進課の山下さんに、丁寧でわかりやすいご対応をいただき、感謝しています。

1年後の次の大会には、また精進して挑戦しようとして話しています。



復興に願いを込めて参加した大会。第3位の成績に大きな達成感を感じた。(左から2人目)



卓 球

おおいわねひろあき

大岩根 博明さん 70歳 ● 参加歴：1回目

「太陽と緑の宮崎」チーム
(監督兼選手)

予選3度目にして念願の本大会出場。仲間に感謝！

ラージボール卓球を始めたのは65歳からです。きっかけは、孫を通じて知り合った方からの誘いでした。それまでは、長年、硬式をしていました。ラージボールは、ラバーと球が硬式の場合と異なり、ネットも2センチ高く、勝手が違いました。

ベテランの方から一通り基本を習い、ラケットを振ってみると何とか返球することはできるのですが、試合にはならない状態でした。練習を始めたのはまだ春でしたが、10分もすると汗が噴き出しました。少しずつ球に慣れ、面白さがわかるようになってきました。それに、一緒に練習している仲間の多くがほぼ同年齢で、安心感がありました。

しばらく練習して試合に参加しました。試合は、経験年数別、年齢別に分けてあるため初心者でも十分楽しめ、賞品もあり以前にも増して面白くなってきました。

ねりんピックのことは、テレビや先輩代表からの話で大変素晴らしいと聞いていましたので、ぜひ一度は出てみたいと思っていました。予選会に出ていれば、そのうちにチャンスが訪れるとの思いで参加を続けていたところ、県予選3度目のトライで運よく「ねりんピック長崎2016」の代表に選出されました。

代表になれた時は、大変嬉しく、それまで一緒に練習してくれた仲間がいたか

らこそだ、と仲間に感謝しました。

結団・出発式の後、バスで長崎県に向かいましたが、春の県予選会から季節は秋に移り、ようやく長崎に行くことになったと感無量でした。諫早市での総合開会式は、大変素晴らしいものでした。長崎県の皆さんの心のこもったたくさん

の演舞に感激しました。試合は、予選リーグ3位でしたが、3位グループ2次予選では2勝することができ、3位グループ決勝トーナメントに駒を進めました。初戦で大阪市と対戦し、試合内容はほぼ互角でしたが、少しミスが出てしまい、ここで敗退しました。

宮崎県チームの監督を仰せつかり、代表7名で5試合も戦うことができ、大変良かったと思っています。これもみんなの頑張りがあったからこそだと思います。

今後も体力が続く限り卓球を頑張りたいと思います。

大会参加に当たり、多くの長崎県の方々に大変お世話になりました。深く感謝いたします。



試合前の整列、「いざ、勝負!」。監督兼選手としてチームを率いる。(右端)



ダンススポーツ

(監督兼選手)

まさのり
日高正憲さん 61歳 ● 参加歴：1回目

チーム宮崎、ダンススポーツ交流大会に初チャレンジ

5月開催の宮崎ねんりんピックで選拔された私たち「チーム宮崎」。「ねんりんピック長崎2016」に初めて参加することとなりました。

出発前に宮崎県庁で結団・出発式が盛大に催され、県知事から温かい激励の言葉をいただき、身の引き締まる思いでバスに乗り込みました。天候にも恵まれ、途中、休憩を挟みながら、宿泊地の島原市まで。フェリーにも乗り楽しい旅路でした。夕食時の選手団の交流会では、選手紹介時にスローアウェイオーバースウェイというフィガーポーズで締めくくると、拍手喝采、たいそう好評でした。

翌日長崎県立総合運動公園の会場に着くと、色とりどりのユニフォームを着用した各都道府県の選手が来ており壮観でした。宮崎県は、白を基調として赤のラインの入ったユニフォームでしたが、最も鮮やかで目立っていると皆自画自賛しました。開会式が無事に終わり、ダンススポーツ会場のある佐世保市内のホテルまで移動しました。ここには群馬県、三重県、福岡県、長崎県のチームも宿泊しており、夕食時には互いの健闘を誓い、楽しく飲んで語ることができました。

