

参加選手
体験談集

ねんりんピックで輝く シニアの星



© ねんりんピックはばたけ鳥取 2024 実行委員会



第36回全国健康福祉祭とっとり大会

ねんりんピック はばたけ鳥取2024

咲かせよう 砂丘に長寿と笑みの花

令和6年10月19日(土)~22日(火)

はじめに

ねんりんピックはばたけ鳥取 2024 参加選手体験談集の刊行にあたって

第36回全国健康福祉祭とっとり大会（はばたけ鳥取 2024）は、「咲かせよう 砂丘に長寿と笑みの花」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6年10月19日から22日までの4日間にわたって開催されました。

本大会では、ねんりんピック交流大会の種目として初開催となったバウンズボールとeスポーツを含む29種目のスポーツ・文化の交流大会が、県内全19市町村でそれぞれ開催されました。また、健康・福祉・生きがいに関する多彩なイベントも実施され、大会開催期間を通じ、延べ約54万人の方々にご参加をいただき、盛大な大会となりました。

また、全国各地から集った多く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、他チームの選手との交流や観光などを通じて、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や感想、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、大会に向けた日々の懸命な練習、仲間との絆や周囲への感謝の心、試合・観光をともに楽しむ姿に、生きがい・健康づくりの大切さや心の豊かさについてあらためて振り返る機会となるとともに、ひとりでも多くの方にご覧いただき、ねんりんピックで輝くシニアの素晴らしさに触れ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。ここに心より御礼申し上げます。

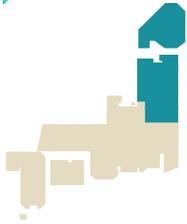
おわりに、ねんりんピックはばたけ鳥取 2024に参加された選手の皆様、開催に尽力された鳥取県関係各位、交流大会の開催市町村、各競技団体やボランティアの皆様、心温まるおもてなしをしてくださった県民の皆様、協賛いただきました企業・団体に心から感謝申し上げます、刊行の言葉といたします。

2025年3月

一般財団法人 長寿社会開発センター

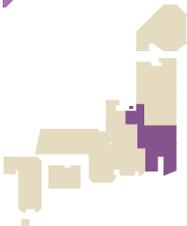
CONTENTS

北海道・東北



| | | | |
|-----|---------|--------------|----|
| 岩手県 | 関 祐子さん | ターゲット・バードゴルフ | 6 |
| | 高橋麗子さん | ソフトテニス | 7 |
| 秋田県 | 伊藤 悟さん | サッカー | 8 |
| 山形県 | 井澤英悦さん | 弓道 | 9 |
| | 熊谷民治さん | 卓球 | 10 |
| 福島県 | 安部重浩さん | ローイング | 11 |
| | 山岸正和さん | 剣道 | 12 |
| 札幌市 | 久保田博樹さん | 太極拳 | 13 |
| | 村川千津子さん | 水泳 | 14 |

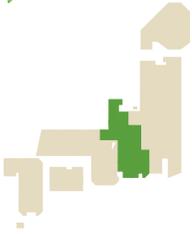
関東・甲信越



| | | | |
|------|---------|--------------|----|
| 栃木県 | 篠崎 明さん | サッカー | 16 |
| | 松原 操さん | マラソン | 17 |
| 群馬県 | 榊原よし子さん | 水泳 | 18 |
| | 坂田 弘さん | サッカー | 19 |
| 埼玉県 | 斉藤好友さん | ペタンク | 20 |
| 千葉県 | 須賀田貞彦さん | ゲートボール | 21 |
| | 田邊義衛さん | 民謡 | 22 |
| 東京都 | 小澤 正さん | バウンドテニス | 23 |
| | 栗原 操さん | ソフトテニス | 24 |
| 神奈川県 | 青木 陽さん | 剣道 | 25 |
| | 田口 靖さん | サッカー | 26 |
| 山梨県 | 齊藤敬文さん | 囲碁 | 27 |
| 長野県 | 田中輝明さん | ローイング | 28 |
| | 丸山 洋さん | eスポーツ | 29 |
| 横浜市 | 佐藤力男さん | ターゲット・バードゴルフ | 30 |
| | 野田容子さん | ローイング | 31 |

| | | | |
|-----|--------|---------|----|
| 川崎市 | 小林東明さん | 水泳 | 32 |
| | 村松弘衛さん | 民謡 | 33 |
| 新潟市 | 小池越路さん | ダンススポーツ | 34 |

東海・北陸



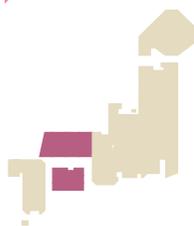
| | | | |
|-----|---------|---------|----|
| 富山県 | 服部一幸さん | 卓球 | 36 |
| 福井県 | 小林幹子さん | バウンズボール | 37 |
| | 山内幸枝さん | 水泳 | 38 |
| 岐阜県 | 木村静男さん | ソフトボール | 39 |
| 静岡県 | 大川久博さん | バウンズボール | 40 |
| | 北川勝美さん | eスポーツ | 41 |
| 愛知県 | 水上美保さん | eスポーツ | 42 |
| 三重県 | 高木由理子さん | 太極拳 | 43 |
| | 寺嶋哲司さん | サッカー | 44 |

近畿



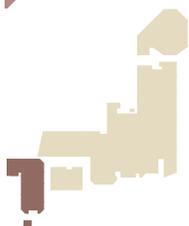
| | | | |
|-----|---------|-----------|----|
| 滋賀県 | 大澤藤樹さん | ローイング | 46 |
| | 山森祐輔さん | テニス | 47 |
| 京都府 | 吉中康子さん | ウォークラリー | 48 |
| 大阪府 | 二宮一さん | 弓道 | 49 |
| 兵庫県 | 内田敬三さん | マラソン | 50 |
| | 仲川邦俊さん | マラソン | 51 |
| 奈良県 | 森本千香子さん | 水泳 | 52 |
| 京都市 | 河合正樹さん | ゲートボール | 53 |
| | 村田良宏さん | テニス | 54 |
| 大阪市 | 石渡真吉さん | 水泳 | 55 |
| 堺市 | 國分加代子さん | ゲートボール | 56 |
| | 吉村利夫さん | グラウンド・ゴルフ | 57 |
| 神戸市 | 和田明子さん | ペタンク | 58 |

中国・四国



| | | | |
|-----|----------|--------------|----|
| 鳥取県 | 佐伯友茂さん | 剣道 | 60 |
| 島根県 | 佐藤千年さん | ターゲット・バードゴルフ | 61 |
| | 谷口真澄さん | 水泳 | 62 |
| 岡山県 | 向井 彰さん | バウンズボール | 63 |
| | 村木聡一さん | eスポーツ | 64 |
| 山口県 | 嶋田美智枝さん | 水泳 | 65 |
| | 末田哲明さん | サッカー | 66 |
| 徳島県 | 中谷千賀子さん | グラウンド・ゴルフ | 67 |
| 香川県 | 大西小波さん | バウンドテニス | 68 |
| 高知県 | 竹本紅美子さん | ボウリング | 69 |
| | 益永美和さん | eスポーツ | 70 |
| 広島市 | 佐々木竜一郎さん | ソフトバレーボール | 71 |

九州・沖縄



| | | | |
|-----|---|--------|----|
| 佐賀県 | 前田文博さん | ソフトテニス | 74 |
| 長崎県 | 吉田俊生さん | 弓道 | 75 |
| 熊本県 | 坂澤光司さん | 剣道 | 76 |
| | 藤崎幸次郎さん | 囲碁 | 77 |
| 宮崎県 | 梅崎秀彰さん | 将棋 | 78 |
| | 黒岩正明さん | 卓球 | 79 |
| 沖縄県 | 仲尾次嗣明さん/仲尾次節子さん/尾尻義彦さん/ 尾尻孝子さん/岡 潔さん/喜舎場梨枝さん | マラソン | 80 |

Information

| | |
|-------------|----|
| Information | 81 |
|-------------|----|

※本文中に記載している年齢は大会ご参加時のものです。

北海道・東北



p.6 岩手県

関 祐子さん
ターゲット・
バードゴルフ



p.7 岩手県

高橋麗子さん
ソフトテニス



p.8 秋田県

伊藤 悟さん
サッカー



p.9 山形県

井澤英悦さん
弓道



p.10 山形県

熊谷民治さん
卓球



p.11 福島県

安部重浩さん
ローイング



p.12 福島県

山岸正和さん
剣道



p.13 札幌市

久保田博樹さん
太極拳



p.14 札幌市

村川千津子さん
水泳





ターゲット・バードゴルフ チームいわてわんこそば(選手)

せき ゆう こ
関 祐子 さん 66歳

● 参加歴：2回目

私の宝物——ねんりんピックと充実した日々

「トライ&エラー」。挑戦した先に何かある。失敗しても、そこから学べる。この言葉は、私をとて勇気づけてくれます。

62歳のときに友人に誘われ、「ターゲット・バードゴルフ」という競技を初めて知りました。ゴルフに似た競技ですが、コースの範囲が狭く、クラブ1本で飛距離をコントロールするので、ゴルフをやったことのない私はとても苦戦しました。今年で4年目ですが、なかなかスコアが安定しません。

今回のねんりんピックとっとり大会には、競技団体の会長推薦で参加することができました。全29種目に約9000人の選手が参加する全国大会なので、規模の大きさに驚くばかりでした。今回は雨のため盛大な開会式は縮小されて、とても残念でした。私が出場した競技には年齢が60代よりも70代、80代の選手が多く、心技体を鍛えてこられた方々が、まさしく「生涯スポーツ」として楽しんでいました。私も、あの

方々を目標に、日々向上心を持って練習に取り組みたいと思います。おのずと充実した日々を過ごすことができ、「幸福」なことだと思います。

ターゲット・バードゴルフの会場となった日吉津村のスタッフの方々には、コースの整備に加え、昼食には豚汁、そばなどをふるまっていたいただき、心も身体も温まるおもてなしをしていただきました。本当にありがたく、感謝しかありません。競技とは別に、岩手ということで、今年には特に野球の「大谷翔平さん」効果もあり、他県の方から気軽に声をかけてもらい、多くの方々と楽しく交流ができました。

来年に向けて、ねんりんピックがまた1年の目標となりました。毎日の生活の中で、食事、運動、休養に留意して健康を維持し、多くの大先輩を見習って頑張りたいと思います。岩手のスタッフの皆さん、本当にありがたうございました。この経験は私の「宝物」です。



いざブレイ！女子の部9位と大健闘。



チームいわてわんこそばのメンバーと。(右端)



ソフトテニス 絆いわた (選手)

たか はし れい こ

高橋 麗子 さん

68 歳

● 参加歴：2 回目

ありがとう！鳥取

わくわくドキドキ、心躍らせて参加したねんりんピックとっとり大会でした。

普段は盛岡、北上、奥州、陸前高田、一関と岩手県内それぞれの場所で、それぞれに生活し、それぞれの目的を持っている6人です。共通点は「ソフトテニスが好きだ!」ということ。そんな6人がねんりんピックに挑みました。全国から集まったのはやっぱりソフトテニス好きな強者たちでした。いざ、コートに立つと、とても60代、70代には見えない若々しいプレイに歓声を上げ、拍手を送りました。

「岩手からの参加ですか？ 大谷翔平君のところですね。応援していますよ」と声をかけられ、大谷翔平のすごさを実感しました。つい調子に乗って「うちの息子みたいなもんですから」と言うと、「あら、私も息子だと思って応援しますよ」と返答。さすが関西人、ノリがいい。

総合開会式は雨で参加できなかつたのが残念でしたが、いろいろなテントブースを見て歩き、それはそれで楽しめました。大会関係者やスタッフの方はさぞ大変だったことでしょう。

鳥取市、米子市、北栄町と移動してきましたが、スタッフの方が一生懸命で親切でした。若いスタッフも多く見られました。60代以上の私たちですから、トンチンカンな言動があつて、戸惑うこともあつたに違いありません。それでもどこの会場でも、どのスタッフさんも丁寧に教えていただき、本当に気持ち

よく過ごすことができました。

1日目の北栄町では地元の方に名産品や郷土料理をふるまっていたいただき、忘れられない味になりました。町長さんに「一緒に写真を」とお願いしたら気軽に入ってください、「北栄町はコナンの町です。“真実はひとつ!”の決めポーズで撮りましょう」と提案していただき、町長さんと6人で写真を撮ったのもいい思い出です。

試合の日は晴れて、テニス日和。気持ちよくボールを打つことができました。1ポイント取っては大喜びし、取られては悔しがり、仲間を褒めたり、慰めたり。身体は60代、70代でも、気持ちは10代、20代。全国の仲間とソフトテニスを楽しむことができました。

