

ねんりんピックで輝く シニアの星

参加選手
体験談集



© ねんりんピック紀の国わかやま 2019 実行委員会

第32回全国健康福祉祭和歌山大会
ねんりんピック紀の国わかやま2019

あふれる情熱 はじける笑顔

令和元年11月9日(土)~12日(火)

はじめに

ねんりんピック紀の国わかやま 2019 参加選手体験談集の刊行にあたって

第32回全国健康福祉祭和歌山大会（ねんりんピック紀の国わかやま 2019）は、「あふれる情熱 はじける笑顔」をテーマに、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・ご協力のもと、令和元年11月9日から12日までの4日間にわたって開催されました。

新元号「令和」となり初の開催となった本大会では、和歌山県田辺市が発祥の地である合気道がねんりんピックの競技に初採用となり、前回大会と同様ねんりんピック史上最多の27種目のスポーツ・文化の交流大会が県内21市町で開催されました。また、健康・福祉・生きがいに関する多彩なイベントもあり、開催期間を通じ、延べ約56万人の方々にご参加いただいた盛大な大会となりました。

全国各地から集った約1万人の選手が日々の練習成果を発揮するとともに、競技仲間や地元の方々・他チームの選手と交流されたほか、世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」をはじめとした歴史が刻まれた数々の名所、豊かな食の恵みの元となる海・山・川、県内各地から湧き出す豊富な温泉など、温暖な気候で、豊かな自然に恵まれた県内の魅力を十分に満喫されました。

このたび、大会に参加された選手のエピソード・感想や大会当日の様子などをお伝えし、ねんりんピックの楽しさ・大会にかける選手の情熱をより多くの方々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。

体験談から伝わってくる選手の競技にかける熱い想い、大会に向けての日々の懸命な練習、周囲への感謝の心、試合・観光を共に楽しむ姿に、生きがい・健康づくりの大切さや心の豊かさについて改めて振り返る機会となるでしょう。ひとりでも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けたら幸いです。

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の皆様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、ねんりんピック紀の国わかやま 2019に参加された選手の皆様、開催に尽力された和歌山県庁はじめ関係者各位、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。

令和2年3月

一般財団法人 長寿社会開発センター

理事長 高井 康行

CONTENTS



北海道・東北

岩手県

鷺盛法子さん	卓球	6
安倍けんこさん	パークゴルフ	7

秋田県

鈴木龍一さん	グラウンド・ゴルフ	8
--------	-----------	---

福島県

玉木恵久子さん	ダンススポーツ	9
加藤一郎さん	オリエンテーリング	10

関東・甲信越

茨城県

小沼勉さん	ソフトテニス	12
-------	--------	----

栃木県

平山勝男さん・ フザミさん	マラソン	13
小野義信さん・ 厚子さん	なぎなた	14

群馬県

津金沢民男さん	オリエンテーリング	15
---------	-----------	----

埼玉県

佐藤千鶴子さん	なぎなた	16
西脇延幸さん	水泳	17

千葉県

籠谷静愛さん	グラウンド・ゴルフ	18
中村史子さん	水泳	19

東京都

中村秀樹さん	テニス	20
藤野めぐみさん	マラソン	21

神奈川県

菅原啓蔵さん	グラウンド・ゴルフ	22
--------	-----------	----

山梨県

田辺泰明さん	サッカー	23
--------	------	----

長野県

清原基生さん	ペタンク	24
--------	------	----

さいたま市

大久保慶子さん	ウォークラリー	25
吉田治弘さん	弓道	26

相模原市

小倉寿志さん	サッカー	27
--------	------	----

東海・北陸

富山県

京田重雄さん	ゲートボール	30
金子紀子さん	ボウリング	31

福井県

田中哲さん	水泳	32
清水寛さん	将棋	33

岐阜県

赤塚正嗣さん	卓球	34
--------	----	----

静岡県

江面雄次さん	囲碁	35
丸山義明さん	サッカー	36

愛知県

藤島正己さん	弓道	37
--------	----	----

三重県

杉田憲司さん	合気道	38
杉本久美子さん	テニス	39

近畿

京都府

田村公伸さん 剣道……………42

大阪府

小林昇さん テニス……………43

星野悦治さん テニス……………44

兵庫県

高橋直樹さん 弓道……………45

松平秀利さん 合気道……………46

奈良県

平井英勇さん 水泳……………47

和歌山県

金田好充さん・
好美さん ダンススポーツ……………48

永長美保さん 太極拳……………49

大阪市

竹中利春さん マラソン……………50

永柳恵子さん マラソン……………51

中国・四国

鳥取県

中山誠さん ダンススポーツ……………54

島根県

岩佐光恵さん 民謡……………55

土屋淳さん サッカー……………56

岡山県

井上隆治さん ペタンク……………57

江口明彦さん 水泳……………58

山口県

梧桐節男さん ソフトボール……………59

松原利広さん 剣道……………60

徳島県

松山敏明さん ソフトボール……………61

板東光彦さん オリエンテーリング……………62

香川県

三好邦夫さん 卓球……………63

柴田郁夫さん ソフトバレーボール……………64

高知県

松本祐一郎さん 弓道……………65

岡山市

岡達也さん 合気道……………66

広島市

川中武範さん ソフトボール……………67

九州・沖縄

長崎県

松尾良治さん パークゴルフ……………70

熊本県

松本友喜さん ソフトテニス……………71

井上静子さん ペタンク……………72

宮崎県

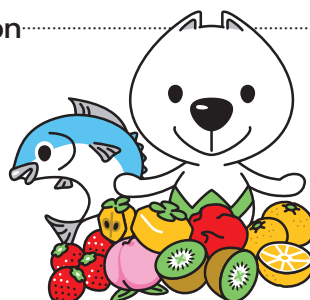
吉村都代子さん なぎなた……………73

秋本博美さん 将棋……………74

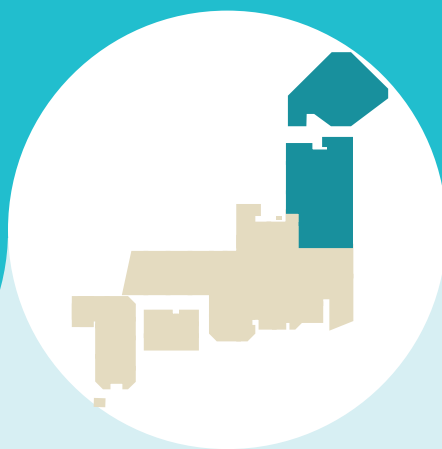
沖縄県

島尻勝広さん 将棋……………75

Information……………77



北海道 東北



岩手県

鷺盛法子さん



卓球

6

安倍けんこさん



パークゴルフ

7

秋田県

鈴木龍一さん



グラウンド・ゴルフ

8

福島県

玉木恵久子さん



ダンススポーツ

9

加藤一郎さん



オリエンテーリング

10



卓球 「南部いわて」(選手)

わしもりのりこ
鷺盛法子さん

78歳

●参加歴：2回目

何かに必死に立ち向かう「わくわく感」が蘇った

紀三井寺公園陸上競技場で開会式入場のアナウンスとともに、お揃いの紺碧のユニフォームを着た145人の岩手県選手団の行進が始まった。2度目のねりんピック参加だったが、新鮮な気持ちと高揚感が抑えきれず、本部席通過後の旗の降下も忘れて仲間から注意されて苦笑い。

開会式、アトラクションともに感動的だった。岩手国体の観客席で味わった感動とは別の、胸の高鳴りと満足感で一杯だった。1万人の選手と観客を含め、延べ約56万人の参加だというのが、その人数と色とりどりの衣装はまさに圧巻そのもの。自分がこの群衆の中にいる一人だと思ふと興奮し、不思議な感覚を味わった。

卓球は6人(男3、女3)のチームで、60、65、70歳以上で構成されている。盛岡、滝沢、紫波、奥州、大船渡、北上と地域はばらばらだったが、何度となく集合し、技術向上と意識統一を図った。県代表として仲間迷惑はかけられないという気持ちで、必死に練習会場に向かった。夏場には汗が滝のように流れ、それでもこのチャンスを生かそうと、アドバイスを受けながら、技術向上に必死に取り組んだ。大会までは怪我のないよう、病気にかからないよう健康管理に努めた。何かに必死に立ち向かう感覚が久しぶりに蘇り、青春が宿り、学生時代に経験したわくわく感がとても心地よかった。

和歌山は遠く、不安一杯。「大丈夫、大丈夫」といい聞かせての参加だった。無事にクリアできたことで、自信と勇気が得られた。この大会は名称を「全

国健康福祉祭」という。75歳を過ぎてからこの大会の開催を知り、偶然にも2年前から70歳以上の女子1名の参加が認められ、秋田ねりんピックに初挑戦した。今回は年齢的にも体力的にも技術的にも無理と諦めていたものの、チャンスが訪れて出場できた。

最初は申し訳ない、私でいいのかと遠慮がちだった。参加選手の中で最高齢者の表彰があり、何と100歳の表彰者がいることを知り、ねりんピックの開催趣旨・意味づけを理解した。100歳時代といわれている昨今、健康で目標を持って生きていくことの重要性を改めて感じ取る貴重な大会になった。岩手の戦力の一員として力不足を感じたが、長年続けてきた卓球を今後も継続し、健康づくりに励んでいきたい。

ねりんピックの仲間には深く感謝している。そして事務局の方々からいただいた支援と協力が無事終えられたことに感謝で一杯である。



大会出場で絆を深めたチーム仲間と。(前列右端)



パークゴルフ 「北上市」(選手)

あんばい

安倍けんこさん

73歳

● 参加歴：1回目

体調不良を克服し、無事に参加できたことに万歳！

定年退職後、地域の役員を5つほど務め終えました。毎日が日曜日となりボーっとすることが増え、生活に張り合いがなくなっていた頃、友人からパークゴルフに誘われました。

はじめは健康のためにと思い、取り組んだパークゴルフでしたが、今では、はまりにはまっている自分がいます。痛かった足首も膝も、気がつけば回復していたことには驚きました。

開会式では、行進している自分が誇らしく、まだ頑張れるぞと若さも感じた一瞬でした。

たまゆらの里の宿舎から、喜美野町のかみふれあい公園パークゴルフ場での公式練習は、十分に楽しめました。

ところが大会当日のこと、バス酔いもあってか体調を崩してしまいました。血圧が150以上もあり、保健師さんの世話になりました。青白い顔もしていたのでしょうか。体を温めたり、熱いお茶を出したりと、あれこれと心配をしてもらいました。

「この分では競技は難しいですね」と医師に言われ、頭の中は真っ白。県代表で和歌山まで来たのに試合もせずには帰れないと思い、「大丈夫です、少々血圧が高くても試合には絶対出ます」と半ば懇願するように、強く一方的に話していました。「では、30分後にもう一度測ってみましょう！ 結論は、その時に」。それから、何度も深呼吸をし、血圧を下げる努力(?)をしました。その30分の長

かったこと。再度計測して130。「良かったー、下がってる」。事なきを得て、競技参加の許可が下りました。この時のうれしかったこと。心の中で万歳をしました。

交流試合中、「安倍さん、体調大丈夫ですか」と何度も声をかけられました。パークの役員さんたちからでした。きっと医師からの申し送り事項だったのでしょうか。高齢者の大会だけに、健康面には特に注意していることが伝わってきました。成績は散々でしたが、今後も好きなパークゴルフを続けて行くためにも、健康に気をつけ、人と関わりながら、楽しく生活を送りたいと思います。

大会関係者の皆様には、目に見えない気遣いのご苦労があったかと思います。大変お世話になりました。ありがとうございます！



入場行進の前にチームメイトと。(左から2番目)



グラウンド・ゴルフ 「秋田県」(選手)

すずき りゅういち

鈴木 龍一さん

74歳

● 参加歴：3回目

他県のプレーヤーとも交流を深めた思い出深い2日間

この機会を逃しては、和歌山県に行けないと思い、何があっても行こうと参加することを決めました。しかし、参加予定者の1人が家庭の事情により参加できなくなり、グラウンド・ゴルフの場合、6名のプレーヤーが1チームとなり参加するため、出場が一時危ぶまれました。その後、新しいメンバーが参加してくれることになり、秋田県チームとして男女3名ずつが参加することになりました。

11月8日、秋田空港に集合し、大阪伊丹空港を経由して、バスで秋田県選手団の宿泊地に到着しました。9日には紀三井寺公園陸上競技場で、皇族をお迎えして総合開会式およびアトラクションなどが行われ、素晴らしいものでした。

そして、9日、グラウンド・ゴルフ交流大会が、日高川町の南山スポーツ公園、人工芝生の陸上競技場でプレーヤー400名の参加で開催されま

した。私の組は男子4人と女子2人の6人で、プレー前のあいさつを交わし、第1・第2ラウンドの16ホールを、各県それぞれの方言で話し合いながら、プレーを楽しみ、交流を深めました。10日には、第3ラウンド8ホールを終了し、2020年の全国グラウンド・ゴルフ交歓大会が秋田県開催なので、そこでまた会うことを約束し、楽しく和気藹々と2日間の日程を終了しました。私の成績はあまり良い打数ではありませんでしたが、満足した大会でした。

大会中は町職員やボランティアの方から、みかんの食べ放題など、温かいおもてなしやサービスを受け、また、宿泊施設の食事なども美味しくいただき、誰1人不満を漏らすことなく、満足に過ごすことができました。

表彰式終了後にレンタカーを借り、「道成寺」や「那智の滝」などの観光地巡りを1泊で行いました。ねんりんピック参加者には行く先々で観光施設の入館料などが減額され、至れり尽くせりの4泊5日でした。その間1日も雨に当たることなく、楽しく記憶に残る和歌山大会でした。



南山スポーツ公園でプレー前に。(右端)



チームのメンバーと観光も楽しんだ。(後列左端)



ダンススポーツ 「チーム スターダンス」(選手)

たまき えくこ

玉木恵久子さん

67歳

● 参加歴：2回目

チームの絆で勝ち取った団体優勝！

今回、ダンススポーツに出場する4組は、福島県双葉郡浪江町の「浪江スターダンス教室」にもともと所属していました。過去に日本チャンピオンも輩出している伝統ある教室です。しかし9年前の東日本大震災で避難を余儀なくされ、教室も移転し、皆が離ればなれになってしまいました。そんな私たちが、2019年のダンス仲間の新年会で、和歌山のねんりんピックに出ようと話が盛り上がりました。選考会を終えていよいよ出場が決まりました。初出場が2組、2回目が1組、3回目が1組の計4組です。私たちは2回目の出場で、前回は団体戦3位でした。今回は前回以上の成績をあげたいと秘かに思い描いていました。チーム紹介の文は私が作成しました。「うつくしまふくしま、私たちは負けません。強く美しく舞います」と。

皆の住まいは富士市、いわき市、南相馬市と遠く離れていますが、お互いに鼓舞しながら各々練習に励みました。10月には地元テレビ局の取材を受けて、「ねんりんピックに向けいきいきと

練習に励む高齢者」というタイトルで、4組の練習風景が放映されました。

さあ、いよいよねんりんピック大会当日です。個人戦を戦い、ついに団体戦です。皆、朝からの競技でクタクタです。競技も進み、準決勝、そして決勝へ…。

体力も精神状態も極限状態でしたが、皆が持てる以上の力を出して頑張りました。さあ、結果発表です。順に6位から発表され、2位になっても、福島県はコールされません。やった！優勝です。泣きました。抱き合って喜びました。聞いたことのある言葉ですが、今まで生きてきて一番感動しました。ダンススポーツを30年続けていて、その集大成のような気がしました。個人戦でもワルツで5位入賞し、感無量です。

大会後は優勝の喜びに浸りながら、世界遺産の神々しい「熊野三山」に向かいました。陽光を浴び、凛とした空気の「高野山」巡りも最高でした。67歳を過ぎた今、こんなに素晴らしい感動を体験できたことは夢のようです。

ありがとう、仲間たち！ ありがとう、ねんりんピック！



審査員の前で緊張しながらの競技。



チームの絆で勝ち取った団体優勝。
(前列右から2番目)



オリエンテーリング 「福島県ベテランズ」(選手)

か どうい ち ろ う
加藤 一 郎 さん

68 歳

● 参加歴：1 回目

緊張しながらのスタート。終わってみれば「準優勝」！

ねりんピックでオリエンテーリングが実施されるのは十数年ぶりのことです。今回は都道府県対抗形式のポイントオリエンテーリングと聞いて、ぜひ参加したいと思いました。幸いにも参加希望者が少なく、予選会なしで参加できました。福島県老人クラブ連合会と福島県オリエンテーリング協会からの援助も受け、県代表としての意識を新たにしました。

福島県からは、選手監督など総勢 141 名が参加しました。雲ひとつない晴天の下、開会式会場の紀三井寺公園陸上競技場に着くと、歓迎アーチや特産品ブースが設けられ、歓迎イベントが行われて大会への気持ちも高揚しました。

入場行進のあと、福島県選手団はステージの正面に整列しました。式典では主催者の挨拶に続き、皇族の彬子女王殿下からのお言葉がありました。その後、スタンドに移動して、アトラ

クションや郷土出身歌手である坂本冬美さんの熱唱を観賞しました。弁当を食べると、いよいよ競技別に分かれて会場に移動です。

オリエンテーリングの監督・代表者会議では、テレイン内にある世界遺産に登録された三谷坂の通行が禁止され、横断は指定区間のみが可能で、違反者は即失格になるというルールの説明がありました。林を走行する競技者にとって緊張する場面だと思いました。また、携帯電話番号の報告と保持を義務づけられたのは、高齢者の大会であることから、安全面を重視している表れで主催者の配慮を感じました。

競技は世界遺産登録の「丹生都比売神社」と「三谷坂」周囲が会場となります。前々日の懇親会での約束通り、福島県の金子団長と齋藤事務局長が応援に駆けつけ、一緒に丹生都比売神社に健闘を祈願しました。「頑張らなくちゃ」と緊張しながらスタートしました。御利益もあり、終わってみれば「準優勝」という成績にびっくりです。

表彰式は、ゴール地点のかつらぎ町天野地域交流センターで行われ、太鼓や神楽のアトラクション、小・中学生の福島県選手の歓迎ポスター、地元特産の無料配布などなど地元の方々のおもてなしは最高でした。

和歌山県オリエンテーリング協会、かつらぎ町の皆さん、ありがとうございました。



開会式会場の歓迎アーチ前で気持ちが昂る。

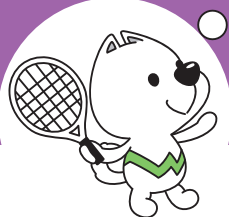


終わってみれば、準優勝という驚きの結果に。(左端)

関東 甲信越



茨城県	小沼 勉さん		ソフトテニス	12
栃木県	平山勝男・フデミさん		マラソン	13
	小野義信・厚子さん		なぎなた	14
群馬県	津金沢民男さん		オリエンテーリング	15
埼玉県	佐藤千鶴子さん		なぎなた	16
	西脇延幸さん		水泳	17
千葉県	籠谷静愛さん		グラウンド・ゴルフ	18
	中村史子さん		水泳	19
東京都	中村秀樹さん		テニス	20
	藤野めぐみさん		マラソン	21
神奈川県	菅原啓蔵さん		グラウンド・ゴルフ	22
山梨県	田辺泰明さん		サッカー	23
長野県	清原基生さん		ペタンク	24
さいたま市	大久保慶子さん		ウォークラリー	25
	吉田治弘さん		弓道	26
相模原市	小倉寿志さん		サッカー	27



ソフトテニス 「ねばー君」(監督兼選手)

おぬま つとむ
小沼 勉さん 60歳 ●参加歴：1回目

若さと粘りを武器に、手にした念願の優勝！

2019年、ねんりんピックソフトテニスの茨城県代表は、1人が2回目の出場、他のメンバーは初出場でした。晴天の下、総合開会式は1万人以上が参加し、選手団の入場行進、3000人参加のアトラクション、炬火入場・点火、そして皇族からのお言葉と続き、大変壮大で圧巻でした。まさに「シニアの国体」と呼ぶにふさわしい開会式でした。

ソフトテニスの交流大会は白浜で行われ、ミックスダブルス、私が出場した男子ダブルス、そして女子ダブルスの3つのペアの団体戦で行われました。2019年の茨城県チームは、ねんりんピック出場可能年齢になったばかりの若いメンバーが代表となり、出場66チーム中、一番若いチームでした。若さを前面に出して、入賞を目指し、予選リーグ3試合（鳥取県、愛媛県、京都市）を戦いました。その結果、すべての試合を3勝0敗で勝ち、1位グループトーナメントへ進出。翌日の1位グループトーナメント1回戦（岡山県）にも3勝0敗で勝ち、そのままの勢いで4決（名古屋市に2勝1敗）、準決（岐阜県に2勝0敗）と勝ち進むことができました。

和歌山県Cとの決勝は、時間の関係で、第1試合のミックスダブルスと第2試合の男子ダブルスを同時に2面展開で行いました。決勝のプレッシャーからか、思うようなテニスができず、ミックスダブルス、男子ダブルスともに一時は0-3となりました。個人戦であれば、そのまま0-4で負けていたと思います。しか