次の日、佐世保市東部スポーツ広場体育館で行われた競技会は、200組400人を超える選手の入場行進から始まりました。最初が個人戦のチャチャチャとルンバ、それぞれ150組を超える出場者で、宮崎県からは2組出場しました。次はワルツとタンゴ、それぞれ180組を超える出場者でした。その人数にも圧倒されましたが、宮崎県から出場した3組に、準決勝まで進む組があり、上々の滑り出しでした。

そしていよいよ団体戦です。私たちは1次予選突破を目標としていました。

チャチャチャはカップルの踊りの切れとトップスが美しく、ルンバは培ってきた熟練の技を多彩に繰り出して魅せました。ワルツは柔らかくて途切れないムーブメントで目を引き、タンゴ（私）はスタッカートにスピードに乗って踊りました。

結果は、万々歳、準決勝に進出できました。決勝には選手層の厚い都市部のチームが残っていましたが、チーム宮崎としてはこれ以上ない好成績です。長崎県スタッフの皆様のおかげで気持ちよく試合に臨むことができました。ありがとうございました。

今回は初めての参加でしたが、本当に素晴らしい経験をさせていただきました。今後はこれを宮崎県内の愛好家に伝えていき、全国大会を目指す方々がさらに増えてくることを心から願っています。



チーム宮崎で、記念撮影。準決勝進出というこれ以上ない好成績を収めた。(後列右から2人目)

Information



ねんりんピックとは

「ねんりんピック」の愛称で親しまれている「全国健康福祉祭」は 60 歳以上の方々を中心として、あらゆる世代の人たちが楽しみ、交流を深めることができる健康と福祉の総合的な祭典です。

ねんりんピックは厚生省創立 50 周年を記念して昭和 63 年（1988 年）の第 1 回ひょうご大会以来毎年開催されています。

卓球、テニス、囲碁、俳句などの交流大会や美術展、音楽文化祭、健康福祉機器展などのさまざまなイベントを通じて、地域や世代を超えて参加者の交流の輪が全国に広がっています。

「ねんりんピック長崎 2016」大会情報

平成 28 年 10 月 15 日から 18 日の 4 日間、「長崎で ひらけ長寿の 夢・未来」をテーマにねんりんピック長崎 2016 が開催されました。ながさき大会では離島を含む 12 市 3 町で過去最多となる 26 種目の交流大会が開かれ、全国から集まった約 1 万 600 人の選手が日ごろの成果を発揮しました。

■ 動画配信

ねんりんピックの大会の様様を動画でご覧いただけます。（過去の大会についても動画を配信しております。大会動画配信ページのリンクからぜひご覧ください。）

<http://www.nenrinpic.com/nagasaki2016/>（ながさき大会）

■ 最高齢者（ながさき大会公式記録集より）

性別	種目	所属	年齢
男性	囲碁	青森県	101
女性	ゲートボール	東京都	91

■ 開催種目・平均年齢（ながさき大会公式記録集より）

競技種目	開催市町	参加チーム数	参加者数	平均年齢
卓 球	大村市	70	495	68.8
テ ニ ス	佐世保市	72	450	67.8
ソフトテニス	長崎市	65	403	66.5
ソフトボール	諫早市	66	949	66.9
ゲートボール	平戸市	157	916	75.2
ペタンク	南島原市	68	244	74.3
ゴルフ	長崎市	57	165	69.0
マラソン	諫早市	—	253	69.9
弓 道	島原市	70	459	69.4
剣 道	五島市	66	377	67.0
グラウンド・ゴルフ	長崎市	—	404	74.7
太極拳	佐世保市	63	439	68.2
ウォークラリー	壱岐市	40	199	71.8
ソフトバレーボール	諫早市	67	481	65.7
サッカー	島原市 雲仙市	64	1,125	64.2
水 泳	長崎市	—	284	69.8
ダンススポーツ	佐世保市	52	405	67.6
ボウリング	大村市	60	119	69.9
ラグビーフットボール	大村市	26	525	67.9
ターゲット・バードゴルフ	長与町	—	127	73.2
バウンドテニス	松浦市	36	233	68.8
インディアカ	波佐見町	24	165	65.6
囲 碁	西海市	61	167	73.6
将 棋	時津町	63	186	71.0
健康マージャン	長崎市	68	272	72.5