鳥取県の関係者はもちろんですが、いきいき岩手支援財団の皆様にも心から感謝申し上げます。このねんりんピックが今後も続き、高齢者の生きがいと希望になっていくことを願っています。



北栄町の手嶋俊樹町長とコナンのポーズでバチリ! (左から2番目/右隣が町長)



サッカー 秋田シニアサッカークラブ（選手）

いとう さとる
伊藤 悟さん 60歳

● 参加歴：1回目

学生時代に戻ったかのような楽しい大会の日々

初めてねんりんピックに参加させていただきました。たくさんの方々との交流を通して、かけがえのない経験を積むことができました。

総合開会式の前夜、宿舎内において秋田県選手団の懇親会が開催され、他競技の選手の方々と交流する機会がありました。ダンススポーツ、テニス、健康マージャンなど、それぞれの競技で活躍している方々との会話がはずみ、連帯感が芽生えました。企画してくださった秋田県社会福祉協議会の柏さん、佐々木さん、ありがとうございました！

私は、秋田シニアサッカークラブの一員として参加させていただきました。大阪府、長崎県、福井県とのリーグでは、2勝1分の成績で優勝し、金メダルを獲得することができました。最終戦の試合終了間際、今大会でチームを退くことを明言されていた佐々木昭さんのヘディングシュートが相手ゴールに突き刺さったシーンは、昭和のテレビドラマのようでした。宿舎で洗濯機と格闘しながらユニフォームを洗ったこと、洗濯物を干している7人部屋で雑魚寝した

ことも含めて、学生時代の強化合宿の日々にタイムスリップできました。

鳥取を去る最終日には、チーム全員で鳥取砂丘を訪れました。広大な砂丘にテンションが高くなり、年齢を忘れて砂山をダッシュで駆け上がりました。心肺機能、脚力、精神力が強化されたと信じています。砂丘に「長寿と笑みの花」を咲かせることができました。

サッカーを続けてきたことで、心身の健康を維持することができ、ねんりんピックの舞台に立つことができました。本当にありがたいことだと思っています。好きなことを続けていることを理解してくれる家族や職場の同僚、そして、サッカーを楽しんでいる先輩方や仲間たちへの感謝を忘れず、これからも（ちょっとだけ）頑張っていきたいと思っています。

鳥取県の大会関係者の皆様、大変お世話になりました。試合後にいただいた梨、おいしゅうございました。大会公式キャラクター「あおやかみじろう」が描かれている木彫りのコースター、大切にします。ありがとうございました！



チームワークで見事メダルを獲得。（前列右から2番目）



白兔神社でチーム揃って記念撮影。（最後列右端）



弓道 山形県チーム（選手）

い さわ えい えつ

井澤 英悦さん 65歳 ● 参加歴：2回目

ねんりんピックが教えてくれた挑戦の大切さ

10月18日から23日の5泊6日の日程で、ねんりんピックとっとり大会の弓道競技に参加しました。この大会は、高齢者がスポーツを通じて健康と交流を深めることを目的とした大会であり、多くの熱心な弓道愛好者が全国から集まりました。総合開会式はあいにくの悪天候で、屋外での開会式は会場変更となったのが残念でした。しかし、今回は2度目の参加でしたが（初回は2022年の神奈川・横浜・川崎・相模原大会）、前回同様に貴重な経験となりました。

大会では、年齢に関係なく競技に真剣に取り組む姿に、勇気を与えていただきました。特に、地元鳥取チームから90歳を超える選手がパイプ椅子に座り、行射を行うところを見せていただきました。実際に的を射抜く姿を目の当たりにし、大変感動しました。年齢を重ねても情熱を持ち続け、日々の練習を積み重ねてこられたその努力に、同じ弓道を愛好する者として深い敬意を抱きました。

また、予選では5人チームのうち3人が皆中するという素晴らしい成績を収めたチームもありました。この的中率の高さからも、今大会のレベルの高さを実感しました。私自身も目標を定め集中しましたが、緊張感のなかでの射は「自分の弱さ」が如実に出てしまい、思うようにはいかず、あらためて弓道の奥深さを感じました。それでも、同じ目標を共有する仲間たちと励まし合いながら競技を終えることができ、大会の醍醐味を存分に味わうことができました。

さらに、大会を通じて全国各地からの選手との交流ができたことも大きな収穫です。技術や練習方法について意見交換をし、それぞれの地元での弓道活動の話聞くことで、新たな刺激を得ることができました。また、会場では運営スタッフや補助員の高校生の方々の温かいサポートに支えられ、心地良い環境で競技に臨むことができた点にも感謝しています。

ねんりんピックに参加したことで、弓道へのさらなる情熱を掻き立てられました。これからも日々の稽古を重ね、また2年後に体調を整えて、この大会に戻ってくることを目指したいと思います。年齢を重ねながら、円熟味を増し、挑戦し続けることの大切さを教えてくれたこの大会に心から感謝します。



ハイレベルな戦いに挑んだ山形県チーム。（右端）



緊張感漂う射場の風景。



卓球 さくらんぼ山形（監督兼選手）

くまがいたみじ

熊谷民治さん

76歳

●参加歴：1回目

好プレイ・珍プレイに沸いた素晴らしい大会に

喜寿の記念に参加させていただいたねんりんピック。大会初日の10月19日は、悪天候のため総合開会式が縮小され、参加できず残念でした。それでも地元スタッフの皆さんの、冷たい雨に濡れながらも笑顔で選手誘導などに当たられる姿には頭が下がりました。

20日から倉吉体育文化会館を会場に卓球交流大会が始まりました。1次予選は3チームによるリーグ戦で、和歌山県に4対1、浜松市に4対1で快勝し、1位通過することができました。試合前に円陣を組み、花笠音頭の掛け声である「ヤッショウマカショ（手拍子）シャンシャンシャン、ウオー！」とハイタッチで気合いを入れて臨んだことが奏功しました。また記念品交換では、天童の将棋駒をプレゼントし、大変喜ばれました。

2次予選は、東京都A・山形県・奈良県の組み合わせとなりました。奈良県戦は、最終5番までもつれ、白田選手がファイナルゲームの

10オールから耐え抜いて14対12で大熱戦を勝ち取り、3対2で勝利しました。試合後はお互いを称え合い、笑顔で握手を交わしました。おかげで夜の反省会では大いに盛り上がり、お酒も進みました。翌日の東京都A戦は0対5の完敗で、決勝進出ならず競技を終え、午後からは観光で鳥取砂丘を訪れました。

最終順位は、参加69チーム中15位で優秀賞のメダルをいただきました。振り返ると、好プレイ・珍プレイに大いに盛り上がり、拍手で健闘を称え合った素晴らしい大会になりました。

鳥取砂丘では、微粒子のような砂に足元を取られ、砂吹雪もあり想像以上に大変でした。温暖化で砂丘の草原化が進んでおり、蔵王の樹水との共通性を感じました。

最後に、今大会への参加にあたり物心両面にわたってご支援をいただいた山形県社会福祉協議会はじめ関係の皆様、チームメイトや家族に心より感謝を申し上げます。



2次予選リーグで奈良県のチームとの対戦を終えて。（前列）



優秀賞のメダルを胸に笑顔で記念撮影。（後列左から2番目）



ローイング Gローイング（選手代表）

あべ しげひろ

安部 重浩 さん 61歳 ●参加歴：1回目

心を一つに、あこがれの金メダルへ

私たちは福島県の喜多方商業高校ボート部OBのチームです。東日本大震災から13年、福島県の元気な姿を全国に知っていただきたいとねんりんピックに参加しました。私自身も国体に出場して以来、30年ぶりの福島県代表としての全国大会だったので感無量でした。国体は勝たなきゃならないという気持ちが強く、緊張の連続でしたが、ねんりんピックはレースも会場の雰囲気もとても楽しむことができました。これも米子市の皆さんの温かいおもてなしのおかげです。とても感謝しています。

交流大会は10月19日、20日の2日間の予定でしたが、19日は天候不順のため中止となってしまいました。そのため私たちは、同じ米子市で試合をしている剣道の福島県チームの応援に行きました。福島県から遠く離れた鳥取県で同じ福島県の選手を応援するのは、とてもうれしく思います。剣道は予選リーグを1位で通過して私たちも元気をいただきました。明日の健闘を誓い合って会場を後に。剣道は翌日の決勝トーナメントで準優勝しました。

その夜は、鳥取県ローイング協会主催の歓迎レセプションに参加しました。私たちは、参加

チームの中でも最も遠くから来たチームということで紹介されました。福島県や喜多方市のことを知っていただき、ぜひ行きたいと言ってくれる方もいてうれしく思います。ねんりんピックに出場する選手も、往年の日本のトップクラスの選手が多く、若い頃にあこがれていた方とレースができることにワクワクしてきました。

そして、レースの本番の日を迎えます。

その日も風が強く波が高かったため、波が少ない場所にコースが変更となりました。そのためウォーミングアップの時間が取れなくなり、陸上で入念にアップを行うことに。レース前に地元のマスコミの方からインタビューされたりして緊張感もやわらぎました。

一発勝負のタイムレースとなったため、その一瞬にすべての力を出し切れるかが大きな鍵となります。スタートのコールが鳴ったら、心一つにして全力で漕ぎ切る。それだけを考えていました。結果は1位となり優勝することができました。表彰式の前に、会場の近くにある米子城に登り、米子の町を俯瞰しました。会場となった錦海ボート場、中海、大山などとても美しい風景でした。還暦になってねんりんピックに出場して、ここで初めて金メダルを取ることが

できました。一生忘れない思い出の地となります。いつかまた訪れたいですね。本当にありがとうございました。鳥取県大好き。米子市大好きです。



金メダルと賞状を胸に喜びいっぱいの記念撮影。(左端)



剣道会場に足を運び、福島県チームを応援。(前列左から2番目)



剣道 福島県 (監督兼選手)

やま ぎし まさ かず

山岸 正和 さん 74 歳 ● 参加歴：2 回目

選手一丸となってつかんだ22年ぶりの決勝進出

私は2021年のぎふ大会では副将として出場する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響により、残念ながら開催中止となりました。翌年の神奈川・横浜・川崎・相模原大会に副将として参加、今回のとっとり大会は2回目で、監督兼選手として参加しました。

私はチームで最高齢者。迷惑をかけられないと思い、体調管理には十分に気をつけ大会に臨みました。

東北新幹線、東海道新幹線、山陽新幹線、JR 伯備線と乗り継ぎ、山陰の山々や中国地方最高峰の大山を眺めながら米子駅に着きました。駅では地元の多くの関係者のお出迎えを受け感激しました。

試合初日、福島県は川崎市、神戸市と対戦、予選リーグを1位で突破しました。目標としていた予選突破を達成し、翌日の決勝トーナメントの健闘を誓い合いました。

決勝トーナメント1回戦は、岐阜県と対戦。2勝2敗1分けとなり、代表選で勝利。この厳しい戦いに勝ち抜き、ここまで来たからには優勝を目指し頑張ろう、と気持ちがさらに高揚しました。

準々決勝は茨城県と対戦し、2勝1敗2分けで勝利。準決勝は鳥取県Bチームに2勝3分けで勝ち、ついに決勝戦まで勝ち進みました。福島県チームとしては、2002年のふくしま大会で優勝して以来、22年ぶりの決勝進出でした。

決勝戦は地元鳥取県Aチームと対戦。先鋒が面の一本勝

ち、次鋒が面の一本負け、中堅が面の一本負け、副将が勝って五分に戻したいと果敢に攻めるも、惜しくも胴を取られ一本負け、大将が引き分けて1勝3敗1分け。惜しくも準優勝でした。

選手一人ひとりが勝ちにつながる戦いをしたことが、素晴らしい結果を残せた要因です。選手全員でつかんだ準優勝でした。

ローイング競技が悪天候のため予選が中止となり、剣道チームの応援に来てくれました。予選リーグ1位突破、決勝進出の大きな力となりました。翌日のローイング競技の決勝で福島県チームが優勝したことを聞いてうれしかったです。ローイングチームも剣道チームの勝利から力をもらったとのこと、悪天候がお互いに良い結果をもたらしてくれたと思いました。

この大会は、私の人生の素晴らしい思い出の1ページとなりました。鳥取県の皆様の対応、心温まるおもてなしに感謝いたします。

高齢者にとって、まず大切なのは健康であること。健康であるからこそ、好きな剣道を続けることができる。すでに健康寿命の平均年齢を超えていますが、剣道を通して「貢献寿命」の延伸に努めます。そして、このねんりんピックにまた参加できるように精進いたします。



選手一人ひとりが勝ちにこだわり、見事銅メダルを獲得。(右から3番目)