しながら、団体戦であり、簡単には負けられず、またチームの応援もあって徐々に挽回し、ミックス、男子とも3-3まで追いつきました。しかし、先にミックスが惜しくも負けてしまい、男子はファイナルセットで4-6のマッチポイントを取られ、絶体絶命のところから大逆転で勝利。1勝1敗となり、3試合目の女子に望みを託しました。流れはこちらに来ており、4-0で勝利し、見事に優勝できました。このような劇的な優勝は経験がなく、良い思い出ができました。

白浜温泉のホテルに宿泊して、ゆっくりと温泉に浸かり、試合会場では無料でふるまわれた「あゆの塩焼き」「伊勢エビの半身が入った味噌汁」を美味しくいただき、楽しく参加できたねんりんピックでした。

最後に、和歌山県そして白浜町の大会関係者の皆様、そしていろいろと手配やまとめをしていただいた茨城わくわくセンターの皆様にご心より感謝いたします。



決勝直後、見事に優勝を勝ち取ったメンバーと。(右から3番目)



マラソン 10km・3km 「栃木県」(選手)

ひらやまかつ お ふ ち み
平山勝男さん・フデミさん 74歳・72歳

● 参加歴
4回目・1回目

夫婦2人で参加した、喜びあふれるねんりんピック！

夫婦になって50年。健康のためにと、地域の「走る会」に夫婦で参加し、マラソンを始めて早40年が過ぎました。その後、「走る会」は解散しても、出勤前の日課だった早朝マラソンは今も2人で続けており、毎日1時間以上走ることが当たり前になっています。その成果がねんりんピックへと結びつき、和歌山大会は私にとって4回目、妻は初めての参加となりました。

栃木県主催の結団式と、後日行われた市の激励会に出席して、県代表として改めて身の引き締まる思いでした。激励会で撮った私たちの写真が市の広報紙に載り、近所の人に「夫婦で出るなんてすごいね」と言われ、誇らしい気持ちでした。

そして、いよいよ和歌山大会。汗ばむほどの秋晴れの下、総合開会式が行われました。入場行進では観客席にいる妻に向かってこれまでは手を振っていましたが、今回は2人そろって観客席に手を振りました。地元の子どもの歓声を受け、胸が熱くなりました。メインアトラクションも拍手喝采で、「和歌山大会の総合開会式はとても良かったね」と今でも2人で話すことがあります。

大会当日、私と妻はそれぞれ10キロと3キロにエントリーしていました。マラソンは、誰の手も借りることができない、自分との闘いです。入賞はもちろん、タイムを縮めることがどれだけ難しいか。それでも、孤独な闘いのあとの達成感がやみつきになります。また、ねんりんピックでは他の選手との交流も楽しみです。大会期間中は、他県の選手とグッズを交換したり、同

じ栃木県チームの選手と観光に出かけたりしました。大会終了後も、撮影した写真を送り合い、交流が続いていることがうれしいです。

私たちは、ほとんど毎月、地元や栃木県内外のマラソン大会に参加しています。2018年にはホノルルマラソンでフルマラソンに初めて挑戦し、2人とも完走しました。2020年には、離れて暮らす娘夫婦と孫たちと一緒に、5時間リレーマラソンに挑みます。

健康のために始めたマラソンでしたが、おかげで、今までに病気をしたこともなく、薬も飲んでいません。元気に走れることに感謝しています。40年間マラソンを続けることができたのも、夫婦2人で共通の趣味として楽しむことができたからだと思います。何歳まで走るのか？

自分たちにタイムリミットはありません。これからの人生も2人仲良く、体力が続く限り、自分たちのために走り続けたいです。



2人の良い思い出になった和歌山大会。



なぎなた 「栃木県」(監督兼選手・選手)

おの よしのぶ あつこ
小野義信さん・厚子さん 73歳・68歳 ●参加歴：2回目

男子最高齢者賞受賞！そして、人々とのふれ合いに感激

7年前に妻がなぎなた体験会に参加したのをきっかけに、なぎなたを始めました。はじめてねんりんピックに参加したのが2014年の栃木大会で、今回の和歌山大会は2回目の参加です。とはいえ、なぎなたという競技は奥深く、私たちはまだほんの入口にいます。

なぎなた競技には、「しかけ応じ」と呼ぶ基本動作を競う「演技競技」と、防具を着けて試合を行う「試合競技（団体戦と個人戦）」があります。ねんりんピックの演技競技は男女混成の参加が可能で、開催地が和歌山県ということにも惹かれ、夫婦で参加を決意しました。「いろいろ交流して、楽しんでいっちゃい」とご指導いただいている先生方の言葉に見送られて、出発しました。

晴天の下、開催された開会式では、華やかな入場行進やメインアトラクションで気分が高揚し、素晴らしい幕開けでした。その余韻に浸りつつ、監督会議に臨みました。

大会初日、なぎなたの開始式で、夫婦参加は私たち1組のみ、男子の参加は私のみで男子最高齢者賞を受賞し、感激しました。賞状と立派な盾をいただいた上、副賞の柿が後日届き、その美味しさにも感動しました。開始式後のさなだ太鼓のアトラクションは、試合が4番目のため見ることはできませんでしたが、待機中に対戦相手の方に私たちが知らなかったなぎなたの所作を覚えてもらうことができ、貴重な時間となりました。試合結果は初戦敗退、勝つにはもっと練習が必要だと感じました。

試合後は会場で美味しい豚汁とお弁当をいただき、なぎなたのメンバー3人で九度山町を散

策。慈尊院から丹生官省符神社を目指すときには、高野山案内犬の「ゴン」に導かれるようにした。丹生官省符神社ではお孫さんのお宮参りをしていた男性から「今朝、表彰されていましたね」と声をかけられ、勝利寺を教えてもらいました。勝利寺を参拝した後、隣接する紙遊苑の職員さんに町石道を教わり、古道を3町石ほど歩きました。妻は「案内人が町中にいるようだ」と、九度山町の人々とのふれ合いや散策を楽しんでいました。

今回、監督兼選手として和歌山大会に参加し、たくさんの人々と出会い、話し、お世話になったことで、ねんりんピックの楽しさや人の温かさを再確認できました。さらに練習を重ねて次の機会も挑戦し、夫婦で勝ち進むことが今の目標です。

最後に、大会参加にあたってお世話になりました選手やスタッフ、地域の皆様、本当にありがとうございました。



夫婦で臨んだ演技競技。緊張感が心地良い。



オリエンテーリング 「名月赤城山」(監督兼選手)

つ が ね ざ わ た み お

津金沢民男さん

70歳

● 参加歴：3回目

難コースにさらなる練習と奮起を誓う

オリエンテーリングの大会会場であるかつらぎ町は高野山の北北西にあり、世界遺産で1700年前に創建された丹生都比売神社があります。南北を山に囲まれ、町の中央を東から西に紀の川が流れる静かな町です。柿とみかんの一大産地でもあります。

競技は丹生都比売神社周辺の小高く起伏する山野で行われました。熊野古道があり、ウォーミングアップする場所や横断できる場所が制限される地域だけに、運営スタッフの苦心がうかがわれます。また、関東から九州に伸びる中央構造線上にあり、露出した緑色変成岩（三波石）も多く、滑りやすいコースです。

神社境内から15分ほどの山中にスタート地点があり、途中、杖を突いて歩いていた古老の男性とお話をさせていただくと、この周辺の山の持ち主で、スタート地点の山もこの方のものだということでした。山を利用させていただく御礼を述べ、群馬からの参加だということ、そんな遠くから来てくれたのかと大変喜んでくれました。

今回のコースは総じてヤブを含む道のない林が多く、微変化地形も多くあり、地図から地形を瞬時に読み解く力、走力、タフな精神力が要求されます。ルートを決定する判断力（山を越えるか、等高線沿いで走るか、遠回りの道を守るか）も勝敗を大きく左右します。スタートと同時に地図が渡されるため、そこから指定された最初の地点に向かって走り、地図と現在地を見比べながら次の目的地を探します。感覚をつかむまで集中力が要求され、緊張する場面です。

私は、S、M、LコースのうちLコースを走

りました。中盤までは順調で、上位入賞も可能かと思ったのですが、これが気の緩みを生じ、地形の判読を誤り、順位を大幅に下げてしまいました。

優勝設定時間は40分でしたが、私は1時間15分かかってしまい、結果は20人中10位でした。7人は途中棄権という結果で、全日本リレー選手権大会以上の難しさがあり、体力的にもきついコースでした。練習不足と走力減退を痛感し、今後は走力・持久力向上と、地図と現在地の地形を即座に一体化できる訓練が必要だと感じました。

今大会では、宿舎で福島、愛知、茨城などの選手と話す機会に恵まれ、交流できました。試合後は地域の郷土芸能（田楽）や若者が一丸となった見事な和太鼓などを鑑賞し、感動しました。また、本チームからは小幡普さんが高齢者賞に選ばれました。お世話になった皆様に心より感謝と御礼を申し上げます。



チームのメンバーと笑顔で記念撮影。(中央)



なぎなた 「埼玉県」(監督兼選手)

さとうちづこ 佐藤千鶴子さん 75歳 ●参加歴：3回目

応援に来てくれた娘と孫の前で準優勝！

なぎなた交流大会は11月10日に九度山文化スポーツセンターで開始式が行われました。開始式後に真田出陣太鼓が披露されましたが、私は埼玉県チームの試合が2試合目にあったため、場外の選手待機所で並びながら出陣太鼓を聞きました。まさに、これから試合に向かうにふさわしい太鼓の音でした。

競技が始まり、田崎選手と裏辻選手が出場、お互いに気持ちを合わせて、落ち着いて演技しました。準決勝まで進み3位に入賞し、稽古の成果が出せたと思います。2日目の交歓試合の個人戦に出場した私は、まず1試合1試合気持ちを集中し、自分の納得のいく技を出そうという思いで臨みました。目の前の試合に集中するうち、「次は決勝戦です」と言われ、「え！もう決勝戦。これが最後の試合だ。頑張ろう」と思いつつ、なるべく平常心で臨みました。1本取られてしまい、結果2位になりましたが、久しぶりの大会で決勝まで進み、悔いなく楽しむことができました。個人戦に出場した竹下選手も4回戦まで進み、優秀賞をいただきました。

九度山町は2015紀の国わかやま国体でもなぎなた競技会場となり、その後、幸村杯なぎなた大会も開催していますので、競技役員の方々が競技を熟知しており、気持ちよく試合に臨むことができました。

私は約35年間なぎなたをしています、一度も私の試合を見たことがなかった娘から「見に行きたいから出て」と言われ、75歳の記念も兼ねて出場することにしました。福島から応援に来てくれた娘と孫も、まさか私が決勝まで進むとは思ってもみなかったようで、娘たちの喜び

はひとしおでした。また、一度は高野山宿坊に泊まりたいという夢がかなえられ、薬膳料理もいただきました。できれば近くを散策したかったのですが、時間がなく残念でした。また、機会があれば訪れたいです。

今、小学校の体育館をお借りして主に小・中学生になぎなたを指導していますが、彼らに目標を持たせ、それが達成できるよう、根気よく、楽しく教えています。技だけでなく精神面においても相手に対する思いやりと礼儀を身につけてほしいと思います。

これからは体力、気力、技ともに現状維持を心がけ、なぎなた道という終わりのない道を楽しみながら歩いていきたいと思っています。

最後にお世話になりました公益財団法人いきいき埼玉の皆様、和歌山県の皆様に厚く御礼を申し上げます。本当にありがとうございました。



集中して試合に臨む。

水 泳 平泳ぎ 25m・50m 「埼玉県」(選手代表)

にしわきのぶゆき

西脇延幸さん

71 歳

● 参加歴：3 回目



必死に泳ぎ、見事に勝ち取った銅メダル！

「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」の水泳会場でメダル授与式が始まった。「25メートル平泳ぎ、第3位、西脇君。埼玉県」と場内アナウンスが流れた。表彰台の私の胸には銅メダルが輝いていた。選手で共に戦った仲間が笑顔で祝福の言葉を送ってくれた。思う存分、感謝の言葉を返した。県代表としての役割を果たせた安堵と、奇跡的に入賞できたことへの感激で胸がいっぱいになった。

「日軽金OB会」の会報誌が銅メダリスト誕生のきっかけをつくってくれた。2016年4号(10月)で、西日本支部松下氏による「ねんりんピック長崎 2016 に奈良県水泳代表として出場した」という記事を読んだのだった。これが、全国大会に挑戦してみようという私の強い意欲の原動力になった。

「ねんりんピック」とは、60歳以上の高齢者を中心とする「全国健康福祉祭」の愛称である。厚生労働省主催で1988年に兵庫県で第1回が開催されて以来、毎年続いて2019年で第32回になる。

定年退職後、「ゴロゴロしているならプールにでも行ったら」という妻の一言で私にスイッチが入った。運動不足の解消ができ、65歳になってもできる水泳の魅力を感じた。1日800メートルの泳ぎと水中歩行を粘り強く続け、7年目に埼玉県の大会で優勝し、この実績で全国大会に参加することになった。

2019年10月、県民健康センター

で県選手団総勢132名(18種目)の結団式に出席したときには、身の引き締まる思いがした。

2019年11月9日の総合開会式には全国からの選手団約1万人が集まった。11月12日までの4日間にわたり、和歌山県内21市町を会場にして27種目の競技が行われた。

競泳初日50m平泳ぎでは自己ベストに遠く及ばず5位だった。自分より優れたスイマーがいることは百も承知。原因不明の不振に悩んだ。

妻から「5位でも大健闘、いろんな体験ができて良かったですね。これからも挑戦し続けて」という励ましのメールをもらった。何か入賞する策はないものかと思案していたときに、巧く息継ぎをしていた選手がいたことに気づいた。その瞬間、「息継ぎが勝負を決める」と思った。最終日の25メートル平泳ぎは死ぬ気で泳いだ。結果は3位入賞だった。

年をとっても、物事への興味、好奇心、そして続けることが新たな挑戦への原動力になると思った。



選手で共に戦った仲間から祝福を受ける。毎日通うスイミングスクールに受賞を報告。



グラウンド・ゴルフ 「千葉県」(選手)

かごとにしずよし

籠谷 静愛さん

88 歳

● 参加歴：1 回目

獅子汁パワーで優勝！ これぞ自分の「集大成」

グラウンド・ゴルフを始めて16年、数多くの大会に参加して、たくさんの友人ができた。今回、郡大会、県大会と勝ち進み、念願のねりんピックに参加できることになった。結団式でユニフォームに袖を通すと、選手になった気分になった。

11月8日、仲間に激励され出発した。まず東京駅から新大阪駅に向かい、そこからバスで和歌山城を見学したが、腰が弱くて天守閣に行けず、残念だった。その後、夜にはホテルで激励会があり、各選手団の紹介で盛り上がった。

9日には、開会式会場の紀三井寺公園陸上競技場へ路向かった。関係者と子どもたちからの大歓迎に圧倒される。行進が始まった。千葉県選手団は51番目で、菜の花を高く振り、ひときわ目を引いた。盛大な開会式後には、観覧席でアトラクションを見学した。素晴らしい演技と構成に感心し、感銘した。本当に参加できて良かったと思う。

開会式が無事に終わり、2日目のホテルに向かった。レストランで県仲間と乾杯し、明日の健闘を誓った。

3日目の朝7時、試合会場である南山スポーツ公園陸上競技場に着くと、ここでも関係者と子どもたちからの歓迎を受ける。テントが整然と並んで表に各県の名前が書かれている。テント内に椅子とテーブルがあって、落ち着いた。

さあ、試合が始まった。1ホール目で4打、次もまた4打打ってしまった。どうしようがない。ワンが1つ入り、20であがった。悔しくて歯がゆい。テント村の保健所で血圧を測ると、何と205もあった。気をつけてと言われたが、

ここでやめる訳にはいかない。テントに帰ると、仲間が名物の獅子汁を持って来てくれた。これが、本当に美味であった。

2ラウンド目は獅子汁が効いたか、1ホール目2打、次も2打で、次にワンワン。終わってみれば、29打であった。

4日目の朝、会場で昨日の成績暫定表が届く。自分と同率首位が3人いた。勝負はこれからだと気持ちが昂る。3ラウンド目がスタートし、5ホール目にワンが入り、16打であがり、計45打。他選手の成績が気になる。ガイドの職員に確認を頼むと、優勝間違いないと声をかけてくれた。他県の選手たちが寄ってきて、握手ぜめになった。こんなこともあるのだ！ まさに、俺の「集大成」だった。

4日間にわたり、これ以上ない天気にも恵まれ、幸せだった。和歌山県の皆さん、関係者の皆さん、大変お世話になりました。



金メダルを胸に。これこそ「集大成」。



水泳 自由形 50m・バタフライ 25m 「千葉県」(選手)

なかむらふみこ

中村史子さん

81歳

●参加歴：5回目

チームで数個のメダルを獲得！さらなる奮起を誓う

2019年11月8日、素晴らしい秋晴れの日、千葉県からの水泳種目出場者、鶴原、野中、杉沼と私中村の4名は、和歌山「ねんりんピック」に向けて元気に出発しました。車中、東京駅で買ったお弁当を食べ、話に夢中になっている間に富士山を見るのを忘れてしまい、気がついたら名古屋でした。

大阪に着き、バスで和歌山城見学です。お城が大好きな私は、「100名城のスタンプ帳」を片手にお城見学をしました。お城そのものは戦後、コンクリート造りで復元されたものでしたが、見どころは石垣でした。石の種類、工法などが時代によって異なり、興味深く見学しました。

その夜は関西空港の中にあるホテル日航に宿泊しました。千葉県の選手団が一堂に集まり、各チームの選手紹介がありました。どのチームの選手もとてもお元気です。

2日目は朝早くから大会の開会式に臨みました。紀三井寺公園陸上競技場です。いろいろな

アトラクションで歓迎してくださいました。この日のためにずいぶん稽古されただろうと、感謝し、また感激しました。

3日目と4日目、いよいよ大会です。秋葉山公園県民水泳場（秋葉山プール）は素晴らしい施設です。1日目は50メートル競技で金メダル2個、銀メダル1個、2日目は25メートル競技で金・銀・銅メダル各1個を獲得しましたが、リレー競技では残念ながら4位と6位に終わり、とても残念でした。皆で「ねんりんピック」のレベルが上がったのではないかと結論し、次は頑張ろうということになりました。結果はとにかく、皆頑張って泳ぎました。

最後の日には、楽しみにしていた高野山詣をしました。ずいぶん歩きましたが、道中の紅葉にいやされながら、これからも元気に泳げますようにとお願いしました。

高野山には他県からの参加者も多く参拝されていました。このような名所、旧蹟を訪れることができるのも、「ねんりんピック」の良いところかもしれません。

無事に4人で千葉に戻り、11月末にはまた試合があり、皆元気に参加しました。

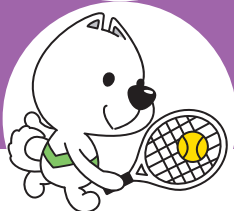
この度、いろいろとお世話してくださった、県社会福祉協議会の皆様に御礼申し上げます。ありがとうございました。



開会式前に、仲良しチームメンバーと。(左から2人目)



勝利のインタビュー。



テニス 「東京都A」(選手)

な かわ ら ひ で き

中村秀樹さん

66歳

● 参加歴：1回目

同窓生とまさかの対戦。予期せぬ出会いが喜びに

60歳以上の男子テニス日本一のチームを決める予選リーグ戦がいよいよ始まりました。東京都代表Aチームから出場する私は、対戦する名古屋市チームの様子を観察し、1勝1敗のイーブンで迎えた、勝敗を決める第3試合に登場しました。

まずは相手の特徴をつかみ、ミスを少なく、無理しないで攻めていこうとしました。4ゲーム先取という短い勝負だからです。相手を波に乗せると、一気に勝敗が決まってしまうのです。相手ペアは独特のコンビネーションで、こちらの球回しに巧みに対応してきました。劣勢に立たされながらも粘って接戦に持ち込み、3-3になり、タイブレークに突入したのです。その前の女子ダブルスがタイブレークの末の逆転勝利でしたので、「これは縁起がいいぞ!」と自己暗示をかけて集中しました。ところが、ここから何か仲間うちで試合しているような和やかな

ムードの試合になったのです。もっと長い時間試合を楽しみたいと思うようになったのです。

結局、その試合には負けてしまいましたが、試合後の握手で「私も名古屋に住んでいました。大学も鶴舞公園の……」と話しかけると、相手ペアは「えっ!私です」「何年卒業ですか」と会話が続き、同窓という驚きと懐かしさで試合後は気分爽快でした。試合結果の悔しさよりも、学校の同窓仲間とこうして偶然にも対戦できて、縁というものを感じました。