※俳句交流大会を除く



ねんりんピックに参加するには

■ 選手として参加する

都道府県・政令指定都市ごとに選手団が結成されます。また、美術展でも60歳以上の方の作品募集を行っていますので、お住まいの都道府県・政令都市選手派遣団体へお問い合わせください。72ページから選手派遣団体の一覧をつけておりますので、ご活用ください。

■ イベントに参加する

総合開会式、総合閉会式、講演会、音楽文化祭などのイベントでは事前に入場者募集を行います。また、ふれあい広場をはじめ、どなたでもお楽しみいただけるイベントも数多く開催しますので、大会公式ホームページで情報を確認の上、ぜひご参加ください。

■ これからの開催地

大会会期	開催地
第30回（平成29年度）	秋田県
第31回（平成30年度）	富山県
第32回（平成31年度）	和歌山県
第33回（平成32年度）	岐阜県
第34回（平成33年度）	神奈川県
第35回（平成34年度）	愛媛県
第36回（平成35年度）	鳥取県

都道府県政令指定都市選手派遣団体

都道府県・ 政令指定都市	選手派遣団体・部署名	電話番号
北海道	(福) 北海道社会福祉協議会 北海道長寿社会推進センター	011-271-1574
札幌市	(一社) 札幌市老人クラブ連合会 高齢福祉課	011-614-0153
青森県	(福) 青森県すこやか福祉事業団 青森県長寿社会振興センター	017-777-6311
岩手県	(公財) いきいき岩手支援財団 総務・健康支援課	019-626-0196
宮城県	(福) 宮城県社会福祉協議会 人材養成部 いきがい健康課	022-223-1171
仙台市	(公財) 仙台市健康福祉事業団 シルバーセンター いきがい推進課	022-215-3192
秋田県	(公財) 秋田県長寿社会振興財団 企画・振興課	018-829-2888
山形県	(福) 山形県社会福祉協議会 地域福祉部	023-622-5805
福島県	(公財) 福島県老人クラブ連合会 事業課	024-523-2131
茨城県	(福) 茨城県社会福祉協議会 茨城わくわくセンター	029-243-8989
栃木県	(福) とちぎ健康福祉協会 事業部事業企画課	028-627-4710
群馬県	(公財) 群馬県長寿社会づくり財団 生きがい健康グループ	027-255-6511
埼玉県	(公財) いきいき埼玉 高齢者いきがい支援センター	048-728-7951
さいたま市	さいたま市 保健福祉局 福祉部高齢福祉課	048-829-1259
千葉県	(福) 千葉県社会福祉協議会 地域福祉推進部	043-245-2208



千 葉 市	千葉市 保健福祉局 高齢障害部高齢福祉課	043-245-5171
東 京 都	(公財) 東京都体育協会 事業部 生涯スポーツ課	03-6804-8122
神 奈 川 県	(公社) かながわ福祉サービス振興会 明るい長寿社会づくり推進機構 かながわシニアフェスタ事務局	045-671-0294
横 浜 市	横浜市 健康福祉局 高齢健康福祉部高齢健康福祉課	045-671-2406
川 崎 市	川崎市 健康福祉局 長寿社会部 高齢者在宅サービス課	044-200-2651
相 模 原 市	相模原市 保険高齢部 高齢政策課 計画推進班	042-769-8354
新 潟 県	(福) 新潟県社会福祉協議会 地域福祉課 新潟県長寿社会振興センター	025-285-1400
新 潟 市	新潟市 健康福祉部 高齢者支援課	025-226-1290
山 梨 県	(福) 山梨県社会福祉協議会 福祉振興課	055-254-8610
長 野 県	(公財) 長野県長寿社会開発センター	026-226-3741
富 山 県	(福) 富山県社会福祉協議会 富山県いきいき長寿センター	076-432-6010
石 川 県	(福) 石川県社会福祉協議会 長寿生きがいセンター	076-258-3135
福 井 県	(福) 福井県社会福祉協議会 福井県すこやか長寿センター	0776-24-2433
岐 阜 県	(公財) 岐阜県教育文化財団	058-233-8161
静 岡 県	(公財) しずおか健康長寿財団 健康増進生きがい推進課	054-253-4221
静 岡 市	静岡市 保健福祉局福祉部 高齢者福祉課	054-221-1086
浜 松 市	浜松市 社会福祉部 高齢者福祉課 生きがい調整グループ	053-457-2789