太極拳 ライラック (選手)

くぼ た ひろ き
久保田 博樹さん 69歳 ● 参加歴：1回目

時計台の街から情緒あふれる鳥取県へ

私はねんりんピックとっとり大会に、太極拳部門で初めて出場しました。

私たちのグループは1月の札幌地区予選を通過後、とっとり大会に向けて週1回を基本に、メンバー6人全員による練習を始めました。

先生は今回の大会用に演武の構成を創作され、発表に使用する曲も選定してくださいました。そして、全員の協調や統一感など細部までご指導くださり、練習は厳しいものでしたが、ピタリと全員の型が決まると達成感は6倍以上。団体戦ならではの面白味を感じられるようになりました。

大会当日は6人の審判員が厳正に採点する一方、会場からは決め技のときにたくさんの温かい応援拍手を受け、「交流大会」の看板通り、全国で同じ太極拳を学ぶ仲間同士の連帯感が高まりました。

競技の結果は全国52チーム中23位と、練習通りの演武を発揮できず難しさを感じました。この悔しい経験を今後の練習に生かしたいです。

太極拳は、歩行能力の維持向上や免疫力が高まる効果があることを米国ハーバード大学も発表していますが、それを実証するかのように、全国大会では80歳以上の選手がたくさん参加し、表彰されています。

また、ねんりんピックでは鳥取と札幌往復の行程のほとんどを、札幌市選手団として一緒に行動したので、他種目の選手と広く交流できたことも有意義でした。移動中のバスやホテルの部屋での語らいのなかで、意外にも太極拳のヒントをいただいたり、自分より高齢の方々の練習ぶりを知って「まだ自分も頑張れる」と心強い気持ちになりました。

鳥取県は歴史の深い地方らしく情緒あふれる街並みが印象的でした。また、1泊目の老舗旅館では、大会スケジュールに合わせて朝の入浴と朝食時間を通常より1時間も早めてくださり、大事な大会に向けて余裕を持って行動することができました。

札幌市選手団一同が大きなけがや事故もなくねんりんピックに出場し、無事帰宅できたのは、札幌市老人クラブ連合会や鳥取県大会関係者の皆様のおかげです。

最後になりましたが、心より感謝を申し上げます。ありがとうございました。



同じ衣装に身を包んだライラックチーム。(左端)



全員の型がピタリと決まる。団体戦ならではの醍醐味だ。(左端)



水 泳

バタフライ 25m、50m、混合メドレーリレー
札幌市（選手）

むらかわ ちづこ

村川 千津子 さん 62 歳

● 参加歴：1 回目

初参加のスイマー「タイムはどうだった？」

私はマスターズ水泳歴 8 年目のスイマーです。当初、参加のお誘いをいただいたときは、悩みました。というのも、去年夫を亡くし、生活基盤が整っていなかったからです。しかし、マラソンの市民ランナーとして全国の大会に出場していた夫の「行っておいで」の声が聞こえた気がして、参加を決意しました。

結団式の後、札幌を出発し、鳥取の皆生温泉に入り、名物料理を選手団約 100 名でいただきました。その風景はさながら修学旅行を思わせるほど、楽しく賑やかでした。

開会式当日、昨夜からの雨は止まず、残念ながら縮小開催となりました。当初の予定が大幅に変更となり、現場は情報が錯綜して、かなり混乱していました。現場スタッフの皆様は全身ずぶぬれで誘導しており、頭の下がる思いでした。水泳チームはリーダーが正確な情報を私たちに伝えてくれたので、迷うことなく行動できました。土砂降りのなかでしたが、ふれあい広場で特産品の大山もなかアイスを食べ、大会記

念グッズを買ったり、各ブースを回ったりして楽しみました。

さて大会ですが、初日のバタフライ 50m は、あっという間に「あれっ？」という結果に終わってしまいました。メドレーリレーのアンカーは初めてで緊張しましたが、練習通りに泳ぐことができたと思います。2 日目、バタフライ 25m は、仲間の応援もあり、思い切り力を出しました。私は今回の大会でメダル獲得とはなりませんでしたが、仲間は金 2 個、銀 1 個、銅 1 個の素晴らしい結果で、大健闘でした。

終了式の後、会場スタッフの皆様が拍手で見送ってくれました。毎日の手厚いサポートと心遣い、ほっこりと和やかな雰囲気でも臨めたことに、感謝の言葉しかありません。

札幌までの残り時間、周遊タクシーで広大な鳥取砂丘、世界最高レベルの砂像を展示している砂の美術館、「因幡の白うさぎ」の舞台である白兔神社、鳥取砂丘コナン空港を通り、賀露町で幻のエビと呼ばれるモサエビと北前船定食を堪能しました。

「タイムはどうだった？」と聞く夫はいませんが、私には水泳と素晴らしい仲間がいると確信した大会となりました。

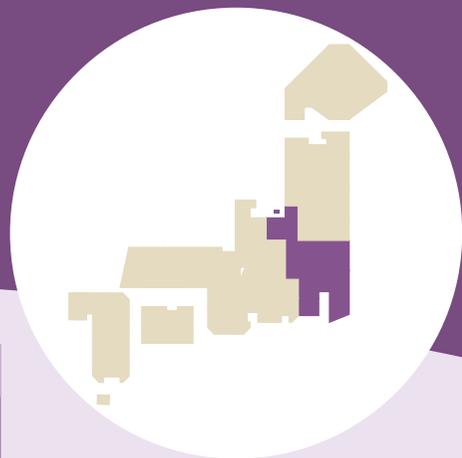


どらドラパーク米子東山体育館でメンバー 8 名が集合。(前列右から 2 番目)



砂の美術館でレディースメンバーと。(左端)

関東・甲信越



p.16 栃木県

篠崎 明さん
サッカー



p.17 栃木県

松原 操さん
マラソン



p.18 群馬県

榊原よし子さん
水泳



p.19 群馬県

坂田 弘さん
サッカー



p.20 埼玉県

斉藤好友さん
ペタンク



p.21 千葉県

須賀田貞彦さん
ゲートボール



p.22 千葉県

田邊義衛さん
民謡



p.23 東京都

小澤 正さん
バウンドテニス



p.24 東京都

栗原 操さん
ソフトテニス



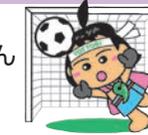
p.25 神奈川県

青木 陽さん
剣道



p.26 神奈川県

田口 靖さん
サッカー



p.27 山梨県

齊藤敬文さん
囲碁



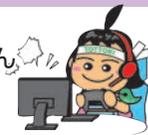
p.28 長野県

田中輝明さん
ローイング



p.29 長野県

丸山 洋さん
eスポーツ



p.30 横浜市

佐藤力男さん
ターゲット・
バードゴルフ



p.31 横浜市

野田容子さん
ローイング



p.32 川崎市

小林東明さん
水泳



p.33 川崎市

村松弘衛さん
民謡



p.34 新潟市

小池越路さん
ダンススポーツ





サッカー とち丸シニアサッカークラブ（選手代表）

しの ぎき あきら

篠崎 明さん 68歳 ●参加歴：3回目

大好きなサッカーで、いつまでも健康生活

今回のねんりんピックとっとり大会は、初日の開会式が風雨のため会場変更となる不安なスタートとなりました。開催準備に尽力された方々の気力も下がる状況でしたが、私が参加したサッカー交流大会では天候も回復し、滞りない競技進行と選手への細かな気遣いで快適な環境を提供していただきました。大会関係者には大変感謝申し上げます。

私たち栃木県チームの対戦相手は川崎市シニア選抜（川崎市）、伊賀フットボールクラブシニア（三重県）、FC延岡（宮崎県）で、全国各地のチームが参加する大会ならではの相手でした。試合開始前は、ねんりんピックの目的の一つである「触れあいの思い」を持って楽しむ気持ちでいましたが、いざ試合が始まると勝利を目指して激しく競り合う場面もありました。結果は2勝1分け、ブロック優勝を勝ち取ることができました。勝因としてメンバーの思わぬ活躍もありましたが、それ以上にチーム力を向上させたのは、試合前夜の作戦会議、飲みニケー

ションで生まれた団結力だったことは言うまでもありません。

私たちのチームは県内の「栃木県シニアサッカー オーバー60歳リーグ」で活動していて、ほとんどのメンバーが若い頃からサッカーを続けています。ただ、今のチームで一緒にプレイしたのは60歳を超えてから。長い期間ではありません。年をとってからのチームメイトなのに、目標が同じためか、団体競技のためか、協調性と主体性のバランスが取れているようです。

シニアサッカーは40歳以上の年齢別カテゴリーが設定されていて、カテゴリーごとに関東大会、全日本大会を目指せるなど、幅広い年齢で活動できる環境がつくられています。また、ねんりんピックには最高齢者表彰があり、今大会のサッカーでは89歳の方が受賞されました。スポーツを続けるみんなが高齢者表彰を受けられるよう、それぞれのレベルで競技を続けられる環境整備を望むところです。

交流大会で好成績を記した一方で、地元探索がほとんどできなかったことが心残りです。地元探索はねんりんピックでの大きな期待の一つだったので、チーム取りまとめ役として反省しています。

最後に、今大会に尽力された栃木県関係者に感謝申し上げます。ぜひまた参加したいので、大会を長く続けてください。



Cブロック優勝の栄冠を手にした栃木県選手団。（後列右から4番目）



マラソン 10km 栃木県（選手代表）

まつばら みさお

松原 操さん 65歳

● 参加歴：1回目

目指すは「スーパーおじいちゃん」

ねんりんピックのことは10年前、富山県の単身赴任先で知りました。必ず出場するという熱い思いで地元強豪チームに入部し、妥協することなく厳しいトレーニングを積んできました。

60歳で会社を退職して自宅のある栃木県に戻り、「いざ勝負するぞ」と思いきや、コロナ禍で2年間の開催延期に。熱意が薄れ、体力も衰えてきて、今年もダメかと諦めていたところに突然の出場依頼がありました。すぐにでも返事をしたかったのですが、日程が長いので職場と相談し、家族の理解もあって出場を決断しました。

普段は介護施設に勤務しながら、パートタイムの空き時間を利用して、月間走行300kmの練習量をこなしています。週末には北関東のマラソン大会で同年代のライバルと競い合っただけでメダルをもらうなど、利用者さんに元気を与えられるようにと頑張ってきました。

今回のねんりんピックは予選会でも優秀な成績を収めることができ、最強のチーム編成だと思っていましたから、本大会で全員が入賞したのは当然の結果だと思っています。レースは1

日で終了したので、翌日はメンバー各人が鳥取観光を楽しみました。

私自身は富山時代のライバルに再会したり、他県参加者とメールを交換したり、グループLINEをつくって今後の交流を約束したり、ねんりんピックの本来の趣旨である「交流」という面でもよい出会いがたくさんありました。

一つだけ心残りは、荒天のため最大のイベントである開会式での入場行進ができなかったこと。もう一度出場して、陸上競技場を行進する夢を叶えたいです。

初老を迎えて呆けないように、前職のOB会に入っているいろいろな行事に参加したり、若い時代に競技をしていたロードバイクに乗ったり、冬場には近くのスキー場に出かけて1級の滑りを披露したりと、忙しい毎日を送っています。

高齢の身となり、これまでの感謝の気持ちを社会貢献の形で表すため、依頼があればボランティア活動などにも協力していきたいと考えています。

年齢を重ねるにつれ、健康のありがたさを強く感じている毎日です。無理をせず、セカンドライフを楽しみながら「スーパーおじいちゃん」を目指しています。



メンバー全員が入賞を勝ち取った。(左端)



6位入賞を果たし、満足のピースサイン。



水泳

背泳ぎ 50 m、平泳ぎ 25 m
新町アクアピア（選手代表）

さかき ばら

こ

榎原 よし子さん 74歳

● 参加歴：1回目

人生はまだまだこれから、新しい挑戦もしたい

私は水泳を始めて約20年になります。楽しく水泳教室に通い、コーチのおかげで日に日に上達し、いつしか競技大会に出場することにあこがれるようになりました。

友人とチームをつくり、東京、大阪、名古屋等々の大会に出場しました。コロナ禍で大会自粛ムードになり、加えて身体の故障や衰えもあって、体力にも自信が持てなくなりました。

そんなとき、ほかの水泳クラブの友人から、ねんりんピックに参加してとても楽しかったという話を聞きました。私も、もう一度楽しい経験をしたいと思うようになり、仲間を誘い一緒に応募しました。