出陣前の東京都選手団結団式で小池都知事から激励され、「3つのCを大切に」というお話がありました。そのうちの1つが「仲間作りのコミュニケーション」でした。「健康で長く人生を楽しむには、仲間作りが大切です」ということでした。ねんりんピックはまさに予期せぬ仲間が参加し、人生を大きく希望に満たせてくれるものだと実感しました。

テニスを続けて地域間に対戦すると、知り合いが増え、そのつながりでさまざまな交流が増えていきます。生涯スポーツの奥には、シニア同士での身体のケアやケガ防止のための情報交換と助け合いがあります。それが健康寿命を延ばす効果につながるのだとつくづく感じた和歌山大会でした。彼らの情熱と笑顔が今も目に浮かびます。



開会式の入場行進前にペアの疋田達夫さんと。(右側)



東京都の看板を背中に。誇りが胸にこみあげる。(右側)



マラソン 3km 「東京都」(選手)

ふじの

藤野 めぐみさん

60 歳

● 参加歴：1 回目

太地町民の応援で捕鯨船を目指してゴール！

数年前、走る仲間から「ねりんピック」への挑戦を勧められて以来、ずっと目指してきたこの大会に出場することができ、今でも夢のようです。東京都選手団の結団式から始まり、現地までの移動・宿泊・交流大会当日など、流れがすべてスムーズで、自分のレースに集中することができました。大変ありがたく、感謝の気持ちでいっぱいです。

開会式や宿泊先で、東京都のメンバーのみならず、他県の方々からも普段の練習の様子や元気の秘訣をうかがえたことも、うれしい思い出です。真剣に勝負をしつつ、同時に皆でこの大会を盛り上げようという温かな想いを感じました。

マラソンの会場はくじらで有名な太地町です。ホテルではくじらづくしの貴重な料理を堪能し、交流大会当日は町全体が「ねりんピック」一色でした。大きなレースでお名前を見聞きしている選手も参加していて、そのような方と同じスタートラインに立てる幸せに胸が熱くなりました。

いよいよスタートの号砲です。まぶしいくらいに澄んだ秋空の下、アップダウンのあるコースに苦しんでいると、なんと町民の方々からの途切れない応援が！ おかげで最後の直線は、穏やかな海を横目に、先に見える捕鯨船を目指して気持ちよく駆け抜けることができました。

そして、ゴール後にふるまわれた、くじらの竜田揚げとみかんジュースのおいしかったこと。つい先ほどまでレースを競った人たちとお互いを讃え、笑顔の輪があち

らこちらで広がっています。「走るって素敵だな！」としみじみ感じました。

表彰式でいただいたメダルとくじらのピンバッジ、4日間ご一緒した「チームマラソン東京」の6人は、私の一生の宝物です。メンバーの中で一番年下の私は、期間中教わることばかりで、経験を積んでいる人ほど自分の身体と向き合った賢い練習をし、走れることを心から慈しんでいることを知りました。彼らのキラキラした瞳を見るにつれ、私は年齢を重ねることが怖くなり、むしろ楽しみにすくなりました。このような前向きな気持ちになれたのも、「ねりんピック」のおかげ。出場できて本当に良かった！

これからも美しくてかっこいい先輩たちを目標に、走る楽しさと達成感を味わっていきたいと思います。



真っ青な海を横目に見ながら、ゴールまで力走。



グラウンド・ゴルフ 「かながわかもめ」(選手代表)

すがわらいぞう

菅原 啓蔵 さん

78 歳

● 参加歴：2 回目

人々の温かさに感動し、いっそうの奮起を誓う

ねんりんピックへの出場は2度目でした。台風で中止となった前回は不完全燃焼で終わり、「今度こそは！」と臨みました。思いは遂げられませんが、他県の選手団や日高川町の皆さんとの交流など、素晴らしい思い出になりました。

初日は新幹線で大阪へ。グラウンド・ゴルフ好き6名の長旅は自然と話が弾みます。ホテルに着くと、夜は各チームの抱負発表で、翌日への英気を養いました。

2日目の開会式では、全国からの選手団が色とりどりのユニフォームで入場。観客からは大きな拍手が送られ、いやが上にも気持ちが昂ります。

とはいえ、「かながわかもめ」のモットーは『全国の仲間との触れ合いを大切に』。ホテルでは同郷の宮城県選手団と話が弾み、久方ぶりに思い出に浸ることができました。その中の一人、鈴木さんは女性の部で1位に輝いたとか。「おめでとう」の言葉を送らせていただきます。

3日目、いよいよ競技開始です。日高川町は古くから農業・林業で栄えてきた町とのこと。「安珍清姫物語」で有名な風光明媚な土地です。競技場に着くと、入場ゲートには地元の小中学生が作成した各チーム応援の幟が立ち、子どもから大人までが手を振って歓迎してくれ、温かい歓迎に胸が熱くなりました。

しかし、試合では練習の成果がなかなか出せず、歯がゆい思いをしました。「安珍清姫物語」には大蛇が登場しますが、まさに大蛇が全身にまわりついて、身動きす

らままならないような状態でした。

下剋上を期した4日目。前日の反省を活かすべく試合に臨みましたが、またも意気込みが空回りし、スコアを落とす結果になりました。代表の座をいただきながら、このような結果になったことは残念でなりません。

ちなみに、男子の部優勝者は千葉県の籠谷さん(88歳)でした。人生100年の時代に突入したようで、我々も今後に向けてさらなる希望が持てました。

2大会連続して不本意な結果に終わりましたが、ある意味まだまだ伸びしろがあると前向きにとらえています。再度、県選抜として選ばれることがあれば、そのときこそは肩書きに見合った成績を残したいものです。最後になりますが、「かながわかもめ」をはじめとする県代表の皆さん、関係者の皆さんにはお世話になりました。なかでも大雨で水浸しになったグラウンドをきれいに整えてくださった皆さんには、本当に感謝いたします。素晴らしい経験をありがとうございました。



競技終了後、笑顔で事務局に結果報告。



サッカー

「山梨シニアサッカークラブ」(選手代表)

たなべやすあき
田辺泰明さん

67歳

●参加歴：5回目

チーム一丸で戦い抜き、つかんだグループ優勝！

私たちのチームはグループG（奈良県、佐賀県、和歌山県C）に入りました。第1試合（対奈良県）は1-1の引き分けでしたが、第2試合（対和歌山県C）は5-0と勝利することができ、その勢いで佐賀県に3-1で勝利し、グループ優勝することができました。地元和歌山を相手に5点を獲得するなど、チーム一丸になって戦い抜き、勝利したことが大きかったと思います。

2015年の山口大会でも優勝することができましたが、その後は3位、4位と低迷が続きました。メンバーも若返りを図った結果、今大会では優勝を勝ち取ることができ、気持ちよく山梨に帰ることができました。

和歌山県に来るのは今回がはじめてというメンバーも多く、1日目の試合が午前中に終了したため、午後からは南紀白浜、熊野古道などへ観光させていただきました。その途中、サッカー日本代表のシンボルでもあるヤタガラスで知られる熊野本宮大社に参拝し、勝利の必勝祈願を

したのが好結果につながったのかもしれません。

我々メンバーも生涯スポーツとして日々サッカーを楽しんでおり、毎週水曜日には定例の練習を行い、日曜日にはシニアリーグの試合などでサッカーボールに触れている機会も多く、60歳を過ぎてもガッツと気迫は若い方々に負けていないと思っています。

各年代別のカテゴリーの全国大会もありますが、今後の目標としては、そこで全国優勝するというよりも、サッカーを生生涯スポーツとして、楽しく仲間と続けていくことができればいいなと思います。



表彰式で賞状を受け取る。勝利の喜びに感無量。(写真中央)



チームで記念撮影。賞状を持って笑顔。(写真中央)



ペタンク 「佐久コスモス」(監督兼選手)

きよはらもと お

清原基生さん

84 歳

● 参加歴：5 回目

平常心で練習の成果を発揮し、見事3位入賞！

ねりんピックへの予選となる長野県のペタンク競技大会が、毎年秋に開催される「信州ねりんピックスポーツ交流大会」です。9年ぶりにこの大会で優勝し、和歌山大会に参加しました。ここ数年、毎週木曜日に集まって練習している気心知れた仲間です。

私のペタンク歴は平成13年、長野県長寿社会開発センター・佐久地区賛助会のニューススポーツ体験教室がきっかけでした。高校時代からスポーツが得意で陸上競技などに取り組んで来た私は、立ち上げた賛助会員グループでペタンクを始めました。

全国大会は平成16年、監督兼選手で群馬大会に出場したのを皮切りに、静岡県、鹿児島県、石川県、そして和歌山大会が5回目です。鹿児島大会ではベスト8に入りましたので、今回も気合が入ります。

11月8日早朝、バスで長野県を出発し、宿泊施設に午後4時過ぎに到着しました。結団式では県選手団が一堂に会し、内山団長の力強い開式宣言で盛り上がりました。懇親会で選手団の交流をさらに深め、各代表は絶対に「優勝する」と力強く決意を表明しました。

9日の総合開会式は、全国から1万人を超える選手団の入場行進。3000人を超える和歌山県民によるメインアトラクションでは、いつまでも情熱を持ち、笑顔でいるために夢を持ち続ける大切さが歌い上げられ、感動しました。

その後、午後に会場の岩出市に移動しました。監督会議終了後、開始式には72チーム、248名の選手が出席。いよいよ翌日から試合開始です。

10日、若もの広場で予選リーグ戦開始。長野

県は佐賀県、札幌市、和歌山県Aチームと対戦し、2勝1敗で決勝トーナメント進出を決めました。宿に戻ってから近くの居酒屋で地元料理を楽しみ、酒量が増すとともに気持ちもリラックスしました。

11日決勝トーナメントは3回戦まで勝ち進み、準決勝で岡山県に敗退しましたが、3位に入賞しました。

ペタンクはメンタル面がものをいう競技です。出場が決まってから、チームで改めて基本的な投球の練習をしました。練習通りに最善の一球を投げるために、ミスを起こさないことを第一に考え、練習の成果を発揮することができました。今回の参加でまた技術を吸収できたので、さらに上を目指して、日々練習を重ね、生涯現役で励んでいきたいと思います。

最後に、入賞できたのも県選手団役員の皆様のご支援、ご協力の賜物と厚く感謝するとともに、大会運営関係者の方々に感謝申し上げます。



見事3位入賞を果たしたチームメンバーと。(左から2人目)



ウォークラリー 「ヤングさくら草」(選手)

おおくぼけいこ

大久保慶子さん

86歳

●参加歴：14回目

友と再会、入賞、そして高齢者賞受賞！最高の思い出に

紀の国わかやま大会に参加できる喜びを胸に、5名のチームメンバーで東京駅に集合、新幹線で和歌山に向かいました。9日は最高の天気に恵まれ、紀三井寺公園陸上競技場に着きました。入場前には特設会場で試食や買い物を楽しみ、会場にはオレンジ色に輝くミカンの鉢植えがたくさん並べられていて、参加者は甘くておいしいミカンをもぎ取って食べることができ、幸せのひとつでした。入場行進後はアトラクションを楽しみ、それからウォークラリーチームは由良町に向かいました。ホテルは目の前が大海原で、窓からの夕日が何ともいえない美しさでした。就寝前に窓を開け、空を見上げると満天の星でした。さいたまでは見られない輝きに、ただただため息をつくばかり。この雄大な海原と星空を胸に抱きしめ、眠りにつきました。

10日も晴天に恵まれ、会場の由良中学校に向かいました。多くの人々に歓迎されて体育館に。私たちはゼッケン2番、5名でスタートです。途中で出される課題やゲーム(お手玉を多くのマスに入れたり、30秒間に豆を箸でできるだけ多くつまんだり)をして、約5キロ歩いてゴールです。歩きながら、全国からの多くの参加者とのふれ合いを楽しみました。鹿児島から参加されている紺屋トヨ子さんは私より1歳年上ですが、今回も元気に参加されました。長崎大会で壱岐島を歩いているときに「さいたまの大

久保さんですね」と声をかけられ、その後もお会いするのが楽しみになりました。私は浦和レッズの旗をプレゼントし、お返しに鹿児島の手拭いをいただき、これが西郷さんや篤姫などの似顔絵が描かれたものでうれしくなりました。お互いに元気で参加できたことを喜び合い、この次はいつ会えるかしら?!となりました。

優勝はできませんでしたが、前大会よりも上位で入賞できたのがとてもうれしく、仲間と喜び合いました。段上に昇り、素敵なメダルをいただいたのが最高の喜びでした。さらに高齢者賞までいただき、楽しいねりんピックでした。翌日は、紀州徳川五十五万石の城下町をめぐる観光に参加し、新幹線で帰途につきました。

それから1週間後、「お花のお届け物です」と玄関のベルが鳴り、「母の日でもないのになぜ?」と不思議に思うと、「ねりんピックからです」ときれいな花束でした。高齢者賞の副賞とのこと、和歌山は花木の一大産地。粋なはかりに感謝感謝感謝です。



チームメンバーと笑顔で記念撮影。(左から2人目)



弓 道 「さいたま市弓道」(選手)

よし だ はるひろ

吉田 治弘 さん

72 歳

● 参加歴：2 回目

久しぶりに充実した時間を過ごしたねりんピック

私は日頃、さいたま市大宮武道館の弓道場で稽古に励む、弓道歴 40 年の者です。

2019 年 5 月に埼玉県立武道館で実施された弓道の「ねりんピック予選会」に参加したところ、埼玉県とさいたま市からそれぞれ 5 名ずつ選手が選ばれ、私は市の選手となりました。2011 年の熊本大会に続いて 2 度目の参加となりました。

翌 6 月から始まった「ねりんピックの参加者のための練成会(特別稽古)」に計 9 回参加し、何とか毎回半分くらいは的中していたので、今回は予選を通過し、決勝に進みたいと思っていました。ところが、稽古をやり過ぎて、出発直前に左膝を痛め、歩くのも辛い状況になってしまいました。残念ながら、総合開会式はスタンドから見学しました。開会式のパフォーマンスは素晴らしく、主催者の努力は大変なものだと思いました。

弓道大会は県の南にある田辺市で実施され、全国から 65 チームが参加しました。さいたま

市は初日、各人 4 射で 20 射 9 中。私は膝が痛く、はじめて立射で射ましたが、的中せず、翌日は補欠の方に代わっていただきました。翌日は 20 射 10 中で計 19 中というまずまずの成績で、予選を 12 位で通過しました。決勝トーナメントでは、予選 3 位の愛知県と 1 回戦で戦い、同中となって延長戦を戦い、1 中差で敗退しました。その後、愛知県は勝ち上がり、準優勝を勝ち取りました。さいたま市は日頃の稽古の成果を出し切って、予選を通過し、優秀賞をいただくことができました。

私たちチームメンバーは大会中、4 泊 5 日の団体生活を送り、帰りには高野山にお参りし、現代の弓の名人「範士十段 中野慶吉」のお墓参りをするなど、楽しく過ごすことができました。

趣味で始めた弓道を通じて、年齢を重ねても全国の愛好者と交わり、競うことができました。「ねりんピック」に参加して、久しぶりに充実した時間を過ごすことができました。今後は無理

をせずほどほどに稽古を続けて、機会があれば再度出場し、活躍できることを楽しみにしています。



優秀賞をいただき、幟旗の前で喜びのチームメンバー。(後列右から 2 人目)



予選 2 日目。チームメンバーも緊張の表情。



サッカー 「相模原シニア 60」(選手)

おぐらひさし
小倉寿志さん

61 歳

● 参加歴：1 回目

スポーツの素晴らしさ、楽しさを再確認した大会

「スポーツ交流って素晴らしいなあ、スポーツって美しいなあ、サッカーって楽しいなあ」。私自身は初参加でしたが、開会式から最後の表彰式まで、ねんりんピックはまさに「シニア世代のスポーツの祭典」だと改めて感じる事ができた良い大会でした。

私自身も仕事で保健体育やスポーツと関わり、また、サッカーを指導する中で関わる仲間にはいましたが、今後、リタイア後の人生を豊かにしていくために、地域の方々とどのようにつながり、交流していけばいいだろうとぼんやりと考えていたところでした。そのようなときに今のチームのメンバーに声をかけていただき、大会に参加することになりました。

2019 年 4 月の選手セレクション終了後、「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」への参加に向け、練習会や練習試合に参加し、飲み会などでもチームのメンバーとコミュニケーションを深めることができました。さらに、今回の大会で宿泊を共にすることで、チームとしての一体感を感じることができたことは喜びのひとつです。また、開会式で学生時代の先輩とばったり再会できたこともうれしいことでした。

「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」のサッカー競技は、田辺市、新宮市、上富田町、串本町で行われました。我々の試合は上富田町のサッカーグラウ

ンドで行われました。天然芝のグラウンドでピッチの状態は素晴らしく、また地元高校生やボランティアの方々から温かなおもてなしをいただき、心地よく過ごすことができました。

試合は 1 勝 2 敗という結果に終わり、私自身はやり残したことが多々ありましたが、我々チームの選手や対戦相手の選手とお互いをリスペクトし、全力を尽くして戦えたことに感謝しています。運営スタッフやボランティアの皆さま、本当にありがとうございました。

今大会に参加したことで、素晴らしい思い出と次につながる良い経験を得ることができました。これからも、生活にさらにスポーツを取り入れ、人とのつながりを大切にしながら、人生を豊かにしていきたいと思います。

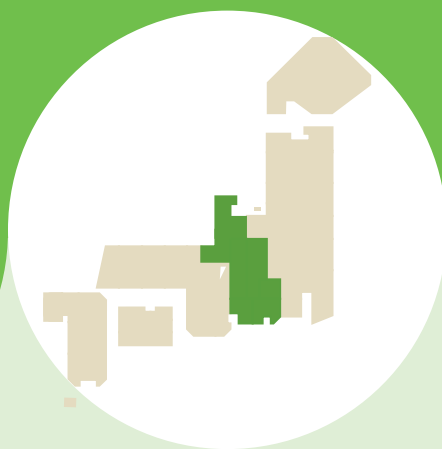


試合前にチームで集合。いざ出陣。(前列左から 4 人目)



表彰式を終え、メンバーからも笑顔があふれる。(左から 4 人目)

東海・北陸



富山県

京田重雄さん



ゲートボール

30

金子紀子さん



ボウリング

31

福井県

田中 哲さん



水泳

32

清水 寛さん



将棋

33

岐阜県

赤塚正嗣さん



卓球

34

静岡県

江面雄次さん



囲碁

35

丸山義明さん



サッカー

36

愛知県

藤島正己さん



弓道

37

三重県

杉田憲司さん



合気道

38

杉本久美子さん



テニス

39



ゲートボール 「下関チーム」(選手)

きょうでんしげ お

京田重雄さん

100歳

● 参加歴：4回目

100歳で迎えた「ねんりんピック」。まだまだガンバル！

「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」で100歳です。昔から同じチームと一緒にプレーしてきた下関ゲートボールクラブの仲間とともに30年以上健康で、病気もせずにゲートボールを続けてこられたことがうれしくもあり、自慢でもあります。

近年のねんりんピックへの参加も今大会で4回を数え、この度も最高齢者賞をいただき、市大会・県大会・各大会に続き、喜びにたえません。

残念ながらゲームの結果は3敗で、思い通りに行かず、失敗するほうが多かったように思います。

ねんりんピック参加のかたわら、市内観光を楽しみ、日本遺産巡りでは、歴史と万葉ロマン

あふれる、紀州55万石の和歌山城、紀三井寺、刺田比古神社と数多くの史跡を見ることができました。

観光途中には「あの人が100歳」などといういろいろな方に言われて注目され、「お願いします、一緒に写真を1枚撮ってください」とたくさん声をかけられました。パチリパチリと、シャッター音が途切れることはありませんでしたが、なぜか手元にはいまだに1枚も届いておりませんが。

今回、ねんりんピックに参加して、本当に楽しませていただきました。

私も、富山・高岡の命の遺産までとは思って感謝しつつ、これからもガンバリます。



ゲートを狙いすまし、集中して一打。



チームメイトとともに、仲間を見守る。(左から2人目)



ボウリング 「らいちょうチーム」(選手)

かねこのりこ
金子紀子さん

74歳

●参加歴：3回目

個人戦3ゲーム、トータル642点でまさかの優勝！

「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」には富山県から総勢174名が参加し、バス5台で和歌山へ向かいました。

ボウリングには、富山県からは2チームが参加しました。私たちらいちょうチームは、残念ながら県内の予選を通過できなかったのですが、出場予定の方が体調を崩されて、急遽出場が決まりました。

ボウリング競技は、2日間にわたり、新宮市の新宮東宝ボウルで全国から126名の選手が個人戦・チーム戦で競いました。

歓迎アトラクションでは、鯨踊りを披露してくださいました。

地元のボランティアの人たちから、温かいお

もてなしをしていただきました。豚汁や具だくさんの味噌汁などをふるまってもらい、おいしいみかんもたくさんいただきました。

私がはじめてねんりんピックに出場したのは、2016年の長崎大会でした。とても感動したのを覚えています。

2018年には地元富山で大会が開かれ、多くの参加者を迎えて行われました。このとき、私たちきときと富山チームは、前半戦は5位で終わりましたが、翌日の後半戦でパートナーにも助けられ、ダブルス戦で優勝することができました。地元の応援の力もあり、心強かったです。