愛 知 県	(福) 愛知県社会福祉協議会 福祉生きがいセンター 長寿生きがい振興部	052-212-5521
名 古 屋 市	名古屋市 健康福祉局 高齢福祉部 高齢福祉課	052-972-2542
三 重 県	(福) 三重県社会福祉協議会 福祉研修人材部	059-213-0533
滋 賀 県	(福) 滋賀県社会福祉協議会 滋賀県レイカディア振興センター	077-567-3900
京 都 府	(公財) 京都SKYセンター 活動支援課	075-241-0226
京 都 市	(一社) 京都市老人クラブ連合会	075-354-8744
大 阪 府	(一財) 大阪府地域福祉推進財団 事業振興課	06-4304-0294
大 阪 市	(一財) 大阪府地域福祉推進財団 事業振興課	06-4304-0294
堺 市	(一財) 大阪府地域福祉推進財団 事業振興課	06-4304-0294
兵 庫 県	(公財) 兵庫県生きがい創造協会 生涯学習部	079-424-9832
神 戸 市	(公財) こうべ市民福祉振興協会 企画運営本部 事業推進課	078-743-8092
奈 良 県	(福) 奈良県社会福祉協議会 すこやか長寿センター	0744-29-0120
和 歌 山 県	(福) 和歌山県社会福祉協議会 和歌山県いきいき長寿社会センター	073-435-5214
鳥 取 県	(福) 鳥取県社会福祉協議会 地域福祉部 明るい長寿社会づくり推進事業担当	0857-59-6332
島 根 県	(福) 島根県社会福祉協議会 地域福祉部 長寿社会振興係	0852-32-5981
岡 山 県	(福) 岡山県社会福祉協議会 地域福祉部 長寿社会推進センター	086-226-2835
岡 山 市	(福) 岡山市社会福祉協議会 地域福祉課	086-225-4051
広 島 県	(福) 広島県社会福祉協議会 総務課	082-254-3481



広島市	(公財) 広島市文化財団 ひと・まちネットワーク部	082-541-5335
山口県	(福) 山口県社会福祉協議会 地域福祉部 山口県生涯現役推進センター	083-928-2385
徳島県	(公財) とくしま“あい”ランド推進協議会 業務第一課	088-655-5080
香川県	(公財) かがわ健康福祉機構 長寿社会部	087-863-0222
愛媛県	(福) 愛媛県社会福祉協議会 長寿社会振興センター	089-921-5140
高知県	(福) 高知県社会福祉協議会 福祉人材部 いきいきライフ推進課	088-844-9054
福岡県	(福) 福岡県社会福祉協議会 地域福祉部 共生社会推進課	092-584-3377
北九州市	北九州市 保健福祉局 地域福祉部 長寿社会対策課	093-582-2407
福岡市	(公財) 福岡市老人クラブ連合会 全国健康福祉祭参加事業福岡市実行委員会	092-713-1340
佐賀県	(公財) 佐賀県長寿社会振興財団 開発指導課	0952-31-4165
長崎県	(公財) 長崎県すこやか長寿財団 健康生きがい推進課	095-847-5212
熊本県	(一財) 熊本さわやか長寿財団 生きがい推進課	096-354-3083
熊本市	熊本市 健康福祉局 福祉部高齢介護福祉課	096-328-2347
大分県	(福) 大分県社会福祉協議会 市民活動支援部 長寿いきいき班	097-553-1150
宮崎県	(福) 宮崎県社会福祉協議会 安心生活部 長寿社会推進センター	0985-31-9630
鹿児島県	(福) 鹿児島県社会福祉協議会 長寿社会推進部	099-250-7441
沖縄県	(福) 沖縄県社会福祉協議会 沖縄県いきいき長寿センター	098-887-1344



一般財団法人 **長寿社会開発センター**