9月19日に、群馬県社会福祉総合センターで結団式が執り行われました。初めて選手役員全員が揃いのユニフォームで集まり、身が引き締まる思いでした。

いよいよ出発当日、10月18日は高崎駅に集

合し、北陸新幹線の金沢経由で敦賀駅へ、バスに乗り換えて兵庫県湯村温泉に向かいました。初めての路線でしたので、心うきうきでした。

吉永小百合さんの「夢千代日記」撮影の常宿、朝野家に宿泊し、女将さんから当時の話を聞いて映像がよみがえりました。選手団全員での食事は和やかで楽しかったです。

19日はあいにくの雨で、総合開会式は縮小開催となりましたが、群馬県議会議長さんがわざわざ鳥取県まで激励にみえて、気さくに話しかけていただき、大変励みになりました。

20日、21日の水泳競技はボランティアの高校生たちが気持ちよく接してくれて、充実した時間を過ごすことができました。

私は50m背泳ぎ、25m平泳ぎに出ました。

日程の都合で観光はできませんでしたが、4泊5日、友と談笑し、人生の先輩たちからは「人生はまだまだこれから」と学びました。私の水泳人生に新たな1ページが加わりました。

また機会がありましたら、今度は別の競技に挑戦してみようかと思えます。このねんりんピックとっとり大会は新たな気持ちにさせてくれる大会となりました。ありがとうございました。



水泳会場の控え室でチームの仲間とともに。(左端)



総合開会式会場で群馬県議会議長さんと記念撮影。(2列目左から2番目)



サッカー 群馬シニアFC (監督兼選手)

さか た ひろし

坂田 弘さん 67歳

● 参加歴：2回目

全勝でブロック優勝、チームで笑みの花が咲く

10月18日、高崎駅に集合して北陸新幹線で金沢経由で敦賀駅へ、その後バスで前泊地の兵庫県湯村温泉の朝野家へ向かいました。女将のあいさつで、湯村温泉は昭和56年のNHKドラマ「夢千代日記」の舞台になったと知りました。食事もお風呂もとてもよかったのですが、露天風呂に入る頃には雨が……。翌日の開会式の天候が気がかりでなりませんでした。

19日は早朝から本降りの雨、総合開会式会場の鳥取県も雨の予報でした。財団職員から総合開会式の縮小開催が告げられ、雨の中でふれあい広場の出展ブースで鳥取名産品の買い物、酒蔵ブースではクラフトビールや地酒を堪能しました。私は監督会議で、Hブロックの沖縄県、北海道、愛知県の監督と顔合わせを行い、明日からの健闘を誓い合いました。

20日の会場となった Axis バードスタジアムはJ3リーグ所属のガイナレ鳥取の本拠地で、サッカー専用のスタジアムでした。芝のコンディションは最高で、更衣室も使わせていただき、プロの雰囲気を楽しむことができました。

初戦の相手は北海道の室蘭シニア60サッカー

クラブ。室蘭といえば、高校サッカーの北海道代表校があることで有名です。名前に負けないようリラックスして臨むことを心がけました。その成果か、うまくパスが回り、3-0で勝利。2試合目の相手は沖縄県シニアFCでした。相手は中盤からロングボールをFWへ出すパターンが多く見られました。同年代なのに、キック力・走力のある選手が多く、苦戦を強いられました。前半は1-1、後半に粘りを見せて追加点を入れ、結果は2-1で勝利することができました。

21日の会場は殿ダム記念広場でした。試合相手はブロックで2勝している愛知県の愛知シニア60で、事実上の決勝戦となりました。サイド攻撃型のチームでしたが、我がチームのDFがうまくしのぎ、前半の早い時間帯で先制、その後追加点を取りましたが、猛攻撃により1点失点、結果は2-1で勝利することができ、今大会3戦全勝し、Hブロックで優勝を手にすることができました。

「咲かせよう 砂丘に長寿と笑みの花」という大会テーマのとおり、その夜の宴会は、まさに笑みのこぼれるにぎやかなものになりました。

私は今回で2度目の参加ですが、ねんりんピックは参加種目競技のみならず、総合開会式などさまざまなイベントが企画され、他県や他の種目参加者と交流ができる貴重な機会です。ぜひまた参加したいと思います。



全員で勝ち取った優勝！ みんな良い笑顔。(前列左から4番目)



ペタンク 三球黒田（監督兼選手）

さいとう たかとも

斉藤 好友さん 78歳 ●参加歴：1回目

人生談義に花が咲いたねんりんピック

三朝の街は、どんな田舎だろう。

競技場は、山の中腹を切り開いた小高い丘の上にありました。のぼり旗が道路沿いに並び、小学生がアレンジした絵でギッシリ埋め尽くされていました。埼玉県のマスコットのコバトン、深谷ネギも描かれていました。

一つのテントに4チームごと、リーグ戦の対戦相手が集結していました。人生の達人たちは、1分もしないうちに、もう30年も一つ所にいたかのように会話が弾みます。広島の方からは「爆心地から3キロメートルの所にいたが、助かって今ここにいる」とお聞きし、静岡県伊豆の皆さん、大阪府の皆さんも、和気あいあいと

していました。

たぶん皆さん、試合のことより人生談義のほうが楽しいのではないかと思いました。一度に他県の皆さんと50年来の友人のように会話をします。まさに「ねんりんピックの醍醐味ここにあり」と思いました。

私たちは、三朝ガーデンホテルに3泊しました。予選リーグで敗退して、さて、明日はどうしよう、お昼はどうしようと悩んでいたところ、ホテルの方が昼食を作って昼の時間に競技場まで持ってきてくださいました。素朴といえば、それまでですが、これぞ三朝の心意気。

このホテルには4組ほどしか泊まっていませんでしたが、都会のホテルと違って、ここでもお仲間ができました。青森の方のなまりの言葉にさそわれて話が弾み、神奈川の皆さんともすっかりうちとけました。

バイオリン工房、ラジウムを発見したキュリー夫人の銅像、足湯も楽しみました。ここの源泉を飲むと、長生きをすることのこと。

三朝、いい街でした。これぞ、至福の時。

ポンと、頬をたたいてみた。



試合後に埼玉県ののぼり旗の前で、チームメイトと一緒に。(左端)



キュリー夫人の銅像の前で。三朝の観光も大に楽しんだ。



ゲートボール 千葉県野田（選手代表）

すがた さだひこ
須賀田 貞彦さん 84歳 ●参加歴：1回目

「生きていく力」をくれたねんりんピック

「えっ…本当に!?信じられない…優勝?」。この言葉と一緒に走り寄って握手を求めてきたのが、仲間数人の満面の笑顔だった。私たちのゲートボールチームは何回も、いや10回以上も市内大会で優勝し、今回は挑戦して初めての県大会優勝とねんりんピック出場資格を得たうれしい瞬間でした。

それからというもの練習日を週2回から3回に増やし、ねんりんピックに向けて練習を続けてきました。3カ月前からは自分の不得意な技術を伸ばすため、各自で自由に練習をして、楽しくやる気を持ちながら励んできました。「何十年も続けてきたけれど、こんなに楽しく熱心に皆が練習したのは初めて」「大会で成果が出せればいいね」と話しながら、充実した日々を送ることができました。

大会1日目は羽田空港から米子鬼太郎空港まで飛行機の旅。バスで米子駅を経てホテルへ向かい、明日の開会式参加に夢を馳せました。

2日目は生憎の大雨で、開会式は体育館で急遽行われることに。人数制限のあるなか、ゲートボールは私たちのチーム6人を含む20名が参加し、各県の代表を応援することができました。千葉県選手が紹介されると、事前に用意した菜の花を客席から元気に大きく振り、他県の方々からも

大きな拍手が起きて体育館いっぱい広がる素晴らしい光景でした。私たちも他県の選手を精一杯応援した後、兵庫県養父市の宿舎まで2時間以上かけて戻りました。

3日目は5時50分発のバスで交流大会の会場へ向かい、9時からの開始式に臨みました。その後の予選リーグは13コート第2試合に決まり、愛知県・香川県・川崎市のチームと対戦。結果は2勝1敗で残念ながら決勝進出はできませんでした。

試合前に行われたスティックの点検で不合格者が出て皆が動揺するなど、調子が出ないまま4点差で負けたのは、会場の雰囲気にも飲まれてしまったことも敗因かなと思っています。

ともあれ、ねんりんピックに出場できたことで、私たち選手に生きる張り合いが生まれ、人間関係も今まで以上に深まることになりました。現在やっている小学校でのゲートボール指導などにも自信が持てることに喜びを感じ、より生きがいとやる気を膨らませて生活を送る最近です。



日頃の成果を発揮すべく、頂点を目指して堅実にプレイ。



絆を深めたチームの面々。(前列右)

民謡 千葉県（選手）

たなべ よしえい

田邊 義衛 さん 82歳 ●参加歴：1回目



忘れられない舞台とおもてなしと、高齢者賞

私は民謡の代表として参加しました。千葉県の老人クラブから民謡が選ばれるのは初めてだそうです。

リタイア後、郷里である大網白里市に戻って20年、飛行機に乗るのは20年ぶり。ドキドキしながら大網駅から羽田空港行き直行バスに乗り込みました。千葉県選手団とは羽田空港で合流、その後は引率者がいたので安心しました。

10月19日、私は鳥取市のヤマタスポーツパークで行われる開会式で千葉県選手団の代表（20人）として行進する予定でしたが、雨が降り続いたため会場変更になり、非常に残念でした。グラウンドの上の小高い丘には鳥取県の物産を展示するテントが並び、お祭りのようににぎやかで、地元のおもてなしの心を感じました。

民謡交流大会は20日、鳥取県西部最南端の日南町にある総合文化センターで行われました。鳥取市からはバスで2時間の山道を移動したところで、のどかな山あいの町でした。会場入り口には各県代表の名前入りののぼり旗が立ち並び、いやがうえにも気分が高揚しました。

大会は56名の選手のうち3名が欠場し、私は14番目に発表しました。披露したのは「白浜音頭」で、千葉県の三大民謡の一つです。昭和31年に制作されたもので白浜の風光明媚な土地柄をうたい、明るく軽快なメロディーです。千葉県の魅力をPRするためにこの曲を選びました。伴奏は本部伴奏者、公益財団法人日本民謡協会の先生方をお願いしました。

上位入賞には届きませんでしたが、特別賞として「高齢者賞」を受賞しました。尺八を始めて50年以上にわたり民謡を続けられたのは、周囲の方々のおかげであることをあらためて思い返し、私には「金・銀・銅」より輝いて見えます。日南町の皆様の親切な心づかいと立派な舞台で唄ったことは、一生忘れることはできません。

宿泊した宿の晩餐会では、皆さんの珍しい唄や地域へのボランティアの活動状況をお聞きして、得るものが多く、楽しく、貴重な思い出となりました。いろいろな人にお世話になり、感謝しかありません。宿の人もバスの運転手さんも親切。鳥取で感じたこの「おもてなしの心」

を私も自分の周りの人たちに伝えていきたいと思っています。



千葉県三大民謡の一つ「白浜音頭」を明るく軽快に唄う。



自身の名前が書かれたのぼり旗とともに。



バウンドテニス でこ・ぼこ・ぼこ東京（監督兼選手）

おざわ ただし
小澤 正さん 78歳

●参加歴：1回目

鳥取よ、たくさんの思い出をありがとう

私は、今まで「ねんりんピック」というイベントが毎年行われていることや、こんなにたくさんの種目があることなど、まったく知りませんでした。まして大会の趣旨を知ったとしても、自分から応募できるようなものではないと思っていました。

今回、品川区バウンドテニス協会会長から3名募集のお話がありました。話を聞いてみると、鳥取県で4泊5日のスケジュールということでした。日々ボランティア活動やパートの仕事を抱えているため、日々の予定のやりくりをして何とか参加する決心をしました。

なぜか連絡責任者に任命されてしまい、6名のチームをまとめられるのか、とても不安でした。なぜならば、6名のうち3名はうちのクラブのメンバーなので問題ないのですが、残りの3名は他区の面識のない方々だったからです。それでも、結団式でお会いし、合同練習も進め

るなかで互いの心が打ち解けてきました。

今回参加して、いろいろな方とお友だちになれたこと、試合会場の入り口で、児童が団体名にイラストを描いたのぼり旗で歓迎してくれたこと、鳥取の皆さんが温かな心で迎えてくれたことなど、たくさんの思い出が心に残りました。また、大山の水がおいしく、どこにでも置いてあったことに感動しました。パンフレットなどからも、あらためて鳥取県の良さを認識しました。

雨天で開会式に参加できなかった悔しい思いはありましたが、今回とっとり大会に参加できたことを本当によかったと思い感謝するとともに、令和10年に東京で開催される際には、ボランティアでお手伝いできることがあれば協力したいと考えています。今回の企画・運営に携わった方々には心から感謝するとともに、これからもねんりんピックが末長く続くことをお祈りいたします。