今回の和歌山大会では個人戦3ゲームを行い、トータル642点で優勝することができました。信じられないことで、奇跡が起きたのではないかと思います。とてもうれしかったです。

他県の方たちとも食事をともし、交流する機会があり、とても有意義な楽しいねんりんピックでした。

富山県の皆様にもいろいろとお世話になり、ありがとうございました。



チームメイトとともにいざ勝負。(前列右)



勝利に向けて、全力投球！



水泳 平泳ぎ 50m 「福井県選抜チーム」(選手団 団長)

たなか	さとし		
田中	哲さん	80歳	● 参加歴：5回目

80歳で銅メダルを獲得！ 心の底から叫んだ万歳

今回のねんりんピックは福井県選手団長という栄誉を担っての参加でした。福井県からは161人が参加しました。子どもや孫たちが住んでいる関西圏で大会が行われたため、皆が応援に来てくれました。ねんりんピックへの参加と久しぶりに子どもや孫たちに会えるという二重の喜びを味わいました。

開会式ではメインスタンドから、そして競技会場では家族から熱心な応援をもらって、水泳競技でメダルを獲得しました。私も80歳になって最後のねんりんピックになるかもしれないと考えていましたが、選手団長として参加した大会でメダルを取ることができてほっとしました。

表彰台では心の底から万歳を叫び、福井県社会福祉協議会の役員や福井県選抜チームの監督から写真を撮っていただき、忘れられない思い出になりました。

今回、私が水泳競技に参加して感じたことが2つあります。まず、前回参加したときと比較して、参加者が増えたように思いました。

水泳は1レース8人で競技が行われますが、同一競技への参加希望者が8人を超えると、選手を2組以上に分けて競技が行われます。2組以上のレースが多くなったことが、スポーツをする高齢者が増えたことを示しています。

スポーツをして、健康を維持、推進することで、高齢者の運動人口の底辺が広がり、ねんりんピック参加者が増えてきたのではないかと想像し、高齢化社会がこのようなところにも反映しているように思います。

もう1つ。全国から集まった参加者が会場近くのホテルに分散して宿泊しましたが、毎朝食

堂と一緒に食事をする選手の食欲が半端ではなく、びっくりしました。普通の人の1日分の栄養摂取量を朝食で全部摂ってしまうのではないかと思うほどの分量を食べるのです。この量にして、この元気というのをつくづく感じました。食事量を制限して健康に暮らすなど、とても考えられません。常識が変わらなくてはいけないとつくづく思いました。

朝から思い切り食べて、身体は運動で調整するのが正しい、これが健康長寿の秘訣なのだと改めて気づきました。自分の周囲にも元気な人がいて、素晴らしいと思っていましたが、全国から元気な人が集まってくると、上には上がいると認識しました。

最後に、私は80歳まで健康に生きること、2019年のねんりんピックに出場してメダルを取ること、という大きな目標を達成しました。今後は健康に気をつけて新しい生きがいを模索していきたいと思います。



福井県庁で行われた壮行式でチームメイトと。(後列左から2人目)



将棋 「将棋 福井県」(選手)

しみず ひろし
清水 寛さん 70歳 ●参加歴：4回目

チーム主将の重責を果たし、3位入賞

2019年のねんりんピックは和歌山県で行われたが、私はこの大会をとても楽しみにしていた。開会式の入場行進では、福井県選手団の青のユニフォームが映えて、とても力強く感じた。

将棋の会場は高野山だったが、ここは故大山康晴九段と故升田幸三九段が時の名人位をかけて対局し、「錯覚いけない、よく見るよろし」という有名な升田九段の言葉を残し、大山名人が誕生した地でもあった。チームの紹介コメントに「オール五段で上位入賞」との触れ込みがあり、私はなぜか主将になっており、責任重大だと思ったが、これは県将連のほうで出場4回という私の実績を買ったのだろう。副将の宮口喜代治五段と三将の永田敬一郎五段も出場3回の実績を持つ。

大会1日目は64チームを16ブロックに分けて、4チームずつのリーグ戦が行われた。各ブロックから1チームが翌日のトーナメント戦に出場できるというものだ。結果、我がチームは2-1、3-0、3-0の3連勝で、予選通過が決定した。2日目はベスト16によるトーナメント戦だが、福井県チームは過去ベスト8が最高だと聞いていたので、それ以上の成績を残したいと3人で誓い合った。1局目は地元和歌山県Bと当たり、勝利し、2局目は過去に優勝もしている東京都チーム。1勝1敗で先の2人が終わり、残るは主将戦の結果次第となったが、指運よく勝利し、ベスト4となって、一応の責任は果たしたと思ったものだ。これで事務局にも県将連にも報告できると、ホッとしたのを覚えている。だが、運もここまでで、次は準決勝、北九州玄海チームとの対戦で、前局と同じく1

勝1敗でまたしても主将戦となり、ここで優勢だった将棋を落としてしまった。皆に申し訳ない気持ちだったが、皆はここまで来られて良かったと励ましてくれた。夜は宿坊の遍照尊院で3位入賞おめでとうと乾杯し、望外の成績を肴に精進料理で喜び合い、舌鼓を打った。そういえば高野豆腐はここが源流らしく、3日間とも同じような料理だった。3日目の料理にはなぜかトンカツがついており、もう1日早かったら良かったと笑い合った。

さて、高野山には40年ほど前に一度、会社の研修で来たことがあるが、多少交通の便が良くなったぐらいで、大きくは変わっていないと感じた。観光は時間の都合で1カ所、金剛峯寺だけとなったが、由緒あるお寺ということで大いに感慨にふけて帰路についた。



決勝トーナメントの前に、気合を入れて勝利を誓う。(中央)



卓球 「岐阜清流チーム」(監督兼選手)

あかつかまさつぐ

赤塚正嗣さん

65歳

●参加歴：1回目

力を出し切った大会。次は特別表彰を目指す

以前より関心があった「ねんりんピック」に、卓球の監督兼選手としてはじめて参加しました。また、岐阜県選手団長の大役も仰せつかり、関係者約1800名が参加した結団式で決意表明を行い、知事から団旗が手渡されたときには、重責を肌で感じ、身が引き締まる思いになりました。

総合開会式前日、前泊先である大阪で、岐阜県選手団全員が参加し、懇親会を行いました。他競技の選手とも交流を深め、お互いの健闘を誓い合い、大変盛り上がったことを思い出します。

当日、快晴の下で行われた総合開会式は想像以上の規模であり、入場行進はテレビで見る全国大会を彷彿とさせるようで大変感動しました。その後行われた躍動感あふれる子どもたちのアトラクションも大変見事で、翌日以降の活力をもらいました。

総合開会式終了後、監督会議に参加。その後、合同開始式に参加しました。和歌山市による盛大な歓迎セレモニーがあり、大きな太鼓によるアトラクションは迫力もあり大変見事でした。

また、84歳以上の選手に対しては特別表彰があり、自分も特別表彰を目標にしたいと改めて思いました。

翌日、いよいよ卓球交流大会の開始です。ワクワクドキドキした気持ちで練習を早速開始したものの、周りの選手のレベルが高いことに驚きました。「交流が一番の目的で、勝敗は二の次」とだけ思い、プレッシャーに負けないようにしました。結果的に決勝トーナメントには進めませんでしたが、持てる力は十分に出し切りました。

私は今大会65歳で参加しましたが、70代の選手が多数見られ、スピードのあるボールや軽快な動きなど素晴らしいプレーがとても印象的でした。この方たちがラージボールのレベルを上げていると強く感じ、自分も練習を怠らず、努力が必要だと認識させられました。

2020年、ねんりんピックは岐阜県で開催されます。「おもてなし」をする気持ちを忘れず、他県の選手と積極的に交流を深め、他県の方に喜んでいただける大会にしたいと思います。

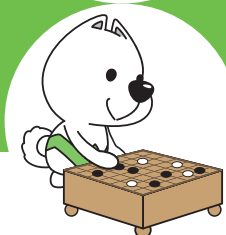
最後に、大会の運営に関わった和歌山県の関係者の方、岐阜県選手団を支援していただいた岐阜県教育文化財団の皆様には大変お世話になり、御礼申し上げます。



選手団集合場所で、笑顔で記念撮影。(右から3人目)



総合開会式で、これからいよいよ入場行進。(前列左端)



囲 碁 「ふじっぴー」(選手代表)

え づ ら ゆ う じ
江 面 雄 次 さん

73 歳

● 参加歴：5 回目

団体戦・個人戦ともに 1 位で念願の全国制覇！

静岡県では5月に全国大会に向けた県予選を行い、上位3名が代表となる。8つのクラス別で行われ、参加者は約200名。県代表を決める最上位クラス以外は小学生から90歳を超える年配者までが参加し、世代を超えた交流が図られている。

私の全国大会への参加は5回目となったが、開会式前日に開かれる出陣式は毎回楽しみで、今回はライトアップされた大阪城が見えるホテルで美味しいご馳走をいただきながら、同じテーブルについた合気道や将棋などの選手とリラックスした会話を交わしたり、ダンスや民謡などの余興を楽しんだりで、大いに英気を養った。これが効いたのか、団体戦・個人戦とも1位、念願の全国制覇が果たせた。

ねりんピックの大会で、改めて感動したのは総合開会式だ。会場の入口で地元の子どもたちから熱烈な歓迎を受け、元気をもらった。また、入場行進でグラウンドから見上げる周りの景色は何回体験しても格別で、グラウンドに揃う大勢の仲間との一体感を感じることができた。

囲碁大会は勝者同士のトーナメントで、2日間で4局対戦する。チームの成績は3名の合計勝ち星で競うが、同点の場合には対戦した相手の勝ち星の多いほうを上位とする方式を採用している。結果、我が「ふじっぴー」チームは、10勝2敗で2位チームと同点ながら、相手との勝ち星の差で優勝できた。また、個人戦でも、全勝者が4人出た中で、これも対戦相手の勝ち星に恵まれて1位となれたのは幸運だった。苦しい局面の碁もあったが、粘ることができたのは、チームメイトやお世話をいただいた方々の

おかげと感謝している。

全国大会でもうひとつ楽しみにしているのは、地元の文化や歴史にふれることだ。囲碁会場の海南市にある黒江町と宿泊地の湯浅町で、歴史の面影残る町並みを訪問する機会を得た。黒江町は漆器づくりで古くから知られる町。地元のガイドさんに案内していただいた。また、湯浅町は醤油発祥の地で、その味覚を楽しんだ。親切な町の人の説明で、自分の歩いている道が熊野古道の一部と知って感激した。

最後になるが、これからは、もっと多くの人に囲碁に興味を持っていただけるような環境づくりに貢献できたらと考えている。最近、「居場所づくり」が話題となっているが、我々のような年配世代から子どもたちに囲碁のおもしろさを伝える場を作れたらいいと考えている。



団体優勝したチームメイトと勝利をかみしめる。(中央)



サッカー 「焼津飛魚サッカークラブ」(選手代表)

まるやまよしあき

丸山義明さん

68歳

●参加歴：3回目

チーム全員参加で勝ち取ったグループ1位！

数年前、選抜チームでねんりんピックに参加した選手から、『ねんりんピック』は開会式やおもてなしが素晴らしいので、単独チームで出場を目指そう」とチームに呼びかけがありました。その後はチーム一丸となり、出場資格を得るべく練習を重ね、今年も出場することができました。過去には長崎大会と富山大会に出場し、グループ1位を獲得できたので、今年も1位を狙っていました。初日の宿泊先の大阪では盛大な出陣式を催していただき、他の競技の選手とテーブルを囲み、日頃の練習方法や健康維持の秘訣など情報をやりとりしました。舞台ではダンススポーツのペアが見事な演技を披露し、太極拳のグループは若々しい演武で花を添えてくださり、団長をはじめ他の競技の選手とともに、翌日からの健闘を誓いました。宿泊先から試合会場に向かうバスでは他県のチームと同乗になり、車中でチーム運営の問題や健康の話題など、シニアチーム特有の悩みをお聞きすることができました。ねんりんピックならではのシニア同士の交流ができ、大変参考になりました。

初戦は素晴らしい天然芝の会場で鳥取県と対戦しました。鳥取県はグループ内で一番の実力があると考えていたので、要所に経験豊か

な選手を配し、若手（といっても60歳ですが）をうまくリードして先取点、追加点と有利に試合を進めました。1点を返され、後半は防戦に必死になる場面もありましたが、なんとか逃げ切り、勝利をものにできました。2戦目は神奈川県チームでした。3点リードしてからは控え選手が全員交代出場して、なお1点を追加し、全員で勝利を勝ち取りました。2日目の対戦相手は愛媛県の強豪チームでしたが、シュートは1本も打たせず、1対0の会心の勝利で3戦全勝で大会を終えることができました。今大会も静岡県代表として、グループ1位を獲得できました。大会運営スタッフの心温まるおもてなしと、審判団の素晴らしいジャッジで、安全でフェアな試合ができました。

また、しずおか健康長寿財団の皆様や添乗のスタッフからも試合中に大きな声援をいただき、勇気をもらいました。

大会をサポートしてくださったしずおか健康長寿財団の皆様にはチーム一同大変感謝しております。私たち焼津飛魚サッカークラブは次回の岐阜大会出場を目指し、静岡県シニアリーグを勝ち抜きたいと思います。ありがとうございました。



ゴールキーパーとして
リーグ優勝に大きく貢
献。(後列中央)



弓道 「愛知県」(監督兼選手)

ふじしまさみ

藤島正己さん

81歳

●参加歴：2回目

「予選突破と上位入賞」を目標に見事準優勝！

ねんりんピックへの派遣選手を決めるにあたっては、県で選考会を行います。愛知県は広域で、大会への参加資格に該当する年齢の会員も多いため、1カ所での予選実施は困難です。そのため、従来から、名古屋市を除き東部、中部、西部エリアの3地区に県を分けて予選会を行い、毎年交代で本大会に代表を派遣しています。今回は西部エリアからの出場でした。選考会では成績上位者から男女関係なく7～10人を選び、その中で女子と70歳以上が1人以上入るように調整します。選手が決定した時点で、大会出発までの5カ月間に毎月1回の強化練習を行いました。そして、この強化練習に参加することを大会参加への必須条件としました。「予選突破と上位入賞」を目標に掲げ、厳しい練習を続けてきました。

名古屋駅を出発し、大阪で特急くろしお号に乗り換え、御坊駅で下車。その後バスに揺られながら、名産のみかん畑や梅畑など、広大な景色を眺めながら、会場の田辺市に到着しました。私たち弓道競技関係者の宿舎は、会場まで徒歩で10分程度のところで、期間中、ずっと同じ宿舎に滞在するという幸運に恵まれました。

開会式は、紀三井寺公園陸上競技場で行われました。私たちも小旗を手に持ち行進し、数々の素敵なアトラクションに感動し、楽しみました。和歌山県出身の歌手である坂本冬美さんが登場し、「ねんりん世代」にエールを贈る曲を熱唱され、私もファンの一人として、素晴らしい歌唱に感

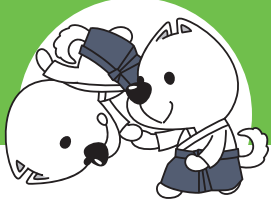
銘を受けました。

弓道大会は「京都三十三間堂通し矢」で有名な和佐大八郎終焉の地、田辺市立弓道場で2日間の競技が行われました。予選1回戦は5位、2回戦が2位で予選突破し、まずは初期の目標を達成、決勝トーナメントに進出しました。トーナメント1回戦は辛勝でしたが、2回戦と準決勝は楽勝でした。決勝戦は地元和歌山県チームと対戦するも、一歩及ばず惜敗しましたが、愛知県での予選会終了後にチームを結成し、合言葉は「予選突破と上位入賞」と誓い合ったのが実現し、大変うれしく思いました。また、交歓試合出場の2人も、的中数を満たして賞品を獲得でき、チームとしても万々歳の大会でした。

観覧席からも的中の度に拍手がわき、選手も心強く感じました。地元の皆様、誠にありがとうございました。滞在中は、競技会場や控え所での「おもてなし」など、手厚い歓待をいただいたことに感謝いたします。



チーム丸となって準優勝を勝ち取る。(後列右から3人目)



合気道 「三重県代表」(選手代表)

すぎ た けん じ

杉田 憲司 さん

76 歳

● 参加歴：1 回目

道場の会員から花束贈呈のサプライズに感動

ねんりんピック紀の国わかやま 2019 で、この度はじめて合気道が競技種目として採用され、三重県合気道連盟より選出された津合気道会の杉田 (76 歳)、落合 (76 歳)、粉川 (61 歳) のまさに「ねんりんトリオ」が三重県代表選手として参加いたしました。

本来、ねんりんピックには参加しないことで周知されている合気道が今回参加できたのは、まず和歌山県田辺市が合気道開祖・植芝盛平翁生誕の地であること、また、2019 年が開祖没後 50 周年という節目の年でもあり、県や市はじめ植芝盛平翁顕彰会などの関係各位のご努力があって、和歌山でのねんりんピック開催とうまくリンクして実現できたのだと思うます。

最初で最後になるかもしれないこの栄誉をいただきました 3 人が 8 日昼に津を出発、大阪で前泊し、翌 9 日には紀三井寺公園陸上競技場での開会式に臨みました。総勢 144 名の三重県選手団は観客からの大声援を受け、晴れがましく旗を振りながらの入場行進は圧巻でした。いろいろな素晴らしいアトラクションを楽しく見学させていただいたあと、合気道演武大会が行われます田辺市紀南文化会館に移動し、ここで合気道選手団歓迎会が催されました。和歌山県特産品の食材が美味しく料理され、お酒とともに舌鼓をうちながら、楽しいひとときを過ごしました。

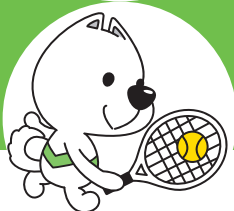
10 日は早朝より、開祖没後 50 周年の行事「翁先生を偲ぶ会」に出席し、翁先生の眠る田辺市の高山寺での法要とお墓参りを敬虔な気持ちで済ませたのち、午後から待望の合気道演武大会が開始されました。

紀南文化会館の特設演武場で各都道府県の代表 34 チーム、男女合わせて総勢 116 名が持ち時間 3 分の演武に臨みました。私も三重県チームは 16 番目に演武し、結果として当会の落合が男女各 1 名の最高齢者賞に輝き、私、杉田は男女各 3 名の高齢者賞に入賞しました。副賞には和歌山県の特産品を数々送っていただき、家族に大いに喜んでもらうことができ、代表としての面目を保ちました。演武大会の会場には、私の道場の会員数名がはるばる遠方より駆けつけてくれて、同館の玄関先で我々 3 名が花束贈呈のサプライズをいただき、感動しました。ねんりんピックに参加して一番のうれしい思い出となりました。

最後にお世話になりました三重県、和歌山県の各関係者の皆様に心より厚く御礼申し上げますとともに、願わくは今後も合気道をねんりんピックの種目に採用していただけますよう、お願い申し上げます。



遠方からの応援と花束に感動の笑顔。(中央)



テニス 「神の子」(選手)

すぎもと く み こ

杉本久美子さん

60歳

● 参加歴：1回目

チームが心をひとつにして勝ち取った銀メダル！

ねんりんピック三重県予選があったのは、令和元年6月23日でした。その頃、私は同年2月に生まれた初孫、それも双子の男の子の世話でテニスは週1、2回練習するのみでした。予選は運を味方につけたことと、パートナーの健闘のおかげで代表になりました。

私たち、三重県チーム「神の子」は、松阪市・明和町・伊勢市・熊野市と細長い三重県の南勢地区で練習している6人で構成することになりました。はじめてねんりんピックに参加する私でしたが、顔見知りのメンバーで、とても安心して大会に臨むことができました。

11月9日、秋晴れの空の下、「ねんりんピック紀の国わかやま2019」の開会式が紀三井寺公園陸上競技場で開催されました。前回参加した人から開会式の印象と感動を聞いていましたが、まさに聞いていた通りで式典、アトラクションなどが本当に素晴らしく、スローガンに掲げる「あふれる情熱 はじける笑顔」そのものでした。

11月10日、競技1日目、いよいよ予選リーグです。相手は相模原市・仙台市・兵庫県チームで、全勝してリーグ1位になりました。夕食時はリーグ1位を喜びつつも、普通に食事をし、翌日に備えて早く就寝しました。

11月11日、競技2日目、決勝トーナメントです。皆があえて優勝とはいわず、目の前の試合1つひとつに集中した結果、決勝戦まで来ましたが、残念ながら1-2で負けてしまい、準優勝でした。でも、皆で頑張っ

て1つのチームになれたと感じました。

表彰式では、1人ずつ銀メダルをかけてもらい、とてもうれしく心に残りました。表彰式が終わる頃には外は暗くなり、帰りの駅へ急ぐことになりました。和歌山県に3日もいながら観光できませんでしたが、帰りのバスや電車の中で、他県のテニスの選手や三重県の他の競技の選手と「ねんりんピック」という共通の話ができて、楽しい時間を過ごすことができました。