さあ、対戦へ。メンバーと気合いを入れて。(前列右から2番目)



ソフトテニス 東京都B（監督兼選手）

くり はら みさお

栗原 操さん 66歳 ●参加歴：1回目

絆を深め、健闘を称えあった4泊5日

●東京予選通過に4年

ソフトテニスの男子ダブルスの本大会出場枠は2ペアのため、前年の予選会で準優勝して進むことができました。過去4回の予選ではいずれも3位のため、本大会出場が叶いませんでした。口の悪い仲間からは万年3位の選手とからかわれていました。

しかし、今回の予選は決勝戦の相手が私と同じ高校の後輩ペアで、結果的に親しい仲間との本大会出場となり、巡り合わせの幸運を感じました。

●2位グループで優勝

ソフトテニスでは、競技連盟が主催する大会がシニアの場合は個人戦が中心であるため、団体戦かつ男女混合はねんりんピックが唯一の大会です。具体的には混合ダブルス、男子ダブルス、女子ダブルスの合計3ペア6名で1チームとなり、全国の代表選手と戦いました。東京都代表はAとBの2チーム12名。Aチームは予選リーグを1位で勝ち上がり、決勝トーナメントでは優勝したチームに惜敗しベスト8に入賞でした。Aチームは本大会で優勝してもおかしくない実力があったことは間違いありません。

我々Bチームは予選で2位に甘んじたものの2位トーナメントで優勝。まるで決勝トーナメントで優勝したかのような思いでした。両チームとも今までにあまり経験のないチーム編成のため、いつもとは一味違うプレッシャーや喜びを感じながらプレイを楽しみました。

●4泊5日の効果

我々は本大会に向けて自主的に強化練習や懇親会も行い、遠征の日を迎えました。さらに4泊5日をともした効果は絶大で、例えるなら学生時代の合宿の感覚で過ごすことができました。50年ぶりの感覚です。

当然、「同じ釜の飯」を食った仲間同士プレイにも応援にも熱がこもり、その点においてもテニス仲間の絆が深まったことに間違いありません。今後も他の大会などでの再会時には、ねんりんピックの思い出を語ることになると思います。

●一つだけ残念なこと

総合開会式が荒天のため観覧できず、宿に戻ることもできずに夕方の行事まで会場で時間を潰したことです。数時間に及ぶ雨模様のなか、翌日の試合に向けてのコンディション維持が非常に大変でした。もし天候に恵まれていたら素晴らしい思い出になったことだろうと思います。

最後に、ねんりんピックを楽しませていただいた東京都スポーツ協会の関係者の皆様に御礼を申し上げ、私の感想とさせていただきます。



総力を尽くして2位トーナメントを制覇！（右端）



剣道 神奈川県（監督兼選手）

あお き あきら
青木 陽さん 72 歳

● 参加歴：6 回目

多くの剣友との交流「交剣知愛」に感謝

ねんりんピックとっとり大会の剣道交流大会は、10月19日および20日の2日間、米子市の鳥取県立武道館にて行われました。

私のねんりんピック参加の動機は、父が参加経験があることに加え、各県持ち回りのミニ国体とも言われ、開催県の特徴を生かした催しに参加できるのはもちろん、他県剣友との交流「交剣知愛」ができること。60歳になっただけで参加したいと思っていました。

剣道は年齢順に5人でチームを構成する団体戦で、65歳以上70歳未満が1名、70歳以上が1名含まれていなければなりません。神奈川県では毎年年代別の予選会が行われ、出場できるのは政令都市以外の選手で、しかも2年続けて参加することはできない仕組みになっています。私は幸運にも予選会で成績を残し、第26回こうち大会から今回の第36回とっとり大会まで、偶数回の計6回に出場することができました。年齢順に5人の順番が決まるため、5配置（先鋒から大将まで）すべてを経験し、今回は大将兼監督として参加しました。

過去5回の出場を振り返ると、2年前の第34回大会は地元神奈川県で開催され、コロナ禍の制限下ではありましたが、地元開催の重圧のなかにも熱い応援の後押しがあり、初優勝することができました。また個人としては、栄誉ある選手宣誓の大役を無事果たせたことが印象深く残っています。

それを踏まえての今大会の出場なので、監督として何としても予選リーグを突破しようという意気込みで臨みまし

た。楽しみにしていた総合開会式は、全体の競技日程の関係で参加できずに残念でした。競技は、初日に参加する67チーム（参加選手約400名）を4～5チームの16ブロックに分けてリーグ戦を行い、我がチームはブロック1位で予選を通過。第一目標を達成して気持ちに余裕ができ、2日目の決勝トーナメントは1回戦を順当に勝利し、2回戦では地元鳥取県Bチームの気迫に押されたか、惜敗しました。成績としては、誇れる堂々のベスト8（優秀賞）でした。

6回の出場を終えて、各開催県の皆様との交流を通じてその土地柄に触れられたことは何物にも代え難い経験であり、また、何よりも他県剣友と「交剣知愛」ができたことに感謝したいと思います。

最後に、今大会の準備から実施・運営に関わった関係者の皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました。



開始式前に全員集合。身も心も引き締めて試合に臨む。(中央)



サッカー 横須賀メジャー (監督兼選手)

たぐち やすし

田口 靖さん 69歳 ●参加歴：1回目

けがを乗り越えてあこがれのピッチへ

昨年、横須賀シニアサッカークラブが創立40周年を迎えました。現在は40代から70代まで各年代のチームが所属し、メンバー登録は120名余りの大所帯のクラブです。

今回、出場したのは60代を中心としたチーム、横須賀メジャー。神奈川県サッカー協会から昨年度のリーグの成績と活動が評価され、26チームの中から推薦されました。いつかねりんピックに出場してみたいと思っていましたが、今年、自分のチームが出場できるとは思ってはいませんでした。このチームに所属して8年目となりますが、1年目に半月板損傷、次の年には脊柱管狭窄症を再発するなど満足な活動ができず、このままサッカーを辞めようと思ったこともあり、当時通っていた医師のアドバイスを守り、リハビリを懸命に続け、徐々にではありますが体の痛みはなくなりました。毎日のストレッチ、筋力トレーニングを続けた結果、4年前くらいから再びボールを蹴ることができるように。今回のねりんピック出場は、諦めずに続けてきたことへのご褒美だと思いました。

鳥取は亡き父の生まれ故郷です。この地を踏むのは約40年ぶりでした。鳥取空港に降り立つと、ねりんピックのポスターやのぼりがあり歓迎ムード一色で、ワクワク感がたまりませんでした。その日は監督会議があり、県民体育館では開会式が行われました。各県のユニフォーム姿の人が多く見られ、大会の盛り上がりは最高潮に達していました。

大会は64チームを16グループ・4チームに分け、グループ内でリーグ戦により順位を決める方式で3試合行います。1日目は京都市との試合でした。先制点を入れられ焦りましたが、どうにか同点のゴールを決めて引き分けでした。監督としての一安心と、素晴らしい芝のピッチに立てた幸せを感じました。2日目は岩手県と熊本市との試合に臨みました。その2試合とも勝利して得失点差でブロック優勝することができました。チームメンバーも最高の笑顔で表彰式に臨んでいたことが忘れられません。今回の大会は17人で参加しましたが、メンバー登録は18人でした。参加できなかった1人は大会前に病気で他界しました。金メダルはその家族に渡すことができたので本人も喜んでいると思います。

いろいろな人の支えがあったからこそ、ねりんピックのピッチに立つことができました。大切な思い出ができました。これからも体の続く限り、地域でサッカーを続けたいと思います。この大会に参加できたことを心より感謝いたします。



ヤマタスポーツパーク補助競技場にて。チーム一丸となって勝利を手に。(前列右から4番目)



囲碁 山梨県囲碁チーム（選手代表）

さいとう ひろふみ

齊藤 敬文 さん 86歳 ● 参加歴：3回目

“杉のまち” 智頭で囲碁を楽しむ

バスの車窓から、手入れの行き届いた杉の美林が見える。さすが昔から有名な智頭林業の中心地である。

大会初日、実行委員会会長の「それでは始めてください」の掛け声で一斉にパチリ、パチリと音が響く。1局目、相手は強そうな顔をしている。中盤過ぎに「負けました」と頭を下げた。勝者のうれしそうな顔、残念。2局目は互角、途中相手が長考し、時間切れ勝ち、ほっとする。

試合の合間に、智頭町長さんのあいさつにあった杉神社を見に行く。杉の精霊を祀る全国でも類を見ない神社だという。長男に杉太郎と名前をつけたのでぜひ参拝したいと思い、ご当地で買い求めた立派な御朱印帳を持って、なんとか坂道を登った。やっと辿りついた山中には三角形の巨大なモニュメントが立っていて、これが御神体だという。いささか拍子抜けした。しかし途中でケンポナシの実やカリガネソウの花を見たのでよかった。

大会2日目、3局目は序盤に無理な手を打ち中押し負け、4局目は、自分より年上らしいのでこは負けるわけにはいかないと頑張ったが、結果は半目負け。他のメンバーに申し訳ない。

この日は、会場から歩いて石谷家住宅を見学した。敷地3000坪、部屋数40余りの和風建築で、滝のある素晴らしい庭園もあり、さすが国指定の重要文化財だけのことはあった。

ここの街道筋はかつて智頭宿として賑わったそうだが、今は人も車も少なく、閑散としている。たぶん、高速道路ができたので素通りしてしまうのだろう。でも、かえって静かで心が癒された。

試合終了後、成績発表のアナウンス。「第3

位、山梨県囲碁チーム」。これにはびっくり、他の2人が全勝したお陰である。誰かの言葉ではないが、まさに「望外の喜び」であった。

宿泊ホテルの食事時には他県の選手と交流する機会もあり、県の囲碁事情やお国自慢で盛り上がった。山梨県は小さい県だが、富士山と2番目に高い北岳があると言うと、驚かれた。

この大会は年々レベルが上がり、県代表で活躍した選手も多く、なかなか勝つのが大変だ。私も、次回参加する機会があったら、せめて高齢者賞でも目指して頑張ろうと思う。

最後に、大会期間中、運営に尽力された町の職員やボランティアの皆様には、大変お世話になりました。おそらく大半の方は「囲碁」というものをご存じなかったと思いますが、気持ちよいあいさつ、丁寧な対応、本当に楽しい2日間を過ごすことができました。心より御礼申し上げます。



帰県報告会でチームメンバーとともに。戦績は「望外の喜び」だった。（左端）



ローイング

81 吾往矣われい かん (監督兼選手)

た なか てる あき

田中輝明さん

65歳

●参加歴：1回目

多くのオアズマンとの交流は一生の思い出

私たち81吾往矣われい かんクルーは、諏訪清陵高校第81回卒業生のローイングが好きな同級生クルーの一つで、60歳の還暦を機に「皆で楽しく元気に体力づくり」をモットーに活動を開始しました。高校時代に端艇部だった私と宮坂、ローイング経験がある山崎以外は、「60の手習い」という自身の成長に飽くなき挑戦を続ける仲間思いのメンバーです。

今回、予選会出漕後にねんりんピックとっとり大会への県代表参加を打診された際、即出場を決断した理由は、「大きな大会に挑戦し、遠征したい」という気持ちと、本大会のローイング会場がなんと私と宮坂が出場した昭和52年のインターハイが開催された米子市錦海漕艇場だったからです。「懐かしの錦海漕艇場でもう一度漕ぎたい」「いつものローイング仲間と全国という舞台上で思い切り漕ぎたい」、そんな思いを抱く6人のメンバーで参加させていただきました。

ちなみに、クルー名の吾往矣は母校の校是である孟子の「自反而縮雖千萬人吾往矣」(みづからかへりみてなをくんばせんまんにんといへどもわれゆかん)に由来しています。

10月19日、20日の2日間の日程で行われたローイング種目は、初日は明け方からの雷と小雨で午前の練習が中止となりましたが、会場の雰囲気味わいたいと、緊張とワクワクした気持ちで

錦海ボートコースへ直行。コースを目のにした瞬間、47年前の夏の思い出が蘇りました。当時あったコンクリート製の岩壁はありませんでしたが、中海の対岸に見える八尋鼻からの小高い山の風景は当時を思い起こさせるに十分でありました。

結局、その後の豪雨強風で予選レースは中止となり、初日はレセプションに参加して全国のクルーと交流し、楽しい時間を過ごしました。クルーメンバーは別々のテーブルに分かれ、さまざまな他クルーの方々と交流して翌日の健闘と他のレガッタでの再会を誓い合いました。

2日目も強風により本来のコースではレースができませんでしたが、大会関係者の懸命なご努力により、急きよ波の影響を受けにくいコースを設定していただき、一発勝負のレースではありましたが「楽しく錦海で漕ぐ!」という目標達成と、思いがけず3位の銅メダルを獲得することができました。

今回は思い出の場所かつ全国大会に出場し、多くのオアズマンと交流できたことに加えて、「参加クルーには絶対にレースで漕いでもらおう」という大会関係者の熱い思いに感激した、一生の思い出に残る大会でした。年輪を重ねた者同士が味わえる感動を本当にありがとうございました。



仲間思いのメンバーに恵まれ、見事3位に。(右から2番目)



eスポーツ Red Wing 信州（選手代表）

まる やま ひろし

丸山 洋さん 71歳

● 参加歴：1回目

「eスポーツって何？」から始まったねんりんピック

eスポーツは「エレクトロニック・スポーツ」の略ですが、具体的にはどんなスポーツかご存じでしょうか？ コンピュータ、ゲーム機などを用いての対戦をスポーツ競技として捉えたものです。種目はスポーツ、レース、リズムなどのゲームがあります。

eスポーツは今回のねんりんピックとっとり大会で初めて正式種目に採用され、種目はリズムゲームの「太鼓の達人」でした。大会は境港市市民交流センター（みなとテラス）で行われました。

結果から報告しますと、長野県は、千葉県、鳥根県、鳥取県のブロックに入り、2勝1敗で決勝リーグには進めませんでした。

参加33チームが8ブロックに分かれ、総当たりの予選リーグが開催されました。2勝できたことは「上出来だ！」と思っています。

私たちは5月に実施された県大会の上位3人で結成したチームで、3人とも塩尻市が実施している、認知機能の向上・維持を目的として開催されたeスポーツ講座のメンバーでした。「太鼓の達人」も講座の1種目ではありましたが、主にやっていたわけではありません。

長野県の代表と決まってから、約5カ月間、代表としての緊張・不安、そして責任を背負いながら、3人で練習を重ねてきました。振り返れば、大会までの日々は楽しく素敵な思い出になっております。

大会では多くの県の方々と交流を深めることができました。優勝した愛知県の方とは土砂降りの雨の中、代表者が乗るバスを一緒に探したことでご縁がつながりました。また、準優勝だった長崎県の選手の皆さんとは宿泊場所が一緒

だったこともあり、いろいろなお話ができ、決勝戦ではどちらのチームを応援したらよいのか困りました。

決勝当日は、トーナメントとは別に個人戦の交歓大会が開催されました。各都道府県・政令指定都市から39名が参加し、予選リーグ、決勝トーナメントが行われ、私は優勝することができました。

長野県から駆けつけていただいた皆さん、また、塩尻においてライブビューイングで応援をしていただいた皆さんの思いが私の優勝への原動力となりました。

シニアになり、このような全国大会に参加できたことは一生忘れることができない思い出となっております。

最後になりましたが、長野県から駆けつけていただいた応援団の皆様、塩尻のeスポーツ講座の皆さん、そしてスポンサーの皆様ほか、この大会に参加するにあたり私たちをサポートしていただいた多くの皆様にあらためて感謝申し上げます。



初めて正式種目となったeスポーツで健闘。(左から2番目)



ターゲット・バードゴルフ 横浜さわやか泉（選手）

さとうりきを
佐藤力男さん 89歳 ●参加歴：2回目

最高齢者賞を受賞、生涯現役を貫きたい

ねんりんピックは今回で2度目。待ちに待った10月18日、新横浜駅に160名の横浜市選手団が集合し、10時07分出発。姫路駅に到着するまでの新幹線車中でにぎやかに他の競技の方々と交流でき、到着後は自由行動で改築後の姫路城を初めて見学、本当に素晴らしい城でした。

ホテルでは参加チームが一堂に集い、横浜市選手団の懇親会兼結団式が行われました。各チームの代表が抱負を披露し、和気あいあいと親睦を深めた後は、明日19日の開会式に備えて早めに就寝しました。

19日朝6時30分頃、バスでホテルを出発、鳥取県立布勢総合運動公園へ。だんだんと雨が本降りになり、総合開会式は屋内で行われて、我々選手団はなすすべもなくテントの中などで待機することになりました。開会式終了後、バスで延々3時間半かけて鳥根県出雲市のホテルに到着。我々「横浜さわやか泉」選手団4名は、明日からの本番で横浜市代表として恥じない試合を行う約束をして床に就きました。

20日当日は素晴らしい天気にも恵まれました。バスで1時間半かけて会場の日吉津村海浜運動公園に到着。横浜を出発して3日目、いよいよ大会が始まると思うと体が自然と臨戦体制に入ったと感じました。

開始式は日吉津村村長をはじめとした関係役員が勢揃いするなかで行われ、私は最高齢者賞を受賞させて

いただきました。10月18日に89歳の誕生日を迎えたばかりのタイミングでの受賞は大変光栄なことで感謝申し上げます。日頃よりゴルフを65年、ターゲット・バードゴルフを40年やってきたお陰かなと思っています。

式典の最後には、選手歓迎「囃子隊ひえづのわ」和太鼓チームの楽曲を力強い太鼓で披露していただき、選手団一堂感激しながら本番のコースへ。「プレイボール」の合図とともに94名が前半と後半に分かれて熱戦を繰り広げました。

我が「横浜さわやか泉」は女子1位と3位の大健闘、男子は私が15位で飛び賞を獲得するなどチームとして大活躍でした。また、地元の婦人部のおもてなしコーナーでは、豚汁、おそばなどで地元のおいしさを味わいながら、2日間有意義に過ごすことができました。

これからも年齢を忘れてターゲット・バードゴルフを楽しみ、次の機会にも参加できるように頑張ります。日吉津村の皆様、大変お世話になりました。



89歳で最高齢者賞を受賞！



大健闘した横浜さわやか泉チーム。(右から2番目)



ローイング

一般の部 レガッタクラブフレンドシップ (選手)

の だ よう こ

野田 容子 さん

56 歳

● 参加歴：1 回目

ボート競技の楽しさを、もっとたくさんの方々に！

今回、ローイング一般の部に参加させていただきました。空港に降り立った瞬間から米子の方々、ねんりんピックスタッフの方々、ゲゲの鬼太郎さん、皆様から温かい歓迎を受けて感動しました。

到着日は快晴、素晴らしい天気でしたが、翌日の予選は大雨で中止。もどかしい気持ちを感じつつ会場で過ごしていましたが、控え室となったテントの中ではクルーの仲間、違うチームの皆様、運営の方々とご一緒し、いつもとは違う状況下での仲間意識？ 連帯感？ のようなものが生まれ、会話も止まることなく大変楽しく過ごせました。

用意された昼食弁当にはご当地名産の食材が使われ、パッケージもねんりんピックを感じる素敵なものでした。おもてなしコーナーなどでは名産菓子や果物の配布もあり、雨で中止となった予選日でも米子の方々の温かい言葉とおもてなし精神で、横浜市代表クルー全員が笑顔

になりました！

夜の交流会は、くじ引きで席が決まるという不安な始まりではありましたが、他県のボート協会の方々、選手の方々、運営スタッフの方々とまったく知らない人たちとテーブルを囲み、アルコールの力を少しだけ借りて、ローイングという共通点から会話・交流が進み、本当によかったと思います。

予選がなくなり本戦だけとなって余計に力が入り、迎えた試合当日。強風で急遽コース変更などありましたが、チーム一丸悔いのないよう力を出し切って漕ぎました。

ねんりんピックに参加して、さらにボートが好きになりました。ボート競技を知らない人も多いと思いますが、もっとたくさんの方に知ってもらい、体験してもらえたらと願っています。学生時代から続けている方も多いのですが、私のように子育てや介護が終わってからも十分に始められるスポーツです。

最後となりますが、私たち「レガッタクラブフレンドシップ」チームは一般の部（混合）で1位となり、メダルをいただきました。私の大切な宝物です。



全力を尽くして笑顔の我がチーム。(右から2番目)



見事優勝！ 一生の宝物に。



水泳 背泳ぎ 25m、50m 川崎市（選手）

こばやし はる あき

小林 東明さん 83歳 ●参加歴：2回目

かけがえのない友情を手に入れた貴重な場

2024年10月18日、東海道新幹線新横浜駅で川崎市の水泳出場選手が一堂に顔を合わせたのは、初めてのことでした。オレンジ色の目立つユニフォームを着た、大勢の人たちが鳥取に向かう姿は、修学旅行生のごとく喜々として楽しく、明るく旅をする光景は良いものと感じました。

20日の交流大会初日、競技会場の招集場所入口で、同年代で同種目に出場すると思われる人と隣り合わせになりました。その人と他愛のないことをいろいろと語り合っているうちに、なぜか仲良くなりました。その人がMさんです。かくも容易に他人同士が仲良くなれるという情景は、誠にうれしいものです。

競技が始まり、いざ50m背泳ぎ（80～84歳）のレースがスタートしましたが、結果は0.61秒の小差で私が2位、Mさんが1位でした。互いに笑顔で健闘を称え合い、成績を褒め合う仲間になっていったのです。

翌日、宿泊している美保関から米子の競技会場へ向かう1時間ほどのバスの中で、突然スポーツ選手としての意地がこみ上げてきたのです。0.61秒は腕1本分ぐらいの差でしかない。頑張り不足だと悔しさだけが頭の中を占めました。

今日の25m背泳ぎが最後のレースです。残っているエネルギーをすべて、はきだして勝負しようと思えました。たった20秒ほどの辛抱だと、己を奮い立たせたのです。

しかし、レースが終わっても自分の着順がまったく分かりませんでした。しばらくして同じ川崎市選手団の一人と会ったので、自分の着順を問うと人差し指1本を立てて教えてくれました。

控室に戻ると、先に戻っていたMさんが近づ

いてきて、「おめでとう」と言って握手を求めて祝福してくれました。2位になったMさんとのタイム差は0.1秒で、勝負はお互いに1勝1敗の成績に終わりました。昨日の出会いから今日のレースまでのわずかな時間でしたが、数十年来の友人のような間柄になれたためぐり合わせは何ものにも代えられない出会いでした。

スポーツを経験した高齢者は、悲劇喜劇の実演を終え、損得を超越した無欲の生活に満足し、人との穏やかな関係を大切にする習慣を身につけられるといえましょう。だから相手を大切に思う心があれば、会う人すべてと友人になれます。

ねんりんピックがそのことを「実現できる貴重な場」であることを断言できるのだと思えました。



前日の悔しさをバネに25mで優勝獲得!

民謡 川崎市（選手）

むらまつ ひろ えい
村松 弘衛 さん 73 歳

● 参加歴：1 回目



見識と友好が深まったねんりんピックの旅

民謡を趣味として50年ほど経過、今は民謡指導や大会参加に明け暮れています。

日本民謡協会から、川崎市民謡協会としてねんりんピックとっとり大会への選手派遣に協力してほしいとの要請を受け、川崎市民謡協会の理事長である私が初回代表選手となりました。応募曲は私の出身県である岩手県の民謡「南部牛方節」です。

川崎市の選手団（115名）に対する説明会～結団式も終わり、10月18日に川崎市選手団は新幹線で姫路駅に。次いで貸切バスで姫路城見学へ。私は初めて天守閣まで上がりました。初日の宿は岡山県の湯原国際観光ホテル。選手団とスタッフの皆様との夕食懇親会があり、明日からの開会式～種目別大会への鋭気高揚となりました。

19日に総合開会式会場（鳥取県立布施総合運動公園）に到着するも、雨天のためスタンド応援は体験できませんでした。解散後は、種目別に選手団が分かれて各宿泊所にバス移動。民謡交流大会に参加する他県の皆様（13名）と会場がある日南町に向かいました。日南町は鳥根県、広島県、岡山県との県境にあり、宿泊旅館までバスで約1時間30分。自然豊かで、製鉄のたたら文

化、日南米、オオサンショウウオなどが有名な町でした。

20日、会場では選手全員（56名）の「のぼり旗」で熱烈歓迎を受け、日本民謡協会派遣の専属伴奏者とのリハーサルを済ませて本番へ。川崎市スタッフも応援に駆けつけてくださいました。審査結果は最優秀賞！スタッフからはお祝いの言葉と、記念舞台動画・写真も後日届けていただきました。

同じ旅館に泊まったのは鹿児島県代表のFさん。この方は奄美シマ唄「長雲節」の三線弾き唄いで審査員特別賞を受賞。旅館とともに美酒を酌み交わしながら友好を深め、全国大会での再会を誓い合って別れました。

帰宅後は、川崎市のタウンニュースに最優秀賞受賞の記事を掲載していただき、多くの知人、親戚等から祝福を受けました。

今回のねんりんピック初参加で学んだ健康福祉祭の主旨・内容を後継者の推薦に生かします。川崎市の推進スタッフの皆様との綿密な計画と細やかな誘導に改めまして深謝申し上げます。