帰ってから新聞にチーム6人で撮った大きな写真と記事が載り、テニス仲間や地域の人たちから「おめでとう」や「新聞見たよ」と声をかけてもらい、いつまでも「ねんりんピック」の話をしています。

最後になりましたが、「ねんりんピック」に携わっていただきました皆様のおかげで、楽しく過ごすことができ、心より感謝いたします。また、もう一度感動を味わいたく、この大会に参加できるよう、練習に励みたいと思います。



チーム全員で勝ち取った銀メダル。(チーム左から3人目)

近畿



京都府

田村公伸さん



剣道

42

大阪府

小林 昇さん



テニス

43

星野悦治さん



テニス

44

兵庫県

高橋直樹さん



弓道

45

松平秀利さん



合気道

46

奈良県

平井英勇さん



水泳

47

和歌山県

金田好充・好美さん



ダンススポーツ

48

永長美保さん



太極拳

49

大阪市

竹中利春さん



マラソン

50

永柳恵子さん



マラソン

51



剣道 「京都府」(監督兼選手)

たむらきみのぶ
田村公伸さん 72歳 ●参加歴：5回目

亡父と2代続けて大将として参加。縁を感じた大会

亡父は第6回ねりんピック京都大会に同じく剣道で大将として出場し(当時72歳)、第3位に入賞した。また、開始式において、選手宣誓の榮譽を担ったのを覚えている。今回で私は5回目の大会参加、京都府の監督兼大将として出場することになり、父と同じ72歳で大将を務めることに縁を感じた。

8月より11月初旬まで、府・市合同の強化稽古を実施した。9月には、近隣府県から12チームが剣道の聖地・武徳殿に集合、白熱した強化試合を展開し、本番に備えた。

11月8日に京都府選手団の結団式後、奈良県橿原市のホテルに移動。直ちに橿原神宮に参拝し、必勝と安全を祈願した。夜には懇親会が催され、それぞれのチームが決意表明を行った。

2日目の総合開会式には1万人の大選手団が集まり、地元和歌山県の皆さんによる歓迎の下、盛大に開催された。御臨席の彬子さまからいただいた、「ねりんピックで輝く皆様が、ますます輝く未来を作っていくことを祈ります」とのお言葉に、心を新たにしました。アトラクションも素晴らしく、心から楽しんだ。

3日目、大会初日。白浜町立総合体育館に全国から70チームが集結した。開始式では井調誠白浜町長による挨拶のあと、名古屋市の前島昭さんが92歳で最高齢者賞を受賞された。その立ち居振舞いは颯爽として若々しく、この大先輩に見習いたいと思った。

予選リーグ開始、我々は練習会

場で準備運動などを行い、本番に備えた。初戦は佐賀県に1勝2敗、2戦目は静岡市に2勝2敗。取得本数2対3で勝利を収めた。成績は1勝1敗で、予選敗退となり、応援団の期待に沿えなかった。また、市チームの敗退も確定した。夕食は苦いビールと酒での反省会になり、自室での2次会も話題が尽きなかった。

4日目の決勝トーナメントは初戦を見学し、京都市チームとともにバスで円月島・白良浜などを観光。宿泊地である那智勝浦町のホテルに移動した。忘帰洞という天然の洞窟風呂で、太平洋から打ち寄せる波音と景色、そして温泉を満喫。その後、宴会となり、魚介料理とお酒を堪能した。2次会も剣道談議で盛り上がった。

5日目は午前中、レトロな定期観光バスに乗り、那智の滝・熊野那智大社・青岸渡寺などを観光して、帰洛した。

今大会で親しくなった方、お世話になったすべての皆様に厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。



総合開会式でチームの仲間と。(右から2人目)



テニス 「志紀ゆうゆうテニスグループ」(監督兼選手)

こばやし のぼる
小林 昇さん 74歳 ●参加歴：3回目

入場式で選手団旗手の大役も果たした、充実の4日間

我々は八尾市立志紀テニス場で、月火木の午前9時から11時までテニスを楽しんでいます。平均年齢が約70歳で約100人、88歳の男性も「若い人」に負けじとコート走り回っています。

今回は大阪府代表に選ばれ、選手団140名とともにバスに分乗し、紀三井寺公園陸上競技場に到着しました。会場には全国から大勢が集まり、沖縄県を先頭に入場行進が始まりました。私は大阪府選手団の榮譽ある旗手を務め、いい思い出になりました。和歌山県選手団の人数に圧倒され、約1万人が色とりどりのユニフォームに身を包んだ様子は圧巻でした。

旗手の大役も無事に終え、テニス、卓球、ゲートボールの開始式が和歌山市内で行われました。歓迎の和太鼓は重奏で迫力満点でアンコールが何度も続きました。

その後、夕食時に、翌日からの試合に向けたミーティング(大酒宴)をし、「試合では普段の力の半分も出ない」「7割出れば御の字」「平常心で戦いましょう」などと盛り上がりました。

いよいよ試合開始です。最初の対抗戦はかなりの緊張状態で、残念ながら完敗。次の対抗戦は少し良くなりましたが、これまた完敗。最後の対抗戦はせめて1勝と意気込みましたが、またもや完敗。皆が意気消沈と思いきや、笑顔が絶えず、味方の「珍プレー」にも拍手喝采。スタンドにいる他のチームの応援者から「明るくていいですね」とおほめの言葉をいただきました。夕食時の反

省会でも各々が反省しつつも初日に続き大宴会となりました。

私は監督としてこのままでは帰れないと思い、「明日、1勝した組には、ポケットマネーで食事会にご招待します」と“ニンジン作戦”を発表しました。翌日は予選リーグ4位のグループのトーナメントです。第1試合は一進一退で終盤タイブレークとなりましたが、もう一步で惜敗。第2試合は女性組の頑張りで待望の1勝。第3試合はこれまた大接戦となりましたが、残念ながら惜敗しました。

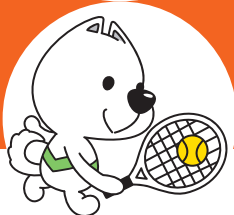
結果は散々でしたが、皆は参加できたことに大満足しており、全員がうまく次の予定に切り替えることができました。

大会後は全員で白浜へ向かいました。千疊敷、三段壁洞窟を観光し、翌日はアドベンチャーワールドへ行き、「彩浜」と世の男性の憧れ、パパパンダの「永明」に会い、帰阪しました。

和歌山での4日間は私にとって、楽しく、有意義な人生の1ページでした。関係者の皆さん、チームの皆さん、本当にありがとうございました。



愛知県代表と試合前のコートで仲良く記念撮影。(後列左端)



テニス 「志紀ゆうゆうテニスグループ」(選手)

ほし の よしはる

星野悦治さん

72歳

●参加歴：2回目

チームメンバーとの絆が強まった楽しい大会

「ねんりんピック」は、長崎大会に続いて2度目の出場です。長崎大会では何の心配もせず、歓迎アトラクションや式典などを楽しめました。今回は総合開会式の選手団紹介者に選ばれていました。不安でドキドキしていると、ついに大阪府選手団が行進してきました。全国からの約1万人の選手の前で、精一杯大きな声でお国自慢を伝えました。大役でしたが、今までにない緊張と感激とを体験できました。

総合開会式が終わり、和歌山市内で開催される競技の合同開始式にバスで移動しました。和太鼓の演奏で歓迎され、演奏が終わるたびに「アンコール」の声が上がりました。演奏者の皆さんも、何度も迫力ある演奏を続けていただき、割れんばかりの拍手で感動しました。

開始式が終わると、外はすっかり暗くなっていました。宿泊先に到着し、明日の試合に向けてメンバーで打ち合わせ、団結力を固めました。

2日目は昨夜のミーティングを踏まえて試合に挑みました。壮行会で先輩から「緊張でラケットが思うように振られへんで～」 「ワンポイントを取るだけでも大変やで～」と聞きましたが、まさにその通りでした。結果は、愛知県に0対3、宮崎県に0対3、高知県に0対3で完敗でした。悔しい思いをしましたが、大変勉強になり、とても楽しいテニスができました。

3日目は予選4位グループのトーナメント戦です。前夜の反省会で「何も考えずにリラックスし

てやったらええやん」「そうしようか」と意見がまとまりました。男性軍2組はともに負けましたが、女性軍は勝ち、ベスト8には進めませんでしたが、1勝できたことに大満足しました。

ねんりんピックに出場できたことに大変喜びを感じ、ウキウキしながら会場をあとにして、レンタカーで一路、白浜方面に向かいました。車中では観光モードでドライブを楽しみました。千畳敷、三段壁洞窟を観光し、1泊しました。この夜も、飲みながら、テニスや観光の印象などを話し合い、楽しく過ごすことができました。4日目、アドベンチャーワールドでは、ねんりんピックに参加されたと思われる方々を見かけました。

大会に参加して、このように楽しくテニスや観光ができたことは、大変有意義で、このメンバーとより強い絆ができたと思っています。

最後に、ねんりんピックに携わっていただいた皆様方に、御礼と感謝を申し上げます。本当にありがとうございました。



チームの皆と観覧席から試合を観戦。(左から2人目)



弓道 「兵庫県」(監督兼選手)

たかはしなおき

高橋直樹さん

67歳

●参加歴：2回目

田辺市のボランティアの温かさが忘れられない思い出に

私は「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」に兵庫県から弓道代表として参加しました。日頃は週2、3回、退職した会社の施設で弓道を練習しています。80数歳になるOB・OGから、入社間もない20歳過ぎの若者まで、老若男女が和気藹々と、ときには厳しく指導者から指摘を受けながら楽しく弓道の道を究め、県や会社の弓道大会などにも参加し、日頃の成果を発揮しています。

私は67歳で、体力に合った強さの弓を使い、弓を引く回数も調整しています。体力維持と人との交流を目的に趣味で始めて10年になり、深夜まで必死に働いた現役時代とは異なる価値観を見つけ、人生を豊かに楽しくするように心がけています。

そのような中、県予選を経てねんりんピックに参加し、スタッフ、ボランティアの方から温かくかつ細やかな接遇を受けて、楽しく過ごすことができました。

まさに「おもてなし」を実感することがありました。大会中のことです。お土産や衣服で一杯になった荷物を宅配便で送ろうと、段ボール箱を選手控えの体育館で探し、宿泊所にも問い合わせましたが、入手できない状況でした。体育館の案内所にいた男性に相談しましたが、「手近にあった段ボール箱は全部なくなりました」とのこと、仕方なくその場を去りました。ところが、間もなく、その方が兵庫県の私の席に突然現れました。案内所では所属も名前も告げなかつ

たのに、私が着ていた兵庫県のユニホームと顔を覚えていて来てくれたのだと驚きました。

「体育館には段ボール箱がないので持って来ます」とのこと、明日にも手に入るだろうと、自分の名前と携帯番号を告げ、体育館をあとに宿に帰りました。すると「今から宿に持っていきます」と連絡が入り、間もなく「兵庫県からは6名いらしているの、6箱持って来まし」と、数は伝えていないのに人数分、それも新品の段ボール箱を持って来ていただきました。さらに「必要かと思い、ガムテープも持ってきました。どうぞ、差し上げます」と言われ、そこまでしていただき、驚きました。

田辺市のボランティアの方でした。驚くほどの手厚い対応に驚きと感謝しかありませんでした。決勝トーナメントには進みませんでしたが、このような素晴らしいことがあった「ねんりんピック」は一生記憶に残ると同時に、田辺市の方の温かい御恩を忘れることはできません。



会場となった体育館前でチームの皆と。(左端)



合気道 「合気道せいぶ館」(選手)

まつだいらひでとし

松平秀利さん

61歳

●参加歴：1回目

参加者の若々しさに感動。大いに刺激を受けた大会

まず、今回のねんりんピック参加にあたり、大会前から親切なご説明、結団式などご配慮いただき、当日の誘導などでもご尽力いただきました兵庫県のスタッフの方々、和歌山県の職員の方々、田辺市の職員の方々に心より御礼申し上げます。

私は「ねんりんピック」という言葉をおぼろげに知る程度でした（ついこの間まで、参加対象者ではなかったこともあります）。まさか、自分が今回の参加者になるとは思ってもいませんでした。

結団式より、さらに開会式で、参加される方たちの年齢の高さに思わず目を見張りました。私が参加した合気道でも、最高年齢の方はたしか87歳だったと記憶しております。そして、参加者は皆、元気で若々しい方たちでした。私は、年齢はまだまだ若いほうでしたので、これからはますます元気で合気道を続けていこうと決意を新たにしました次第です。

合気道は、田辺市で演武という形式で行いました（ご存じの方もおられると思いますが、合気道には試合がありません）。もちろん、大勢の高齢者の方たちが演武されておられました。

高齢化の進行が著しい日本。その中であって、いかに元気に生き生きと人生を送るかが問われると思います。ねんりんピックに参加するということは、1つの大きな生きがいなのではないかと考えます。何ととっても「体を動かす」ことは、最も大事なことです。そして、日本全国に高齢でも生き生きと人生を送られている方が多くおられ、その方たちが一堂に会することができるのは、この上なく素晴らしいことだと思います。

「生涯現役、生涯スポーツ（私であれば、生涯合気道ですが）」を目指して、これからも合気道を続けていきます。今後もねんりんピックに多くの方が参加され、高齢者のスポーツがますます盛んになることを心よりお祈り申し上げます。

水 泳 平泳ぎ 25m・50m 「およげせんとくん」(責任者)

ひら い ひで お
平井 英 勇 さん

62 歳

● 参加歴：1 回目

全員で泳法を確認。チーム一丸となって試合に挑む

私は子どもの頃から水泳が好きで、社会人になってからも、スイミングスクールで週2回程度のペースで、水泳好きなメンバーとともにスピード練習をしたり、マスターズ大会に出場したりしています。

今回、ねんりんピックに出場させていただくことになったのは、2018年富山大会で表彰台上がったトップアスリートの方から勧めていただいたことがキッカケです。そのときは「自分など大丈夫かな?」と不安でしたが、予選会を無事通過して、本大会に参加させていただけることになりました。

出場が決まってからは、日に日にこの大会のスケールの大きさを感じるようになりました。開会式では、数千人の方々が参加された素晴らしい演出の数々に、我々選手一同、感動いたしました。さらに皇族の方やスポーツ庁長官というそうそうたる来賓の顔ぶれ、そして雲ひとつない秋晴れが、この開会式の演出を一層盛り上げてくれました。私にとっては、経験したこと

のない光景でした。

奈良県からも、数多くの種目に選手が送り込まれました。我々「およげせんとくん」水泳選手団は男性3名、女性2名、計5名で参加させていただきました。若造の私がリーダーを務めることになり、サブプール横のジャグジーで諸先輩たちに生意気にも「試合直前水泳教室」を実施して、泳法のチェックとコツの確認をし、チームで一丸となって試合に挑みました。

今回の大会で一番驚いたのは、定年になったばかりの選手が強いのは当然ですが、80歳以上の高齢の選手の方々がお元気なことです。皆さん、まったく年齢を感じさせず、ハツラツとされていました。そんな先輩方の姿に接し、私ももっと体力をつけ、技術を磨かなければいけないと、今後のトレーニングの目標が見つかりました。

最後に、今回のねんりんピックにご協力いただいた関係者の方々、また共に戦ったチームメンバーへ改めて感謝いたします。ありがとうございました。



試合後。チーム一丸となって健闘した。(左端)



メダルを胸にうれしさがこみ上げる。



ダンススポーツ 「和歌山県」(選手)

かね だ よしみつ

よしみ

金田好充さん・好美さん

67歳・64歳

● 参加歴：1 回目

情熱と笑顔で力いっぱい踊り、3個のメダルを獲得！

和歌山県ダンススポーツ連盟会長より、「ねんりんピックに出場しませんか」とお誘いをいただき、参加させていただくことになりました。「ねんりんピックって何？ オリンピックはわかるけれど。あっ、シニアの大会、60歳以上の大会だ」という感覚でした。私は67歳、妻は64歳と対象年齢は十分に満たしています。28年間、夫婦でダンスをしてきた集大成にしようと参加しました。

紀三井寺公園陸上競技場で行われた総合開会式では、新調した和歌山県のユニフォームを着ての行進です。孫と同じような年齢の子どもたちが旗を振り、声援しながら花道を作ってくれ、これからねんりんピックに参加するんだと気持ちが昂りました。胸を張り、和歌山県のPRキャラクター「きいちゃん」のぬいぐるみを高らかに上げ、行進しました。

ダンススポーツの会場は、マグロと温泉で有名な那智勝浦町にあります。前日、会場に到着すると、都道府県からの代表選手が大勢練習していました。大会には196組の選手が参加します。

皆さん、60歳以上とはいえ、熱心で若々しい方々でした。夜は那智勝浦町名産のマグロ尽くしの食事を堪能し、他県の選手と親睦を図り、楽しいひとときを過ごしました。

温泉も「ええ塩梅」で、次の日の活力となりました。ダンススポーツの開始式では広い会場がシニア選手で埋め尽くされ、圧倒されました。

私たちは決してうまくなく、自信もありませんが、情熱と笑顔で、観戦している方々も巻き込んで、ダンスの楽しさを届けたい一心で力いっぱい踊りました。すると、なんとルンバで

優勝、チャチャチャで3位、タンゴで3位と3個のきいちゃんメダルをいただきました。

団体戦は、県勢一丸となり、応援に競技にと大健闘し、結果7位でした。皆、充実感でいっぱいでした。

今は28年のダンス生活を本当に楽しんでいます。競技会では他府県からの方々と話に花が咲いたり、ダンス仲間とステップ1つを論じ合い、県連盟主催のパーティーでダンス愛好者と交流したり、皆で一緒に練習したり、おまけに健康もいただいています。

今大会参加者の最高年齢は100歳です。人生100年といわれる時代になりました。ダンス音楽を聴き、リズムに乗って、体を動かす。いつまでも楽しく、あふれる情熱、はじける笑顔でダンスを続けたいと望んでいます。

会場を設営していただいた役員の皆様、お世話になり、ありがとうございました。



28年間のダンスの集大成がここに。



太極拳 「チーム陣」(監督兼選手)

ながおさ み ほ
永長美保さん

60 歳

● 参加歴：1 回目

仲間との青春ドラマのような練習。そして感動の優勝！

「あふれる情熱 はじける笑顔」をスローガンに、青空の下、私たちの地元和歌山県で開催されたねりんピック和歌山大会。選手の皆さんが全国から集まり、幼稚園の小さなお子さんから小学生、大人まで約1万人がグラウンドいっぱいに広がって、開会式は圧巻のひとつでした。大きな大会に参加したことのない私は、頑張らなくてはと改めて気の引き締まる思いでした。

私たちの「チーム陣」はねりんピック和歌山大会への出場を目指して2016年秋に結成されて、現在3年目です。はじめは土曜日の午後4時から1、2時間の練習でした。それぞれの経験年数も習っている先生も教室も違うため、「足を上げる、降ろす(一番大切なところ)」のタイミングを合わせるところからスタートし、日によってタイミングが合ったり合わなかったりが続きました。

次は、演武するときに流す曲を選ばなくてはいけませんでした。4分以内で、盛り上がりのある「地球に乾杯」に決まったのですが、3分

57秒を超えると、タイムオーバーになります。衣装もコートに映える色を考えて白地にし、世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」の熊野のシンボル・ヤタガラスを紺色の別布で切り取り、手で縫いつけました。

演武の組み立ても少しずつ変更を加えながら、先生のご指導のもと、1つの目標に向かって、周りを思い、悪いところは話し合い、まるで昔よく見ていた青春ドラマのような時間を過ごしました。

交流大会当日は、臨時の客席ができて、それでも立ち見が出るほど観客の熱気にあふれ、いつも使っていた体育館とは別の場所のように感じました。

こうした中で多くの応援をいただき、優勝という、周りも私たち自身もびっくりする結果を出すことができました。

60歳を超えてなお、努力、チームワーク、感謝、などという言葉が身近なものになるとは思いませんでした。このような年でも青春できるのだと感じ、チームの仲間はかけがえのない存在となり、太極拳がより楽しくなりました。

最後に、大会開催に向けて、さまざまな準備をしてくださった、県・市・連盟スタッフの皆様には心から感謝申し上げます。ありがとうございました。

最後に、大会開催に向けて、さまざまな準備をしてくださった、県・市・連盟スタッフの皆様には心から感謝申し上げます。ありがとうございました。



先生の胸にかけた優勝メダル。
(左から3人目)



マラソン 10km 「大阪市」(選手)

たけなかとしはる

竹中利春さん

73 歳

● 参加歴：5 回目

5 回目出場で選手団旗手を務め、さらなる精進を誓う

令和元年 11 月 10 日、午前 9 時 30 分、好天に恵まれた「くじらの町」和歌山県太地町でマラソン交流大会 10 キロの部の号砲が鳴り、アップダウンのある 5 キロを 2 周する難コースに向かって走り出しました。