のぼり旗に自分の名前を見つけ、気合いも新たに。



南部牛方節で最優秀賞に！



ダンススポーツ

新潟市ダンススポーツ連盟（選手）

こ いけ えつ じ

小池 越路 さん

67 歳

● 参加歴：2 回目

最高齢で表彰されるまで踊り続けたい

待ちに待ったねんりんピックがやってきました。10月18日、新潟市選手団は新潟空港から伊丹までフライトし、その後バス2台に分乗して鳥取に向かいました。鳥取砂丘を観光し、三朝温泉で一泊しました。

翌19日は楽しみにしていた総合開会式でしたが、あいにくの雨で、規模を縮小し体育館での開催となりました。ほとんどの方が参加できず、会場付近で雨をしのぐことになったのが非常に残念でした。

総合開会式の会場から種目別にバスに乗り宿舎の皆生温泉に到着しましたが、なんとパートナーのスーツケースだけが届いていませんでした。会場での練習時間が刻々と過ぎるなか、1時間遅れでスーツケースが到着し、なんとか練習に参加して一汗流すことができました。いやあ、焦りました。

20日はいよいよダンススポーツの交流大会です。まずはラテンの個人戦からスタートです。チャチャチャの1次予選、ルンバの1次予選と交互に進めていきます。4次予選まで順調に進みましたが、準決勝からは休む時間もなくなります。チャチャチャの準決勝を踊り終わって戻ってくると、「262番ここに並んで！」と、すぐにルンバの準決勝が始まります。再び踊り終わって戻ってくると、「こっちですよ！」とチャチャチャの決勝を踊ります。その後も休む暇もなく並ばされて、

ルンバの決勝を踊りました。

次はスタンダードの個人戦です。練習時間の間に衣装を着替え、準備が整ってフロアに着いたのは個人戦開始直前でした。スタンダードはワルツとタンゴを交互に踊ります。スタンダードでも勝ち残ると、慌ただしくて休む暇もなく踊ります。ここまで来ると体力勝負です！運良くスタンダードもワルツとタンゴで決勝を踊ることができましたが、もうへろへろでした。

団体戦は4組で、チャチャチャ、ルンバ、ワルツ、タンゴを踊ります。僕たちはチャチャチャを踊りましたが、他の組が踊っている間は大きな声で応援をします。非常に盛り上がりましたね。一昨年の神奈川・横浜・川崎・相模原大会では準決勝で涙をのみましたが、今回は決勝を踊ることができました。

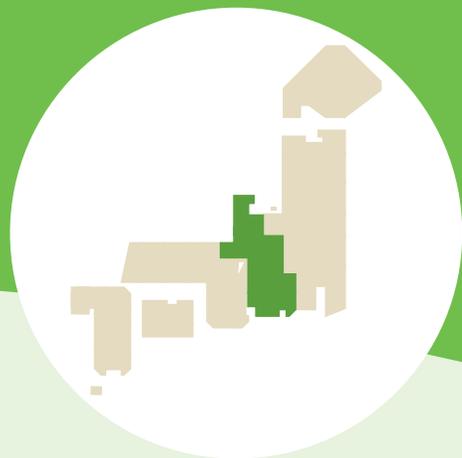
個人戦ではチャチャチャで優勝、ルンバで準優勝、ワルツ4位、タンゴ優勝と好成績でビックリでした。団体戦は第3位とこれも健闘し、その夜の宿舎での大宴会は遅くまで非常に盛り上がりました。



団体戦で3位に入賞した新潟市ダンススポーツ連盟。(後列左から3番目)

会場では久しぶりに各地のダンス仲間と会えたり、知らない人からいっぱい声援をいただいたりとうれしかったです。最高齢者賞で表彰された90歳の男性のピッと伸びた背筋が素晴らしくて、僕も最高齢者で表彰されるまで踊り続けたいと思いました。

東海・北陸



p.36 富山県

服部一幸さん
卓球



p.37 福井県

小林幹子さん
バウンズボール



p.38 福井県

山内幸枝さん
水泳



p.39 岐阜県

木村静男さん
ソフトボール



p.40 静岡県

大川久博さん
バウンズボール



p.41 静岡県

北川勝美さん
eスポーツ



p.42 愛知県

水上美保さん
eスポーツ



p.43 三重県

高木由理子さん
太極拳



p.44 三重県

寺嶋哲司さん
サッカー





卓球 キトキト富山(監督兼選手)

はっとり かず ゆき

服部 一幸さん 71歳 ●参加歴：2回目

先手必勝パターンで金メダルを獲得！

10月19日の総合開会式当日は大雨に見舞われ、入場行進は中止、規模を縮小して体育館にて実施されました。

開会式は倉吉市のエースパック未来中心で行われ、勇壮な和太鼓の歓迎を受け、市長さんのユニークな歓迎の言葉も印象に残りました。2泊目は宿泊施設である望湖楼に入り、夕食後にミーティング(練習整理・相手情報確認)を行いました。

20日の1次リーグは、初戦は鳥取県Cチーム、2戦目は熊本県チームと戦い、いずれも4対1で危なげなく勝利を収めることができました。

2次リーグに入り、レベルの上がる対戦が予想され、全員が気持ちを右手に込め、重ねて、円陣を組みました。選手とベンチの応援が一体化して、静岡市、千葉県ともに3対1で難関の2次リーグを乗り切りました。これで、ベスト8が決まり、決勝トーナメント進出を果たしました。

決勝トーナメントはますます気分高揚！ベテランが勢いをつけ、初出場組が波に乗って思い切りよくプレイする、先手必勝の好循環で準々決勝、準決勝を3対0で乗り切りました。決勝はお隣の新潟県(過去3回優勝の強豪で全国レベルの選手多数)との対戦。今回のチームの特徴である先手必勝パターンで、1番女子で先勝、2番男子はフルセットの末に惜敗、3番ミックスダブルスがコンビ良く相手を圧倒し、4番女子はデュースの熱戦を制し、3対1でついに優勝、日本一を達成！特に2名の女子選手は全勝を成し遂げました。

私は2度目の参加ですが、県外での大会は初めてで、富山県初優勝の場面に「本当なのかな

あ」という気分とともに、「後からじわじわと実感が湧いてくるのかなあ」と不思議な気持ちでした。

富山県チームは過去の大会において、2019年と2022年に準優勝の成績を収めています。今回のチームにはその経験を持つ2人の選手が在籍し、練習方法を工夫していただき、練習パートナーの勧誘や招聘の中心となっていただきました。さらに、レジェンドが体の使い方やラケットスイングのポイントをレクチャー。通常の約2倍の練習量が今回の優勝の伏線となったように思います。

私自身は、週に2回スポーツ少年団を指導し(硬式)、週に1回ラージボール教室で活動を行っています。幼児～ねんりん世代の80代まで幅広い年代で楽しめる生涯スポーツ卓球の普及、地域交流の場の提供など、今回のねんりんピックでの経験を生かしていきたいと思っています。



卓球会場前で喜びの優勝ポーズ。(後列左端)



バウンスポール エンゼル 291 (監督兼選手)

こばやし みき こ

小林 幹子 さん 72 歳 ● 参加歴：2 回目

次の目標に向かってますます元気

定年退職後、友人に誘われてスポーツ・レクリエーション指導者とレクリエーション・インストラクターの2つの資格を取得しました。

2023年に鳥取県で開催された「バウンスポール体験会」に参加して基礎技術を習い、福井に戻り、福井県レクリエーション協会の皆さんとともに、バウンスポールを普及するための講習会を行いました。そのおかげで、私自身が人に伝えていくためにルールを何度も確認するようになりました。

そして、2024年4月、講習会に参加していた熱意あるスポレク有資格者たちと「エンゼル 291 (フクイ)」を立ち上げ、月に2回練習するようになりました。「全国レクリエーション大会 2024 とちぎ」(9月開催)のバウンスポール体験にも参加し、鳥取県の方からアドバイスをいただきました。

その後もねんりんピックとっとり大会まで、月2回の練習を欠かさず、毎回試合形式を取り入れながら力をつけていきました。

楽しみにしていた今大会では緊張していたせいか、普段の力は発揮できませんでしたが、かろうじて優秀賞はいただけました。少し残念な結果ではありましたが、一区切りついたようでホッとしました。

私たちの試合を見ていた鳥取県の方から、ボウリングのような手の振り方がコツだと教えていただきました。また、試合後、ケーブルテレビのインタビューを受け、「鳥取には勢いがあり、家族一同で応援に来られていて微笑ましい」と答えました。

総合開会式当日は一日中大雨で、ずぶぬれとなり大変でしたが、真心のこもったおもてなしをいただき、盛況のうちに終えました。敬意とともに心から御礼を申し上げます。

帰福後も仲間たちと練習に励み、長いラリーが続くようになりました。打ち方が苦手な人も、成果が目に見えて分かるほど上達しています。

今後の私たちの目標は、体育館での練習や実際の指導の場を見ていただき、興味・関心のある方にはどんどん参加していただき、世代間交流も積極的にしていきたいということです。鳥取県の方には機会があったら今後のご指導をお願いしたいです。

先日、スタンプラリーの当選商品(鳥取名産)が届きました。とっとり大会からの素晴らしい贈り物でした。仲間たちと奮闘し駆けずりまわった甲斐があったと、これもまた思い出です。本当にありがとうございます。



バウンスポールの普及・指導に努める仲間と結成したチーム。(右端)



水 泳

平泳ぎ 50m、自由形 50m、混合メドレー、
混合フリーリレー 福井県（選手）

やまうち ゆきえ

山内 幸枝 さん

67 歳

● 参加歴：1 回目

初めて味わった感動と出会い、健康の大切さ

還暦を過ぎてねんりんピックに出られるとは夢にも思っていませんでした。

開会式は雨に見舞われちょっと残念でしたが、役員の方々が盛り上げようと頑張っている姿に感謝でした。また、今まで見たこともないようなバスの台数の多さにも驚きました。

ねんりんピックとっとり大会の水泳競技は、米子市の鳥取県営東山水泳場で開催されました。

さあ、いよいよです。皆気合いが入って、プールに次々と飛び込み、まるでメダカが水槽の中をぐるぐる回って泳いでいるような光景です。その大きな渦の中に自分も入り、仲間になっていました。

緊張のなか、試合開始です。タイムを重視する人や、出場することに意義ありの人など、各選手の目標はいろいろです。眼はキラキラです。リレー競技に入るとますます大きく声援も飛びます。1位でもビリでも、会場の温かな拍手で終わりました。

みんながスッキリした顔です。何回か出場されている方は、何年かに一度の再会を懐かしみ、笑顔のなかにも関志を秘めて会話をされていました。

私のような初出場の者は、新しい出会いと、味わったこともないような雰囲気と感動を得ることができました。人それぞれの感じ方があるとは思いますが、出

場できるチャンスがあるのなら、チャレンジすることが自分の変化のきっかけになるかもしれません。

70、80、90歳台の選手の若々しく元気な姿を見て、人生は長く、楽しいことってまだまだあるなど、健康の大切さを実感した大会でした。

兵庫県、鳥取県、島根県と3県をまたいで宿泊し、大会が終わり、ふと、遠いところまで来たなと思いました。慌ただしく短い滞在時間でしたが、浜坂温泉でゆったりし、バスの中から大山を眺め、松江城下の水燈路の風情ある光のアートを楽しみ、鳥取砂丘の雄大な自然に触れることができました。

観光マップを見ながら、短い観光も経験でき、よかったなと思いながら、感謝とともに、私のねんりんピックとっとり大会が終わりました。



雄大な大山のパネルを前に全員集合、気合いも十分。(中央)



ソフトボール 各務原フレンズシニア（監督兼選手）

きむら しずお

木村 静男 さん

76 歳

● 参加歴：5 回目

「生涯現役・生涯青春・生涯感動」をモットーに

知人の紹介で本格的にソフトボールを始めたのは平成2年42歳のとき。チームは結成3年目でした。壮年、実年、シニアの各クラスで数多くの全国大会に参加しました。ねんりんピックは今年のとっとり大会で5回目の参加となります。

岐阜県選手団147名は10月18日に名古屋から姫路まで新幹線で移動し、姫路市内で前泊をしました。新幹線内では他競技の方々とお話しをすることができました。これもねんりんピックの楽しみの一つです。その日は、夕焼けに映える姫路城を散策し、ホテル近くの居酒屋で仲間と一献を交え盛り上がりました。