ねんりんピックへの参加は今回で 5 回目を数え、2011 年の熊本大会に始まり、高知大会、山口大会、秋田大会と隔年で走り抜けてきました。和歌山大会は令和初の大会でもあり、大阪市選手団の旗手も任されて気合十分でしたが、結果は 50 人中 23 位とまずまずでした。

私とねんりんピックの出会いは 10 年前、スポーツジムの友人に紹介されたことに始まります。区役所で募集パンフレットを入手し、申し込んで、長居陸上競技場での予選会に参加できました。当日、トレーニングウェアに身を包み、はじめて走る長居陸上競技場のトラックは、シューズに伝わるクッション感、カーブで体を傾ける際の遠心力など実に爽快で、軽快に走り抜けることができ、大阪市代表の座を獲得できました。はじめての熊本大会では、マラソン男子 10 キロの部に参加して 49 分でゴールイン。わずかの差で入賞を逃しました。それからは隔年参加の目標を掲げ、トレーニングに励み、目標を達成してきました。3 回目の山口大会では萩城跡周辺を周回し、石畳の感触が格別でした。4 回目の秋田大会は前半下り、後半上りのきついコースで、71 歳という年齢もあってか、他の参加者に抜かれてばかりでした。5 回目の今回は大阪市選手団の旗手をさせていただき、選手団を代表して先頭を歩き、得難

い経験ができました。

ねんりんピックの魅力は、競技への参加だけではありません。現地に宿泊して、大会運営や競技運営を支えていただいている地元の人や関係者とふれ合い、非日常を体験できる大会です。他県の選手団の団長、若いプラカードの人们とも気さくに会話することで、知らなかったことをいろいろと教えてもらい、とても参考になりました。

今回は大阪市選手団の旗手として行進する雄姿を娘婿が撮影してくれて、娘夫婦との絆を強く感じた大会でもありました。写真は友人に自慢して見せています。

ねんりんピックには 80 歳、90 歳を超えて参加されている方も多く、まだまだ精進せねばと感じています。これからも「若いもんには負けへんで」と気合を入れながら、週 5 日、スポーツジムで汗を流し、2021 年の神奈川大会の参加を目指したいと思います。



開会式では大阪市選手団の旗手を務めた。(中央)



マラソン 3km 「大阪市」(選手)

ながやなぎけい こ

永柳恵子さん

80歳

● 参加歴：10回目

80歳、10回目の参加。高齢者賞もいただき感激

恵まれた天気の下、全国の高齢者がスポーツや文化活動を通じて交流する「第32回全国健康福祉祭和歌山大会（ねりんピック紀の国わかやま2019）」の総合開会式が、11月9日、紀三井寺公園陸上競技場で行われました。

沖縄県を先頭に47都道府県、20政令指定都市の選手団が色とりどりのユニフォームで入場行進し、地元和歌山県の大選手団が最後に行進しました。大阪市選手団は27番目、総勢120名で、先頭は同じマラソン競技に参加する竹中さんが旗手を務められて堂々の入場行進となりました。

私は大阪市選手団紹介者として、「大阪市は歴史と芸能、文化にふれることができる魅力ある街です。選手団も交流大会でこの魅力をお届けします」と大会にかけける意気込みやお国自慢をアピールし、メインスタンド前で帽子を振ることができました。

総合開会式には三笠宮家彬子さまが出席されており、国旗掲揚、大会旗の掲揚に続いて炬火の点灯があり、続いて、地元の小中高生によるアトラクションでは、四季折々の歌で夢を持ち続ける大切さを見ることができ、勇気、元気、活力が湧いてきました。

開会式終了後は、マラソン交流大会の開催地の太地町まで移動し、途中、串本町の橋杭岩の景色、景勝地からの夕日など、都会では味わうことができない素晴らしい景色を楽しむことができました。

翌日10日には、マラソン交流大

会開始式が太地くじら浜公園で行われました。ここでは特別表彰として、最高齢者2名の方に続き、80歳の私が高齢者賞に選ばれ、表彰状、楯、花束まで頂戴し、大変感激しました。

人生100年時代の昨今、マラソン交流大会はスポーツマン、スポーツウーマンの集まりで、皆さん元気で速いことに驚きました。

私は過去数回、このマラソン交流大会に参加させていただいていますが、今大会では傾斜の緩い登り坂もきつく感じ、他の参加者についていけず、完走はできたもののゴール直後は座り込んでしまいました。

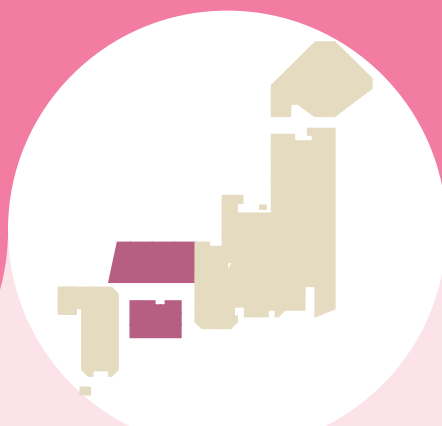
マラソン交流大会が無事に終わり、くじら浜公園で他の選手の皆さんと一緒に交流したり、また地元太地町の祭りの再現を見たり、また地元の食材を使った料理がふるまわれたりと、大いに堪能することができました。

大会を支えていただいた地元太地町の皆様、大変お世話になりました。

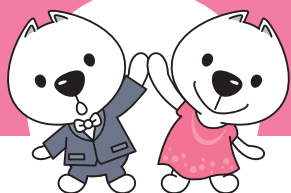


高齢者賞を獲得した受賞式で。(左端)

中国 四国



鳥取県	中山 誠さん		ダンススポーツ	54
島根県	岩佐光恵さん		民謡	55
	土屋 淳さん		サッカー	56
岡山県	井上隆治さん		ペタンク	57
	江口明彦さん		水泳	58
山口県	梧桐節男さん		ソフトボール	59
	松原利広さん		剣道	60
徳島県	松山敏明さん		ソフトボール	61
	板東光彦さん		オリエンテーリング	62
香川県	三好邦夫さん		卓球	63
	柴田郁夫さん		ソフトバレーボール	64
高知県	松本祐一郎さん		弓道	65
岡山市	岡 達也さん		合気道	66
広島市	川中武範さん		ソフトボール	67



ダンススポーツ 「鳥取県」(選手)

なかやま
中山まこと
誠さん

66 歳

● 参加歴：1 回目

チームメイトが最高齢者賞、副賞でマグロ1キロ獲得！

私は平素、鳥取県ダンススポーツ連盟事務局長、また日本ダンススポーツ連盟普及指導員として、社交ダンスの普及に携わっています。年数回、中国・四国の大会に出場していますが、今回はじめてねんりんピックに参加しました。

鳥取県ダンススポーツ連盟は平成26年に発足し、当初は会員も10名程度でしたが、現在は100名を超える組織となりました。

社交ダンスはジュニアからシニアまで幅広い年齢層で楽しめるスポーツです。連盟は、県民の皆様の健康増進のため、また生涯の生き甲斐としてダンススポーツを楽しめるよう、いろいろな活動をしており、普及競技会、ダンス交流会、ジュニアダンス、車いすダンス、数年前からは高等専門学校および高等学校の体育授業で社交ダンスをしています。

今回の和歌山大会には、団体戦のワルツ、タンゴ、チャチャチャ、ルンバに、それぞれ男女2名1組、合計8名、個人戦4種目に全員が参加しました。

今回のメンバーは上は84歳、下は64歳と親子ほどの年齢差があり、初対面の方もおりましたが、8日に前泊した紀美野町のかじか荘で温泉に浸かりながらダンス談議に花を咲かせ、県団結会では他の競技参加者とも交流し、酒を飲みかわしながら大いに健闘を誓い合いました。

翌9日、青空の下、開催された総合開会式では、次々と繰り上げられる色鮮やかなアトラクションに心が高揚し、学生時代に参加したサッカー大会を思い出し、学生時代に戻ったような気がしました。

10日、ダンススポーツ交流大会は那智勝浦町

体育文化会館で開催されました。団体戦は残念ながら1次予選敗退となりましたが、個人戦ラテン種目のルンバでは私の組が4次予選(155組中25位)まで進出しました。鳥取県代表がここまで進んだのははじめてのことでした。また、米子市の国頭純子さん(84歳)が参加者最高齢者賞に選ばれ、勝浦町から副賞としてマグロ1キロが、倉吉市の大田景子さん(82歳)には高齢者賞としてマグロ500グラムが贈呈されました。鳥取県の長寿選手ここにありと、参加者全員にアピールできました。県民として競技に入賞する以上に喜ばしく、私も見習って生涯現役、死ぬまで(マグロをゲットするまで)ダンスをするぞ、と心新たに思いました。

今後も鳥取県のダンススポーツの普及に努力していきたいと思います。

最後に、大会期間中お世話していただいた県社協の皆さんに心より感謝申し上げます。



パートナーの島田さんと会場で記念撮影。

民謡 「安来節保存会」(選手)

いわさみつえ

岩佐光恵さん

68歳

● 参加歴：1回目



島根県を代表する安来節で、最優秀賞を獲得

安来節は島根県を代表する民謡です。ねんりんピック和歌山大会には、安来節保存会を経て所属する本部道場から推薦を受け、私が唄い手、伴奏は絃が主人の岩佐勝雄、鼓は吉野和夫さんの3名で参加しました。

総合開会式の選手団紹介者として主人が指名されたため、大会前の県旗授与式に民謡の3人も出席し、丸山知事の前で大会時に唄う安来節を披露しました。

大会規定により3分で唄える歌詞をと思い、選んだのは、日本遺産となった石見神楽と安来節を合わせた「島根見どころ荒波しぶき神楽太鼓に安来節」、もう1本は出雲地方では10月は神在月になることを紹介する「安来節聞こし召さんと八百万の神の十神お山に集まり給うは他国の神無月」でした。

宿泊したホテルでは愛知県と鹿児島県の方と相部屋で、民謡の話や地元での日頃の活動や活躍などの話を聞き、大いに刺激を受け、大変貴重な出会いとなりました。大会で、全国の民謡を生で聴くことができるのがとても楽しみでした。

当日、会場で顔見知りの安来節保存会和歌山支部の方々と出会い、不安な気持ちも和らぎました。私の出番は40番、頼れる心強い2人の伴奏者と共に、「安来節を全国の人にぜひ聴いてもらいたい」という気持ちだけで、気負いなく一生懸命唄うことができました。

成績発表では、はじめに審査員特別賞の3名が発表されまし

た。もしかしてという思いもむなしく、名前には呼ばれず、次の優秀賞の2名でも呼ばれませんでした。

最後に発表される最優秀賞に安来節が選ばれるなどとは思っていませんでしたから、「最優秀賞は40番。島根県の安来節、岩佐光恵さん」とのアナウンスに一瞬、耳を疑い、伴奏者の2人とお互いに顔を見合わせ、信じられない気持ちでとにかくビックリ、しばし呆然としました。壇上へ案内され、表彰状をいただき、金メダルをかけていただいたときには、大きな喜びで胸が一杯になり、言葉もありませんでした。

最優秀賞を受けた安来節は、唄・絃・鼓の3人が揃ってひとつになってこそ、聴いていただく人から評価を得られるものだと思われ、今後安来節の一層の普及に少しでもお役に立てよう頑張りたいと思いました。

この度のねんりんピックに参加して、高齢化社会の続く今日、全国から集う参加者の皆様がそれぞれ自信にあふれる姿を見て、私もその中の1人として前向きな気持ちを忘れず、元気に頑張っていこうと思いました。



島根県が誇る「安来節」を披露。奏者と3人で心を一つに。

サ ッ カ ー 「島根シニア^{オー}60」(監督兼選手)つち や
土屋じゅん
淳さん

66 歳

● 参加歴：3 回目

少ない選手数ながら、念願のブロック優勝を果たす

私自身、ねんりんピックは3回目となりますが、今回は監督兼選手ということでやや緊張して大会に臨みました。

島根県にサッカー^{オー}60のチームは、東部に2チーム、西部に1チームしかありません。本県は東西に230キロと細長く、交流する機会は限られているため、ねんりんピックには東部(松江と出雲)と西部で交互に出場しています。今回は東部の順番でしたが、積極的な参加者は少なく、最終的には15名となりました。有志数名が時々集まる程度で、全員での練習はできませんでしたが、それでも過去の^{オー}50、^{オー}60の大会で一緒にプレーした仲間もいたので、何とかチームとして体を成すことができました。

今大会は少人数ながらも、ブロック優勝を目標に試合に臨みました。メンバーは違いますが、6月に静岡県藤枝市で開催された全日本^{オー}60の大会に、中国地区の代表となって参加したことが自信となりました。

初戦はサッカーの盛んな横浜市と対戦しました。苦戦を覚悟しましたが、ロングシュートで先制し、ペースをつかみました。後半1点を失い引き分けましたが、目標に向かって一歩前進できました。2日目に対戦した高知県、和歌山県Bとの試合も先制点を生かして勝ち切り、2勝1分けで念願の金メダルを獲得できました。

会場の上富田スポーツセンターでは、よく整備されたピッチとスタッフの方々のきめ細かいご対応のおかげで、気持ちよくプレーできました。

また、会場では紀州茶がゆをふるまっていたり、健康づくり教室では骨密度や血圧の結果に一喜一憂したりと楽しい時間を過ごしました。

今回、私たち出雲市のメンバー6名は諸事情により、県の選手団と別行動で和歌山へ車で向かいました。堺市で前泊し、翌朝開会式会場に到着。華やかな開会式のあと、坂本冬美さんも登場したアトラクションが素晴らしく、見入ってしまいました。田辺市の宿泊地は太平洋に面した18階建てのリゾートホテルで、素晴らしい眺めと高級ミカンの試食に満足しました。

島根県の^{オー}60は一部の者は熱心に活動していますが、全体的に見れば活発ではありません。練習に参加しやすい環境の整備、子どもや若者との世代間交流の活性化、大会運営への積極的な参加などの必要性を改めて感じました。

最後になりましたが、和歌山県の皆様には温かいおもてなしをしていただき、ありがとうございました。また、お世話いただいた島根県社協の方にも御礼申し上げます。



えんじ色の鮮やかなユニフォームに身を包み、いざ決勝戦。(後列左から5人目)



ペタンク 「備前クラブ」(監督兼選手)

いのうたかはる

井上隆治さん

62歳

●参加歴：1回目

ねんりんピックで優勝できた感動は一生の宝物

私は今回、ねんりんピック初参加でした。大会までに説明会が2度ありましたが、周到的な準備、参加者への手厚い助成・配慮など、驚きの連続でした。国を挙げての一大行事であることがわかりました。そして、この大会で「優勝」できた感動は、一生の宝物になりました。

半年以上前、岡山県の代表を決める大会に、備前クラブで挑戦しました。予選リーグ(上位2チームが決勝トーナメントへ)では2勝1敗1分でギリギリの2位通過でした。準決勝では時間制限による最終メース、相手リードの絶体絶命で投げた私の最後の1球が奇跡の同点ポイントとなり、延長メースで逆転勝利。その勢いで決勝戦にも勝利し、念願の代表権を得ることができました。「悲願の日本一へ練習」というタイトルで地元新聞の地域版に紹介記事が掲載されると、地区の方から「すごいなあ。頑張っ！」と激励の声をいただき、本大会に向けての練習に一層気合が入りました。

待ちに待った大会。総合開会式は「あふれる情熱 はじける笑顔」のスローガン通りでした。入場時、地元の児童が笑顔で手を振って迎えてくれました。小学生から大人まで3300人による創作アトラクションに「すごい! 素晴らしい!」と何度も声を上げました。「この歓迎に応えるためにも、大会運営に携わっているすべての方に感謝して競技をしなければ」という思いが強くなりました。

競技1日目、今までに経験の

ない桁違いの準備と運営がなされていました。4チームごとにテント・長机・椅子・歓迎のぼり旗があり、コートごとに審判・記録員・得点板があり、接待テントには飲みものが用意され、本当に至れり尽くせりでした。

すぐに予選第1試合の開始。練習は2日間できていませんでしたが、1試合目から先行して得点を重ねることができ、チーム4人が各々の役割を果たし、3勝0敗で予選1位通過。「これなら優勝も夢ではない」と手応えを感じました。競技2日目、決勝トーナメントはどのチームも強敵ばかり。しかし、この日も「攻めるペタンク」でチームの実力を最大限に発揮でき、勝ち上がるごとに調子を上げ、あっという間に最後まで勝ち抜くことができました。目指した「優勝」が現実になりました。チームのメンバーに真っ先に「ありがとう」といい、握手を交わし、皆で喜び合いました。最高の結果で大会を終えることができました。

最後に、関係者の皆様には本当にお世話になりました。心より感謝申し上げます。



優勝できて喜び一杯の笑顔で。(左端)



水 泳 自由形 25m・50m 「岡山県」(選手)

え ぐち あき ひ こ

江口明彦さん

76 歳

● 参加歴：1 回目

初出場のねんりんピック。50 メートルで金メダル！

5月のある日、仲間からリレー種目でねんりんピック参加の手ごたえありと声をかけられた。リレーの申し込みは叶わなかったが、初のねんりんピック参加となった。大会の存在は知っているが、1988年から開催されているとは認識不足だった。

岡山駅での結団壮行式から始まった今大会は、2017年に監督で参加した愛媛県開催の全国障害者スポーツ大会と類似しているところがあり、懐かしく思い出した。

和歌山駅で盛大な歓迎を受け、宿泊地である橋本市へバス移動。和気満々とした雰囲気の中、夕食を食べながら開会式・競技へと思いを巡らせた。

紀三井寺公園陸上競技場での開会式は実に盛大で、坂本冬美さんの歌に感動した。水泳参加者が数台のバスに分乗して、水泳会場に移動。公式練習で明日に備えた。

宿に着いてからの夕食では、お互いに健闘を誓い合った。私の出場種目は自由形で、1日目の50メートルと2日目の25メートルの2種目だ。

水泳会場での1日目は、簡単な開始式で幕開けとなった。私の出番は個人種目の最後、練習プールと応援席とを行き来しながら、出番を待つ。岡山県の仲間も頑張ったが、なかなか上位に食い込めない。高レベルのレー

スが多く見られた。

出番も近くなり招集所へ向かう。レース前の招集所は独特の雰囲気だ。よく参加しているマスターズ大会では、同じチームや同県の選手など顔見知りが多く和やかだ。しかし、ねんりんピックは初出場なので見覚えのある顔はなく、張り詰めた空気が伝わる。不安と緊張の中、スタート台に立ち、あとはいつも通り、スタートからゴールタッチ。振り返って、電光掲示板の「1位 32秒57」を見てほっとした。記録は満足できるものだった。普段の大会では表彰式はないため、久しぶりに観客席目の前の表彰台中央で金メダルを首にかけてもらい、安堵感と充実感に浸った。

2日目は最初の種目だったので、ウォーミングアップから待ち時間はあまりなく、レースを迎えた。岡山県関係者も応援に駆けつけてくれた。前日に続き金メダルを目指したが、残念ながら

ながら電光掲示板には「2位 14秒73」。トップとわずか0.17秒の差だった。表彰式では大学の後輩である和歌山県水泳連盟の南波副会長から、労いの言葉をもらいながら銀メダルを首にかけてもらうサプライズがあった。

家族やいつもの水泳仲間祝福され、記憶に残る大会となった。これからも小学生から高齢者まで、いつもの仲間と楽しく泳ぎ続けたい。



金メダルを胸に喜びがこみ上げる。(中央)



ソフトボール 「あんこうズ60」(監督兼選手)

ごとうせつ お
梧桐節男さん

79歳

●参加歴：3回目

二度目の旗手を務め、高野山に宿泊。最高の思い出に

私は、2009年に開催されたねりんピック北海道・札幌大会のソフトボールに監督として参加し、優勝しました。その後、一度は監督を降りましたが、2018年の11月から監督に復帰し、迎えた令和元年5月、山口県の予選大会で優勝し、和歌山大会参加のキップを手に入れました。北海道・札幌大会で優勝したときとほとんど変わらないメンバーでの出場、令和元年という節目の年に県代表になれたことに非常に感激し、目頭が熱くなりました。10年ぶりの「優勝」を目標に掲げ、チーム一丸となって練習に励みました。

出発日の11月8日がやって来ました。山口県のユニフォームを着て新下関駅の新幹線乗り場で待つ間、期待で胸がときめきます。新大阪に着き、次はバスで和歌山市内のホテルに到着しました。山口県選手団で懇親会をしながらの夕食です。選手全員が和気藹々と過ごし、また他競技の意気込みを聞き、気合が入りました。

翌日、総合開会式の紀三井寺公園陸上競技場に行き、行進の準備をしていると、県旗を渡されました。私が旗手を務めるのです。10年前の札幌ドームでも旗手を務め、一度は経験していますが、前回と違って何となく緊張します。プラスバンドの音と共に行進が始まり競技場に入っていくと、多くの人の声援で一層緊張しました。アトラクションが終わり、監督会議、開始式と忙しい1日でした。

宿泊先は、高野山の成福院でした。お坊さんの修行の場とのことで驚き

ました。食事が来てみれば精進料理。考えもしなかった、驚きの連続でした。

11月10日、交流大会の初日です。1回戦は静岡市との対戦でした。10年ぶりの大舞台でもあり、チームのムードは最高潮でしたが、1つのミスから崩れてしまい、失点。後半、追い上げを見せるも、届かず敗れてしまいました。

11月11日、高野山は雨でしたが、山を下ると試合会場は晴れており、和歌山のチームと交歓試合をしました。投手戦で膠着状態になりましたが、接戦をものにし、1-0で勝つことができました。

和歌山での出来事を振り返ってみると、高野山に登り、成福院に泊まり、精進料理を食べ、寝るときの暖は湯たんぽ。このような経験はなかなかできることなく、人生最高の思い出になりました。

最後になりますが、和歌山県の役員・ボランティアの皆さんには大変お世話になりました。また、山口県社会福祉協議会の事務局の皆さんにもいろいろとお世話になりました。本当にありがとうございました。



チーム全員でガッツポーズ。(後列左から4人目)



剣道「山口県」(選手)

まつばらとしひろ

松原利広さん

65歳

● 参加歴：3回目

苦戦しながらも準優勝！ チーム一丸で勝利を手に

私は今回のねんりんピック紀の国わかやま2019 剣道交流大会で、選手として3回目の出場となりました。

山口県には60歳以上で結成する「年鈴会（ねんりんかい）」があります。毎年3月頃に、全国ねんりん剣道交流大会の県代表枠をかけて、選手選考会を行います。私は2019年、開催された選考会で優勝し、県代表として和歌山大会への出場が決まりました。

毎月開催している、県剣道連盟主催の稽古日には、年鈴会に所属する剣士が集まり、和歌山大会に向けて稽古（試合）に励んできました。また、近隣県との合同錬成会を行い、お互いに切磋琢磨してまいりました。年鈴会の稽古以外にも、旧武徳殿で行われる、県内各地から集まる剣士との稽古会にも参加してきました。

山口県の年鈴会は平成27年のねんりんピック山口大会から好成績を収めており、今回の和歌山大会での活躍も大いに期待されていました。今回の和歌山大会では、過去、開催県として好成績を収めているチーム2県との予選とな

り、苦戦しながらも、決勝トーナメントにコマを進め、準優勝の栄冠を勝ち取ることができました。これもひとえに4月以降の年鈴会の強化練習はもとより、チームが一丸となり、最後まで諦めずに戦ったことが結果につながったと思います。

大会を通して、地元白浜町のスタッフの皆さんから飲みものなどの「おもてなし」をしていただいたおかげで、気持ちよく試合ができたことに深く感謝を申し上げたいと思います。また、大会前日には地元の白浜温泉に浸かり、身体を癒して試合に備えることができたことで、上位入賞ができたといっても過言ではありません。

今大会により、各県のねんりん剣士の皆さんと剣を交えたことで、「生涯剣道」の意義深さと、剣道の素晴らしさを改めて感じることができました。

最後に、今回の和歌山大会を終え、山口県年鈴会の発展はもとより、全国のねんりんピック剣道交流大会を目指す剣士の皆さんの今後の健康増進と剣道発展を祈念いたしております。



集中して、試合に臨む。(右側)



見事、準優勝を勝ち取り、こみ上げる達成感。(後列中央)



ソフトボール 「藍住GM」(選手)

まつやまとしあき

松山 敏明 さん

65 歳

● 参加歴：1 回目

宿坊に宿泊し、ベスト8に。感謝と感動にあふれた大会

我が藍住GM(グッドメン)シニアソフトボールチームは、15年前に結成された比較的若いチームです。私は入部5年目になりますが、結成された当時はグッドメンだった先輩方も、今やGMの頭にもうひとつGが増えてGGM(爺面)に成長し、身体は動かずとも、口は人一倍動く面倒見の良いGMになっています。

チームは2年前までは内弁慶で、県内では負け知らず。県外に出れば、常時1回戦止まり。試合のあとは観光三昧でした。そこに、新人2名が加入されてから、チーム内の雰囲気がガラリと変わり、全国大会「常負」軍団が、練習も試合も妥協を許さない、常に前を見据えた軍団に変化しました。文句は言わず、相手を敬い、またフォローして試合に臨む、3年前とは180度ひっくり返ったチームになりました。

2018年は四国大会準優勝、全日本シニア大会ベスト8。2019年度は四国大会優勝、全日本シニア大会では2年連続のベスト8。今回のねんりんピック紀の国わかやま2019では、もう少しでベスト4というところで、スリと勝利の女神が抜け落ち、サヨナラ負けを喫しましたが、

3大会連続で全国ベスト8となりました。

私にとって、ねんりんピックははじめての参加でしたが、開会式の壮さ、よく練習されているんだと思う他チームの動き、試合の流れ、どれを取っても、素晴らしいのひと言でした。また、裏方さんの一人ひとりが役割を確実にこなす働きには、感謝しかありませんでした。

また、我がチームに3日間、競技場から高野山宿坊まで同行、応援してくださった方には、最後の別れのときまで笑顔を忘れずに、お世話していただきました。お兄さん、ありがとうございます(お名前を確認せずに申し訳ありません)。

高野山宿坊では、食事から風呂まで修行させていただきました。結果、ベスト8という立派な成績を取められ、これから先、決して贅沢せず、人には優しく、笑顔で接していくことを教えていただきました。

できれば、3年後のねんりんピックの予選を勝ち抜いて、また出場したいものです。最後になりましたが、とくしま“あい”ランド推進協議会事務局の皆様方には、大変お世話になりました。ありがとうございました。



応援してくださった皆さんに感謝。



チームメイトと笑顔で記念撮影。(前列左から2人目)



オリエンテーリング 「徳島県」(選手代表)

ばんどうみつひこ

板東光彦さん

66歳

● 参加歴：1回目

素晴らしい大会運営に感動。今後の競技発展を祈る

徳島県はオリエンテーリングの競技人口が少ない中、各地の大会によく参加している3名がねりんピックに参加いたしました。大会前日は、紅葉真っ盛りの高野山宿坊に宿泊でき、貴重な体験となりました。

大会当日も雲ひとつない素晴らしい天気です。ここでオリエンテーリング交流大会に参加できる喜びを味わいながら、開始式に参加しました。いよいよスタート場所へ移動し競技開始です。

オリエンテーリングには走力だけでなく、地図を読む力が必要となります。私はここ数年、膝の具合が悪くなり、マラソンのような長時間連続して走る運動はできなくなりましたが、地図を読み、ベターなルートを選択することで、走力を補えるところがオリエンテーリングの魅力です。交流大会は、3人を1チームとして3種類のコース（ロング（L）、ミドル（M）、ショート（S））を3人がそれぞれ分かれて回り、タイムの早い順に順位をつけ、ポイント換算すると

いうものでした。徳島チームは（L）を走った女性の松本さんと（M）の板東が6位、（S）の織田さんが9位でした。特に松本さんは全日本大会などで活躍した元トップ選手で、レベルの高い（L）コース参加者の中で女性ポイントの加算もあってラッキーな面もありましたが、合計ポイントで4位となり、優秀賞をいただくことができました。

表彰式までの時間は、地元の特産物を堪能したのち、かつらぎ町の伝統芸能を披露していただき、若い方々が歴史ある素晴らしい伝統芸能を受け継がれていることに感銘を受けました。また、地元の小中学生が作成した応援ポスターに感激しました。

世界遺産も含まれ、オリエンテーリングにふさわしい素晴らしいトレインを準備し、大会を運営して下さった関係者の皆様に深く感謝申し上げます。

また、徳島県選手団の競技結果が、地元紙の地域スポーツ面にオリエンテーリング3名の写真と共に掲載されました。これを機に、この競技に興味を持っていただけたらと思います。

最後になりましたが、参加にあたっていろいろとご支援いただいた、とくしま“あい”ランド

推進協議会の方々に厚く御礼申し上げます。



開会式後。勝利を誓い、ガッツポーズ。(左端)



緊張感に包まれるスタート前。(写真中央)



卓球 「うどん県香川」(監督兼選手)

みよしくにお
三好邦夫さん

70歳

● 参加歴：3回目

強豪との戦いに勝ち抜き、人生最高の銅メダルを獲得

「うどん県香川」のメンバーは、2019年3月に行われた県選考会で選出された男女各3名です。3つのクラブから構成されたチームなので、7月から週1回の合同練習をしました。全国大会をはじめ、多くの大会で優勝、活躍されているメンバーがいて、香川県初の金メダルが期待され、気の引き締まる思いでした。合同練習はほとんど試合形式で、いろいろなタイプの方と3、4時間対戦しました。そのおかげか、大会1カ月前には納得のいくプレーができるようになり、不安なく和歌山に行くことができました。

卓球交流大会は、都道府県と政令指定都市66チーム対抗の団体戦で行われます。1次予選リーグ、2次予選リーグを無事1位で通過し、8チームによる決勝トーナメントに進出しましたが、組み合わせ抽選で優勝候補の仙台市と初戦であたることになりました。仙台市は2次リーグで、もうひとつの優勝候補・徳島県に勝ったチーム。決勝まで対戦したくなかった相手でしたが、私が番号を引いたので仕方ありません。しかし、心配をよそに3-1で勝ち、ベスト4になりました。準決勝は富山県と対戦。残念ながら3-2で敗れ、決勝進出はできませんでした。勝敗の流れがかかった私の試合で、中盤、チャンスボールに得意のスマッシュを思い切り放ったところ、いとも簡単に打ち返されました。それから、より厳しいコースを狙いましたが、ミスにつながり、挽回できませんでした。決勝は富山県と福岡市で争われ、福岡市が3-1で勝ち、大会終了。上には上がいるものだと痛感しました。準決勝敗退は残念ですが、優勝候補チームの一員として参加できたことは非常に名

誉で、銅メダルは私の卓球人生で獲得した一番のメダルです。本当にありがとうございました。

私にとって、ねりんピックは最も重要な大会でした。行き届いた運営、雰囲気、地域のおもてなしなど、毎回感心し、ありがたく思います。特に卓球交流大会の競技方法が優れています。リーグ戦が2回あり、すべてのチーム全員が全試合を楽しめます。ミラクルな逆転試合もあり、感動的なシーンもよく見られます。他県の人とも十分交流ができます。ラージボールを楽しむ方は、一度は参加したらよいと思います。

普段、私は高校卓球部OB会会長として、高松市卓球協会主催のオープンダブルス大会を主管しています。最近は健康増進と交流のため、地域の卓球初心者を相手にラージボールを楽しんでいます。



表彰式後。メンバーでベスト4を喜ぶ。(後列中央)

ソフトバレーボール 「UVC宇多津スポーツ協会バレーボール部」
(監督兼選手)

しばたいく お

柴田 郁夫 さん

63 歳

● 参加歴：1 回目

4 度目の挑戦で初出場。見事、準優勝を飾る

ねんりんピックを目指したのは、私が 60 歳となり新チームを結成したときでした。挑んだ初の予選では全勝するもサインミスをしてしまい、競技規定で 3 位。2 年目は決勝戦に進み、あと 1 セット取れば勝利目前のところ、私の足がけいれんで動けなくなり、逆転で敗退。次の年も決勝戦で、進行のジャッジミスもあり、接戦をものにできずに準優勝。もう負けられないと挑んだ 4 度目の挑戦ではプレッシャーの中、思うように試合を運ぶことができず、セット率で何とか予選リーグを通過しましたが、迎えた決勝リーグ戦では見事、全勝で優勝。4 度目にして、やっとねんりんピック参加の代表権を勝ち取りました。

しかし、ここで問題が起きました。12 月にメンバーの 1 人が腹部、翌 1 月にはもう 1 人が膝で手術入院することになり、メンバー 2 人を欠いて、8 月になるまで思うように活動できませんでした。やっと、練習が再開できたのもつかの間。私たちはバレーボールもしていますが、ねんりんピックの大会日程が那覇の全国ヴィンテージ 8's バレーボール交流大会と重なり、やむなく男子 1 名には沖縄のバレーボールに出場してもらうことになりました。急遽 2 名に新規加入してもらい、メンバーを追加登録して、やっとねんりんピックに参加できました。気持ちを切り替え、皆で思いっきり楽しんでしようと臨んだ和歌山大会でした。

開会式前日はお楽しみの 1 ページ、高野山にお参りです。大会を無事に終

えることと、良い報告ができるようにお祈りし、心を清めました。天候にも恵まれ、最高のコンディションでの華やかな開会式に感動して、翌日迎えた競技 1 日目。メンバーは気持ちをひとつにして奮起、弘法大師の御利益か、15 対 1 とあわやパーフェクトとなるスコアも飛び出して、全勝で 1 位通過しました。そして迎えた 2 日目、さすがに各グループで勝ち抜いてきたチームと当たるのですから、そうはうまくいかず、1 試合落としてグループ準優勝となりました。私としては胸の内、負けてちょっぴり悔しい思いもありましたが、顔なじみのチームや、はじめて出会ったチームと和歌山で交流でき、楽しく過ごせて幸せな日々でした。

私たちは今のメンバーでプレーできることに感謝し、趣味を同じくする友と共に、また競い合える日を楽しみに、次の目標に向かって進んでいきたいと思っています。



ブラカードを持ち、メンバーと準優勝を喜ぶ。(中央)



弓道 「高知県」(選手)

まつもとゆういちろう

松本祐一郎さん

61歳

● 参加歴：1回目

夫婦で出場、団体3位に。弓道をやっていて良かった！

令和元年5月4日、高知県立弓道場で開催されたこうちシニアスポーツ交流大会2019（ねんりんピックの予選会）に、夫婦ではじめてエントリーしました。妻は女子の部で優勝を果たし、文句なしの予選通過。私は男子4名による射詰競射に勝ち、最後の1枠に滑り込み、幸運にも夫婦でねんりんピックに出場できる運びとなりました。はじめての出場でしたので、夫婦一緒に参加できたことはとても心強かったです。

県代表は、5年前に弓道体験教室から始めた我々夫婦以外、弓道歴何十年というベテランぞろいでした。我々夫婦がチームの足を引っ張ることになってはいけないと思い、大会が始まるまで練習また練習の日々を過ごしました。あとで振り返ると、このときの練習が本大会で実を結んだのだと思います。

高知県のメンバーは全員気さくな方ばかりで、行きのバスからワイワイガヤガヤ、にぎやかで楽しいチームでした。期間中は毎晩全員で酒を酌み交わして意気投合し、1日の反省をして健闘をたたえ、明日の目標を掲げて一致団結し、翌日に備える毎日でした。

高知県チームは予選1日目、参加65チーム中4位タイの好成績で予選突破し、緊張の中にも皆でホッと一息つきました。決勝トーナメント1回戦は、仙台市と対戦。結果は2-1で1回戦突破できました。次は強豪、静岡県。予選をトップ通過、1回戦でも10射8中して勝ち上

がってきたチームでした。誰もが「だめやろなあ」と思っていたようですが、結果は5-4で見事、勝利。

準決勝の相手は愛知県。結果は7-3で敗退して、競技終了。熊本県と共に、団体3位となりました。監督、控え選手2名を含め、8名全員で表彰式に参加でき、記念のトロフィーとメダルをいただきました。いい思い出になりました。

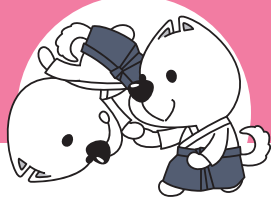
壮大な開会式演出により、県代表という意識が高まり、身の引き締まる思いで、競技に挑むことができました。今大会の弓道競技は選手控場と試合会場が離れており、緊張感を持続し、試合直前の気持ちを安定できるかと心配でしたが、大会運営の方々のタイムリーな招集、きめ細やかな対応に加えて、ボランティアの学生さんの明るい笑顔に助けられて、とてもいい状態で試合に臨むことができました。厚く御礼を申し上げます。

弓道をやっていて本当に良かったと思える大会でした。これからも夫婦で弓道を続けていきます。

最後に、ねんりんピック紀の国わかやま2019、ほんまに楽しかったです。ありがとうございました。



張り詰めた空気の中、試合に臨む。(左から2人目。奥様は中央)



合気道 「岡山市合気道協会」(選手)

おか たつ や
岡 達也 さん

62 歳

● 参加歴：1 回目

合気道開祖生誕の地、田辺市での大会開催に感激

2019 年の春くらいに「ねんりんピックに出場してみませんか」とお話をいただき、年齢も 60 を過ぎて、現在まで 10 年続けている合気道で参加できるということで、うれしく、また楽しくやりきりたいと、期待で胸が躍りました。

今回の大会は和歌山県田辺市開催で、ねんりんピックでの開催は「合気道」としてははじめてと伺いました。

合気道開祖・植芝盛平翁生誕の地である田辺市で開催されることとあわせて、開祖没後 50 周年法要、お墓参りという行事に参加できることが大変うれしく、感動しました。

1 日目の朝 10 時から、全選手による総合開会式に出席しました。立派な競技場で、人数も 1 万人強の参加と聞きました。大規模な開会式で、アトラクションもとてもきれいで華やかでした。その日の夕方、道主を囲んでの交流会にも参加することができ、また、道主にお会いして、ご挨拶させていただき、とても良い経験ができました。

2 日目の朝 8 時 30 分から、開祖のお墓のある高山寺で開祖没後 50 周年法要に参列させていただきました。法要と墓参りを済ませたあと、

田辺スポーツパークで開催されていた田辺農林水産業まつりを見学しました。いろいろな水産物が調理されていて、皆さんと美味しくいただきました。その後、交流大会演武会場である、田辺市の紀南文化会館に移動し、13 時から合気道交流大会演武に出場しました。

合気道には優劣を決める試合がありませんので、演武を披露することになります。演武時間は 1 団体約 2 分でしたが、自分としてはもう少し時間がほしかったです。

演武が終わり、いろいろなお土産をいただきました。地元特産の品々で、ありがたい気持ちでいっぱいです。

翌日、帰路に向かうため、白浜駅へバスで移動しました。この日に限って雨模様で、バスを降り、駅舎まで移動する間、少し濡れましたが、ほかの日は素晴らしい快晴で、何をするのも気持ちよく、すがすがしい天気でした。とても良い大会であったと思います。

今後、また出場のチャンスがあるかわかりませんが、これからも年齢に合った活動をしていきたいと思っています。ありがとうございました。



演武後、メンバーと会場前で。安堵のひとつき。
(後列左から 2 人目)



総合開会式の前にチームメンバーと。(中央)



ソフトボール 「広島クラブシニア」(監督兼選手)

かわなかたけのり

川中武範さん

62歳

● 参加歴：1回目

「さわやかイレブン」、奇跡の準優勝！

誰ひとり予想していなかった決勝戦進出。平静を装うも、緊張感を隠せないメンバー。ゲームは中盤2点を先取したものの、終盤1点差とされ、最終回、投手の継投策で逃げ切りを試みましたが2点をもぎ取られ、痛恨の逆転サヨナラでゲームセット！ 瞬間、悔しさよりも、ここまで6試合、チームワークと気力で戦ってきた「イレブン」に感謝と労いしかありませんでした。表彰式、壇上には11人しかいませんでしたが、本来ならいるはずの2人分のメダルもいただき、この余韻と共に彼らに手渡すことで、一連の流れにピリオドを打ちました。あとは皆がこの結果を誇りに、また、思い出として語っていただければと思います。

私たち「広島クラブシニア」は広島市とその周りに住む仲間によるチームで、毎週日曜日の午後、顔を合わせ、お互いの体調を気遣いながら汗を流しています。練習は「楽しく」をモットーに、でも「試合は多くやろう」と頑張っています。2019年はスタートと同時に、「和歌山に行こう」と意気込みました。しかし、政令指定都市枠では主力選手が参加できず、戦力ダウンのまま予選へ。苦しみながらも突破しました。本番に向け戦略を練るも、決め手がないままに時が過ぎ、参加選手を13名に絞ることが精一杯でした。

出発の2日前、選手の1人が「家庭の事情」で不参加となり、12人で行くことになりました。和歌山に入ってもう1人の選手が体調不良でダウンし、結局

11人となりました。ここから始まった「さわやかイレブン」。1回戦を1-0で勝つと2回戦、3回戦も勝ち、4回戦は相手の好投手に打線が沈黙し、0-3で迎えた最終回。これまでかと思った瞬間、連続安打が出てアツという間に逆転サヨナラ勝ち。準決勝も7-3で圧勝。そして最後の試合、決勝戦に進みました。結果を報告しても誰にも信じてもらえず、疲れ果てた身体を休める間もなく、一路広島へ帰りました。

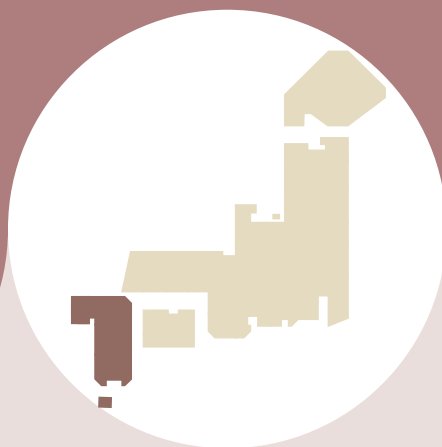
この経験を今後どのように生かすかという、「たとえ窮地に追い込まれても、やろうと思うことを信じてやれば、結果はあとからついてくる」ことを伝えていくことでしょう。もうひとつ忘れてはいけないのが、何事にも「楽しさ」が大切ということです。これらのことを「和歌山大会」が教えてくれました。

最後に、大会関係者の皆様、特に私たちのチーム担当として、移動からタイムスケジュール、練習、声援などすべてでお世話になった紀の川市職員の田中さんに御礼を申し上げます。



表彰式後、チーム全員の晴れやかな笑顔。(前列右から3人目)

九州 ・ 沖縄



長崎県

松尾良治さん



パークゴルフ

70

熊本県

松本友喜さん



ソフトテニス

71

井上静子さん



ペタンク

72

宮崎県

吉村都代子さん



なぎなた

73

秋本博美さん



将棋

74

沖縄県

島尻勝広さん



将棋

75



パークゴルフ 「長崎県パークゴルフ協会」(選手代表)

まつ お りょう じ

松尾 良 治 さん

66 歳

● 参加歴：2 回目

2年後の大会での上位入賞を誓った和歌山大会

私は、今大会に出場するにあたり3つの目的を持っていました。ほかの種目の長崎県選手と交流すること、他県の方と交流すること、そして上位入賞です。

ねりんピックに参加できる年齢となった高知大会は県予選に出場するも敗退、長崎大会にはボランティアで参加、前々回の秋田大会には運よく出場することができました。そして、2回目の参加となった和歌山大会。初日、長崎から1日ばかりでの和歌山入りでしたが、往路や宿舎で長崎県他種目の選手と交流して、1つ目の目的を達成することができました。

2日目は総合開会式。私のユニフォーム姿を見ていた和歌山県のボランティアの方から「私も長崎県出身です」と声をかけられ、なんと偶然なことに、その方は私の二女の同級生でした。開会式は胸を張って行進し、アトラクションでの「ふるさと愛」に感動の連続でした。宿舎では、K県選手と相部屋となり、パークゴルフ談議に花が咲き、交流を深めることができました。2つ目の他県の方との交流という目的が達成できました。

3日目は公式練習。はじめてのコースを攻略し、思った以上のスコアが出た私は、明日は上位を狙えるかもと青写真を描いてしまいました。

4日目は、朝から予報通りの雨模様。大会中止もありえましたが、会場に到着したときは絶好のコンディションになっていました。スタートこそ順調でしたが、3ホール目に大きな落とし穴があり、痛恨のミスを取り返そうとするあまりに悪循環に陥ってしまいました。その後もスコアは伸びず、終わってみればチームの最下

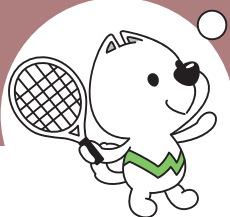
位で、皆をリードするどころか、足を引っ張ってしまう結果となり、3つ目の目的である上位入賞を達成することはできませんでした。

パークゴルフは、今大会21道府県6政令指定都市という参加数が示すように、マイナーなスポーツです。長崎県でも、コースもなく、道具もなく、愛好者もないゼロからのスタートでしたが、今では70名余りの会員数となり、自分も同好会の会長として、各種大会を企画し、三世代間の交流を図るなど普及に努めています。まだまだ知名度が低いパークゴルフですが、健康維持に役立ち、高齢になってからも始められるスポーツであることから、長崎県内でも徐々に競技人口が増えており、選手層の底上げも見込まれます。

2年後の神奈川大会への出場、そこで3つ目の目的を達成することを胸に誓った和歌山大会となりました。



ナイスショット！ ボールの行先を見つめる。



ソフトテニス 「火の国」(監督兼選手)

まつもととも き
松本友喜さん

73 歳

● 参加歴：1 回目

勝利を勝ち取ることの難しさを改めて感じた2日間

令和元年 11 月 8 日（金）、「あふれる情熱 はじける笑顔」がテーマの「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」に出場する熊本県選手団は、新幹線で熊本駅から和歌山県へ向け出発し、前泊地の南紀白浜の宿舎では翌日からの大会に備えて英気を養いました。

翌 11 月 9 日（土）、総合開会式が紀三井寺公園陸上競技場で、三笠宮彬子女王のご臨席の下、厳かに行われました。メインアトラクションでは 3500 人の若人が歌手の坂本冬美さんとコラボし、四季折々の歌と踊りで「夢を持ち続けること」の大切さを圧倒的な迫力・構成美で、立冬の紀州の碧空へ向けて歌い上げました。和歌山県民の熱い思いを体現してくれた皆さん、ありがとうございました。

続いて、11 月 10 日（日）、白浜町テニスコートで予選リーグ戦がおこなわれました。試合は混合ダブルス、男子ダブルス、女子ダブルスの順に対戦し、2 点取ったチームが勝ちとなります。熊本県チームは 2011 年熊本大会、2015 年山口大会、2016 年長崎大会と計 3 回優勝しており、今大会は V 4 を目標に、千場・越川ペア（混合）、淋・日根野ペア（男子）、緒方・岸田ペア（女子）の布陣で戦いました。初戦の対山梨県は 3 - 0 で完勝。次の対富山県では混合と男子が勝ち、2 - 1 で勝利。最後の対神戸市戦も 2 - 1 で勝利。1 位グループ決勝トーナメントに進出することになりました。

11 月 11 日（月）、決勝トーナメントの初戦は、地元和歌山県 A チームとベスト 8 をかけて激突しました。1 番手の混合ダブルスは 1 - 4 で惜敗しましたが、2 番手の男子ダブルスは強豪ペアに 4 - 2 で快勝し、3 番手勝負となりました。3 番手の女子ダブルスはファイナルゲームの大接戦となり、ポイントファイブフォー（5 - 4）から逆転され、結果 1 対 2 となり、ベスト 16 で戦いを終えることになりました。残念でありませんが、激しい競い合いの中で、ポイントを、ゲームを、マッチを、チームとしての勝利を勝ち取ることの難しさを、改めてかみしめる 2 日間の戦いとなりました。

最後になりましたが、本大会の運営などに尽力された役員・補助員の方々、鮎の塩焼き、伊勢エビ味噌汁という飛びっきりのおもてなし料理を用意された地元の方々、快適な睡眠、栄養たっぷりの料理などを提供された宿舎の方々、本当にお世話になりました。衷心より御礼申し上げます。



決勝トーナメント前にチームで健闘を誓う。(左から2人目)

ペタンク 「熊本和仁」(監督兼選手)

いのうえしずこ

井上 静子 さん

71 歳

● 参加歴：2 回目



他県の選手たちとの交流も忘れがたいねりんピック

ねりんピック紀の国わかやま 2019、「あふれる情熱 はじける笑顔」のテーマのもと、開催された素晴らしい大会でした。参加した4日間を振り返ってみました。

ねりんピック本大会への出場を決めたのは、5月の熊本県予選での優勝でした。長年参加の機会がなかった私は、「今年こそは、今年こそは」と毎年願っていました。今大会、やっと出場でき、前回出場の石川大会から数えて9年目でした。出場できると決まってからは、メンバー3人と「今年こそは上位を目指して頑張ろう」と練習にも気合が入りました。

11月9日の総合開会式では「鉄砲隊演武」に始まり、いろいろなアトラクションのあと、選手団が入場しました。熊本県選手団は赤いスカーフを振っての入場です。メインアトラクションでは、坂本冬美さんの歌などがあり、全国の皆さんと一緒に盛り上がりを経験することができました。総合開会式も終わり、いよいよ大会会場がある岩出市の市民総合体育館へ移動し、監督会議に続いて開始式です。地元の大宮神社の獅子舞に始まり、和歌山県ペタンク連盟会長から歓迎の挨拶をいただき、その後、最高齢者の表彰、選手宣誓と続き、開始式も無事に終わりました。

その後、宿泊施設の「ホテルいとう」へ移動しました。この日から熊本市の選手と一緒にです。ねりんピック大会前の試合でも一緒でしたので、気心も知れ、行動も一緒にできました。このことも、大会を通しての楽しい出来事のひとつでした。

10日の試合は、青森県A、福井県、神戸市の3チームとの予選です。メンバー3人の気持ちをひとつにし、どうにか1位で決勝トーナメントに出場できました。決勝トーナメントでは1回戦、愛媛県に勝利し、2回戦は予選で当たった福井県と再度の対戦となり、何とか勝利できました。続いて、いよいよベスト4をかけて長野県と対戦しましたが敗戦、今大会での私たちの挑戦は5位で終わりました。大会を通じて、他県の選手たちとふれ合うこともでき、とても良い経験でした。

前回出場した石川大会では、仲間の一人が亡くなり、喪章をつけての参加でした。そのため、全国の方々へ与えた印象も強く、皆さんから温かい応援をいただき、3位という成績を残しました。その縁で、今でも全国の方々との交流が続いています。

この大会を通していろいろな体験、交流ができたことをうれしく思うと共に、いろいろとお世話をしていただいた皆様に感謝いたします。



熊本県ブース前で。子どもたちの幟旗がうれしい。(中央)



なぎなた 「宮崎県」(監督兼選手)

よしむら と よ こ
吉村都代子さん 68歳 ● 参加歴：1回目

24年前の宮崎大会と今大会を結びつけた手ぬぐい

ここに2枚の手ぬぐいがある。

1枚は今大会参加記念品。紫地に青のアルファベットで大会名、下に白抜きで「NAGINATA IN KUDOYAMA」とある。自分の持っている手ぬぐいとの違いに驚いた。24年前、宮崎県で開催されたねりんピックの手ぬぐいは白地に紺文字で大会名と連盟名が書かれ、マスコットキャラクター「元気ちゃん」がなぎなたを構えている。96年の大会に競技役員として参加した私は、自分の役割を果たすことで精一杯。しかし、参加者の方々は元気いっぱい、大会を盛り上げてくれた。このような素敵な方々に出会えて良かったと感動した。その記念品がこの手ぬぐいだ。

今回、私は県予選で勝ち、参加の権利を得たが、結局1人での交歓試合(個人戦)参加となった。不安はないかと聞かれたが、今までにお世話になった方々にお会いしたくて、参加を決意した。

それなりに稽古して臨んだ本大会。他競技への参加者との会話、青空の下での総合開会式、バスから見た和歌山県の景色。宿泊は高野山の宿坊で栃木県の方と同室となり、お互いを語り

合った。

開始式では真田出陣太鼓に気持ちが昂ったが、個人戦は2日目。1日目は観戦の合間に、場外イベントに顔を出したり、土産物を選んだり。次の日、1回戦は面識のある福岡県の72歳の方が相手だった。「お互いに楽しみましょうね」とご挨拶した。結果はメンを取って一本勝ち。2回戦は少し年下の埼玉県の方。気負いすぎたか、お互いに打突が決まらず1分間の延長。十分技を出せないうちに判定負け。1人での参加だったが、今までにいろいろな研修会や大会で知り合った方々が応援してくれた。県の担当者も将棋会場とかけ持ちながら、会場にかけつけてくれた。競技時間の5分間は、この大会で競技した証となった。

今大会で83歳で高齢者賞を得た千葉市の方は、24年前の宮崎大会の思い出を語ってくれた。最高齢者賞87歳の福島県の方も宮崎大会に参加、今回も個人戦に参加されていた。2枚の手ぬぐいが年月を超えて、2つの大会を結びつけてくれた。人生の軸としてなぎなたを選んだ私に、たくさんの出会いや思い出ができた。なぎなた競技が再び行われるときに、健康で参加できることを目標に精進していきたい。

大会運営に携わった和歌山県の方々、全日程で支えてくださった宮崎県の方々に御礼申し上げます。24年前、大会運営の隅っこにいた私が、競技者として参加できた喜びをお伝えします。ありがとうございました。



子どもたちの応援を背に健闘を誓う。



24年前の手ぬぐい(上)と今大会の手ぬぐい(下)。

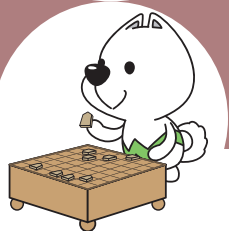
将棋 「南国スピリッツ」(選手代表)

あきもとひろみ

秋本博美さん

68歳

● 参加歴：1回目



升田幸三と大山康晴の因縁の地・高野山で真剣勝負

ねんりんピック初日、紀三井寺公園陸上競技場での豪華絢爛、盛大な総合開会式を終え、2日目は将棋種目の開催場である高野山にコマを進めた。

つづら折りした山道を約1時間半、マイクロバスに揺られて到着した高野山は、さすがに肌を刺すような冷気に満ちあふれ、身の引き締まる思いがした。いや、ただの冷気ではなく、歴史ある高野山が持ちあわせている「霊気」であったかもしれない。

高野山大学での選手歓迎オープニングでは91歳の最高齢選手が紹介され、全国からの選手たちの間をしっかりと足取りで通り抜けると、壇上に上がり、高野町長から表彰を受けた。場内から万雷の拍手を受けながら誇らしげに挨拶をされる姿を見て、ふと、「無事これ名馬」という言葉が脳裏をかすめた。

続く、高野町長の選手歓迎の言葉がふるっていた。ねんりんピックが和歌山県で開催されると聞いた町長は、「ぜひ、将棋はわが高野山で開催してほしい」といち早く県に申し出をしたそうである。

理由は今から約70年前の昭和23年。第7期名人戦挑戦権決定三番勝負を共に1勝1敗で迎え、第3局目をこの高野山で戦った升田幸三と大山康晴にある。将棋史上に残る大逆転劇を演じた「高野山の決戦」だ。升田があと1手で勝ちだったのに、最後の最後に悪手を指してしまい、大山に逆転負けを喫し、名人挑戦権を失ってしまった因縁の対局である。後に、升田は朝日新聞社のインタビューにこたえ、自分への戒めを込めて「錯覚いけない、よく見るよろし」という有名な言葉を残したものである。

会場のスタッフは皆、「錯覚いけない、よく見るよろし」の文字が印刷されたユニフォームを着用していた。

将棋大会は高野山大学にほど近い高野山大師教会で開催され、演壇の上の垂れ幕には「将棋交流大会」と銘打ってあるものの、試合が始まると「交流」気分だけではいられない真剣勝負そのものだ。

ねんりんピックはやはり「競技」なのである。

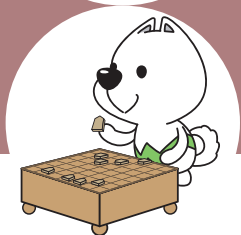
3泊4日、大会としては長期であったが、少しもそうは感じさせなかったのは県の担当スタッフの事前の緻密な下調べ、打ち合わせの賜物である。すべてがスムーズ、そして、快適な旅でもあった。



気持ちを集中、交流大会でも対局は真剣勝負。(左側)



試合前にチームメイトの松浦選手と。(左側)



将棋 「ちゅら島ウチナー」(選手)

しまじりかつひろ

島尻勝広さん

60 歳

● 参加歴：1 回目

宿坊に宿泊し、仲間と交流。貴重な機会に感謝

今回、縁あってねんりんピックの将棋交流大会に参加することになりました。実は、沖縄県からの参加者は前年の県内大会などを通して3人決まっていたのですが、参加予定者の1人が大会の行程に体力的な懸念を抱き、急遽参加を見送ることになりました。そのため、新たに参加者の呼びかけが行われ、棋力とは関係なく、私が追加で参加することになりました。近年、将棋界は藤井聡太7段の出現でブームになっており、県内においても小学生を含めて底辺に広がりを感じているところです。

さて、はじめての将棋交流大会への参加でしたが、初日の懇親会では沖縄県選手団の競技を超えた交流があり、選手が競技にいきいきと取り組んでいることに感動しました。人生100年時代が叫ばれている中で、いかに心身共に健康で過ごすことができるかが重要であります。それを実践しているのが、「ねんりんピック」の愛称で親しまれる「全国健康福祉祭」です。総合開会式は、和歌山市の紀三井寺公園陸上競技場で皇族の御臨席の下、厳粛な雰囲気で開催され、選手団入場行進や炬火入場・点火、メインアトラクションなど、当事者として参加できることに感謝の念を抱きました。

将棋交流大会は高野山大師教会で開催され、

64チーム(190名)が参加しました。沖縄県は「ちゅら島ウチナー」のチーム名で参加し、和歌山県、山口県、新潟市の4チームと予選リーグを戦いましたが、残念ながら予選突破することはできませんでした。

高野山は平成16年7月に世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」の一部として登録されており、大門から壇上伽藍、金剛峯寺、奥の院などに年間約140万人の観光客が訪れ、国際観光地として脚光を浴びています。

また、高野山には52の宿坊寺院があり、今回、安養院が宿泊場所となりました。精進料理を食べ、早朝、本堂で行われる「朝のお勤め」で心をいやすことができました。

私は急遽、将棋交流大会に参加しましたが、チームメンバーの上原氏、西原氏と3人で4泊とも同じ部屋で宿泊し、将棋談議などで盛り上がり、貴重な体験をさせていただきました。また、事務局の役員が交通不便な高野山にわざわざ車で激励に来てくださり、感謝でいっぱいでした。

今後とも、多くの方がねんりんピック大会へ積極的に参加し、スポーツや文化など多彩なイベントを通して、地域や世代を超えた交流の輪が広がること、また健康長寿沖縄県が復活することを期待しています。

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周年を記念して行われた昭和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。

「ねんりんピック紀の国わかやま 2019」大会情報

令和元年11月9日から12日の4日間、「あふれる情熱 はじける笑顔」をテーマにねんりんピック紀の国わかやま2019が開催されました。和歌山大会では9市12町で27種目の交流大会が開かれ、全国から集まった約1万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模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/wakayama2019/>（和歌山大会）

■ 最高齢者（和歌山大会公式報告書より）

性別	種目	所属	年齢
男性	ゲートボール	富山県	100
女性	水泳	和歌山県	96

開催種目・平均年齢（和歌山大会公式報告書より）

種 目	開催市町	参加チーム数	参加者数 (選手・監督)	平均年齢
卓 球	和歌山市	66	448	70.5
テニス	和歌山市	68	423	67.5
ソフトテニス	白浜町	66	413	67.1
ソフトボール	紀の川市	66	952	67.2
ゲートボール	和歌山市	141	798	76.3
ペタンク	岩出市	72	248	74.1
ゴルフ	橋本市	56	167	70.0
マラソン	太地町	—	245	69.2
弓道	田辺市	65	428	70.4
剣道	白浜町	70	395	67.1
水泳	和歌山市	—	314	70.0
グラウンド・ゴルフ	日高川町	—	400	76.5
オリエンテーリング	かつらぎ町	20	59	69.7
ボウリング	新宮市	63	126	69.5
サッカー	田辺市 / 新宮市 / 上富田町 / 串本町	60	1,070	64.7
ソフトバレーボール	橋本市	67	482	65.6
なぎなた	九度山町	43	146	68.7
ウォークラリー	由良町	41	204	73.1
太極拳	海南市	50	356	69.2
ダンススポーツ	那智勝浦町	51	406	68.7
パークゴルフ	紀美野町	32	127	74.6
合気道	田辺市	34	114	55.9
囲碁	海南市	61	178	73.5
将棋	高野町	64	190	71.0
民謡	有田市	61	—	71.5
健康マージャン	御坊市	68	272	74.1

※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・政令指定都市選手派遣団体へお問い合わせください。80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ご確認の上、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33回（令和2年度）	岐阜県
第34回（令和3年度）	神奈川県
第35回（令和4年度）	愛媛県
第36回（令和5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 人材育成部 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	(福) 秋田県社会福祉協議会 地域福祉・生きがい振興部	018-824-2888
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 セカンドライフ支援センター	048-881-8627
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	043-245-5169
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 かながわ長寿社会開発センター かながわシニアフェスタ事務局	045-640-6128
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 高齢者支援課	042-769-9231
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 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 保健福祉長寿局健康福祉部 高齢者福祉課	054-221-1086
浜 松 市	浜松市 健康福祉部 高齢者福祉課	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 事業者支援課	06-4304-0294
大 阪 市	(一財) 大阪府地域福祉推進財団 事業者支援課	06-4304-0294
堺 市	(一財) 大阪府地域福祉推進財団 事業者支援課	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 福祉人材課	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	(公社) 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 総務課	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 生きがい推進グループ	096-354-3083
熊本市	(公社) 熊本市シルバー人材センター	096-322-3300
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

ねんりんピック紀の国わかやま 2019

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 2020 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

KDX西新橋ビル 6 階

Tel. 03-5470-6753

<https://nenrin.or.jp/>

※無断転載・複製を禁じます。



和歌山県 PR キャラクター「きいちゃん」



一般財団法人 **長寿社会開発センター**