19日の総合開会式はあいにくの雨。国体のメインスタジアムとして使われたヤマタスポーツパークで地元鳥取県の方々のアトラクションを見ることができずにとっても残念でしたが、体育館で規模を縮小して開催された総合開会式を競技場の大型スクリーンで観覧し、楽しむことができました。

19日からの宿泊は、大山登山口にある3代続いた旅館で、我々のチームが貸切で使わせていただきました。夕食は、地元食材が使われた食事で大変おいしく満足しました。

翌朝、同室メンバーから「監督のイビキがすごい」と言われ、試合に影響しないかと心配しましたが、1回戦は強敵の山梨県相手に我がチームの4番バッター本谷君の1打が、打った瞬間に手応え十分なフェンス越えのホームラン、そこからの完封勝利！その日は宿に戻る途中にフラワーパーク・とっ

とり花回廊に立ち寄り、優雅にそびえる大山に感動しました。

21日の2回戦は鹿児島県と対戦。次のベスト8をかけた和歌山県との3回戦は、途中5対0とリードされ敗戦も頭をよぎりましたが、昨日に引き続き本谷君のホームランで勢いづき、同点抽選勝ち。地元の高校生の応援も力になりました。

試合終了後の帰り際、関係者の方から「来年は岐阜ですね、頑張ってください」と声をかけていただきました。バスで発つ私たちを、皆さんが最後まで笑顔で見送ってくださったことに感謝しています。

22日は鳥取砂丘に立ち寄りました。そこには、ねんりんピックに参加した多くの方が訪れていました。皆さんが元気よく歩いている姿は、とても若く見えました。チームのモットーである“生涯現役・生涯青春・生涯感動”をこれからも継続していきたいとますます感じました。最後に、大会の準備ならびに運営に携われたすべての皆様に深く感謝申し上げます。ありがとうございました。



チームワークと応援を力にベスト8を勝ち取った。(後列右端)



バウンズボール 掛川バウンズボール（選手代表）

おおかわ ひさひろ

大川 久博さん 81歳 ●参加歴：1回目

経験わずか半年で目標のベスト8を達成！

2024年3月2日、静岡県で初めて開催されるという鳥取県発祥のバウンズボール講習会に、日頃からスポーツ（4人制バレーボール・フーバ）を楽しんでいる仲間4人と掛川から参加。基本ルールや特徴である平手ボール打ち練習、競技の楽しみ方などを教わり、最後に参加者全員で試合を行うことになりました。結果は、まさかの1位！それによりバウンズボール静岡県代表として、ねんりんピック鳥取大会に参加できる栄誉を得ることができました。

青天の霹靂とはこのことか。掛川に戻って早速、練習パートナーを編成し、4月から練習開始。10月の大会まで残り半年の間、月1～2回の練習を行い、鳥取県バウンズボール協会に何度か問い合わせ、ルールについて確認し、また助言をいただきながらレベルアップを目指しました。9月には静岡県すこやか長寿祭バウンズボール大会が開催され、ねんりんピックに参加する静岡市、浜松市チームなどとの接戦を制し、ここでも優勝！本大会ではまず予選通過を第一目標にすることをチーム全員で確認し、いよいよ鳥取に出発です。

総合開会式は残念ながら荒天による会場変更で参加することは叶いませんでしたが、バウンズボール会場がある倉吉市で盛大な合同開始式が催され、ねんりんピックに参加することの喜び、感動を新たにし、いよいよ明日のバウンズボール交流大会へと気分が高揚しました。宿泊ホテルでの夕食時には福岡のチームと交流を図ることもで

き、お互い健闘を誓い合いました。

そして迎えた当日。我がチームは予選リンク戦で山口県、高知県チームと対戦し、緊張しながらも声を掛け合い、ボールに食らいつき、粘り、2勝することができました。予選突破、ベスト8の目標達成を確認した瞬間、皆でコート上でハイタッチ。夢の決勝トーナメント進出です。

しかしながら、ここからは、経験わずか半年のチームと“百戦錬磨”のチームとではすべての面で歴然たる差が出ました。準々決勝で島根県チームに0-2で敗戦も、決勝トーナメント進出8チームの中で唯一の男女混合チームで、最終結果は第7位と大健闘。自慢できる成績を獲得することができたのです。

今後の人生の大きな励み、生きがいとなりました。これからもいろいろ新しいことにチャレンジし、健康で幸せな日々を送りたいと思います。



経験わずか半年の男女混合チームが優秀賞を受賞！「これからも新しいことにチャレンジしたい」と決意を新たに。（左から2番目）



eスポーツ 静岡県eスポーツ（選手代表）

きたがわ かつみ

北川 勝美さん 66歳 ●参加歴：1回目

eスポーツで一念発起「私でもできるんだ！」

初の正式種目に決まったeスポーツ。ねんりんピックでは曲に合わせて太鼓を叩くリズムゲームが採用されました。試合は3人1組。各自1曲を演奏して、3曲の合計得点で勝敗が決定します。

友だちに誘われ、鳥田市の広報が募集していたeスポーツ体験会。そこで見た「ねんりんピック開催県は鳥取県」のチラシ。すべてが初めてで、興味津々。「鳥取行っちゃう？」と、友だちと意気投合。ただ、日中は仕事をしていて練習する時間がない。道具を買って家でやるしかない！それから毎夜練習を重ね、その甲斐あって友だちと2人そろって静岡県代表として出場することができました。

そして迎えたねんりんピック総合開会式。本来は、色とりどりのユニフォームに身を包んだ選手がグラウンドを行進しながら観客席に向かって帽子を振る……想像しただけでワクワクしていました。しかし、当日は荒天のため会場は体

育館に変更となり、規模も縮小されたため参加できなくなってしまいました。バスの中から見た会場の周辺には、歓迎のアーチやのぼり旗、たくさんの方々が並び、合羽を着た交通整理の方々や多くのボランティアさんがいて……大変な思いで準備してくれていた皆さんに感謝です。

静岡を出発して3日目、いよいよ境港市で予選リーグです。「僕、静岡の応援に来ました！」と2日間応援してくれたのは、出身が静岡県という学生さん。頼もしい！決勝トーナメントに進むには5チームの中で1位通過が条件です。課題曲が発表されると誰がどの曲なら高得点が取れそうかと、最後の作戦会議です。選手・応援者・関係者で大変にぎわうなか、慎重に！落ち着いて！と戒めながら太鼓に向かったのを覚えています。最後の試合で奇跡と思える高得点が取れて勝利し、決勝トーナメント進出決定。

迎えた最終日。気持ちは楽になったのですが完敗。対戦相手の愛知県は強かった！完璧なパフォーマンスにあってはくれず。ただただ自己流で練習し、3人で集まったのは1度だけという私たちとは意気込みも環境も違いました。結果は5位タイです。優秀賞のメダルもいただき、

とてもいい記念になりました。

最後に、大会参加にあたりお世話になりました関係者の皆様、期間中、ともに過ごしたチームの皆様にご心より感謝申し上げます。



ねんりんピック初参加で決勝トーナメントの大舞台に。
(左から2番目)



落ち着いてプレイすることに専念して
予選リーグを突破。



eスポーツ

あいちドンドコ（選手代表）

みずかみ みほ
水上美保さん

59歳

●参加歴：1回目

初めの一步がとんでもない経験に？

ねんりんピックの正式種目として初採用されたeスポーツ。縁あって愛知県予選大会に参加し、偶然上位に入り代表選手となりました。予選に参加した他の選手たちは情熱があり、若輩の自分は仕事も多忙だったため辞退するつもりでした。ですが、ねんりんピックってどんな大会？チームで競う太鼓の達人ってスポーツっぽいな、全国のシニアのeスポーツのレベルも知りたいな、と好奇心に後押しされて出場を決めました。

今回の大会のゲームタイトルは「太鼓の達人 ドンダフルフェスティバル」。太鼓のバチを使って、リズムに従って流れてくる太鼓のマークを叩くというシンプルなもの。タイミングによって「良」「可」「不可」が表示され、良を量産すると高得点。3人のチーム編成で、全員の合計得点を対戦チームと競います。予選は8組に分かれてのリーグ戦。各組のトップが決勝戦に進み、8チームによるシングルエリミネーションのトーナメントとなります。

さて我らが「あいちドンドコ」ですが、大府市のセンターでeスポーツを楽しんでいる川井さんと稲屋さんのおふたりと豊橋市の私を合わせた3人のチーム。9月の合同練習で初めてお

会いしたにも関わらず意気投合。明るくて頑張り屋のおふたりは猛練習を重ねており、高得点を連発。100万点を満点とした場合、95万点出ているだけで十分かなと思っていた私は猛反省。おふたりは満点を目指していて98万点台など当たり前だったのです。

さあ、いざ鳥取県境港市へ。各チームの代表とお話をしたところ、皆さん満点を目指して練習しておられ、レベルの高さと向上心に驚愕しました。そんななか、あいちドンドコは初代チャンピオンという栄誉をいただきました。愛知の応援団にも支えられ感動的な瞬間を共有できました。優勝は光栄なことですが、全国のシニアの皆さんとお話ができたことや今後も交流したいねと活動の範囲が広がる機会を得たことが収穫です。

そして、日常にはない独特の緊張感のなか、勝ち負けに仲間と一喜一憂するエモーショナルな体験。好奇心で踏み出した一步がこんな素敵な経験をもたらしてくれるとは驚きです。

最後に、素晴らしい運営をいただいた境港市の皆様にも御礼を申し上げます。



チームで全力で戦った決勝の舞台。



eスポーツの初代チャンピオンとなって満面の笑み。(中央)



太極拳 安濃津 SAKURA (選手)

たかぎ ゆりこ

高木 由理子さん 66歳 ● 参加歴：1 回目

得難い経験は、その後の指導や自己研鑽の道標に

ねんりんピックとっとり大会が、初めての鳥取県訪問でした。

大会の2年ほど前に所属団体の県選考会への参加の話が出たとき、迷わずメンバー入りを決めました。経験ある先輩方からその意義を何度も伺っていたからです。

普段は公民館での初心者指導、所属団体の教室やレベルアップ講習会、県連盟の講習会に参加しています。そこに、2023年7月からねんりんピックの練習が加わりました。スタートが遅いうえに、10月の県選考会までわずか3カ月です。オリジナル套路をたたき込む格闘の日々でした。無事に出場は決まりましたが、本番までは無我夢中の1年となったのです。

動線から套路を組み替えて並び順を変更し、音合わせにも四苦八苦でした。メンバー間での意見のくい違い、音の取り損ねなどで監督の指導に答えられないまま残り2カ月となりました。自信はなく、不安でした。

ところが、9月に入ると他のメンバーの動きが、霧が晴れるように視界に入り始め、動きが揃ってきたのです。体が反応する、といった不思議な感覚でした。

ねんりんピック総合開会式当日は土砂降り、屋内開会式に急遽変更となり、現地は対応に苦慮していたようです。前泊地から長時間のバスに揺られ、雨のなか、重い荷物を携えての移動は大変でした。それでも、雨の合間に屋内開会式の映像を見たり、販売コーナーを巡ったりして楽しみました。

翌日は交流大会本番です。前日のコートの立ち位置確認や直前練習の案内・誘導など、スタッ

フの方々には実によくしていただきました。表演は、ほど良い緊張のなか普段どおり演武しているうちに、あっけなく終わりました。結果は平凡な点でしたが、充実していました。インタビューでは、メンバーが皆、晴れ晴れとしていたのが印象に残っています。会場外のイベントコーナーでは足湯に浸かり、疲れが吹き飛んだ気がしました。

授賞式では最高齢の参加者を知り、感嘆の思いでした。また全国規模の大会のレベルの高さも実感しました。こうした経験は、その後の指導や自己研鑽の大きな道標となっています。

どの会場も素晴らしく、立派な施設だったうえ、関係者のサポートや観客の応援も大きな支えでした。体調を崩すメンバーもおらず観光も楽しめて、貴重な体験や思い出ができました。関係各位には心より厚く御礼申し上げます。また、監督やチームの皆さんにも感謝の気持ちを贈ります。



表演後の高揚感と安心感で笑顔あふれる記念撮影。
(後列左から2番目)



サッカー 伊賀フットボールクラブシニア (監督兼選手)

てらしま てつし

寺嶋 哲司 さん 64 歳 ● 参加歴：1 回目

仲間とともに、より高みを目指す決意を新たに

待ちに待ったねんりんピック。出場に向けて、時間をやりくりして練習してきたものの、さすがに全国のレベルは高く、最終戦では疲労がピークに。足を痛め交代を叫ぶ選手が続出。ピッチに11人立つのがやっとでした。シニアサッカーは、一旦交代して退いても何度でもピッチに戻れるため、疲れたら交代して10分程度休憩したら再入場。満身創痍のメンバーながらも何とか協力して試合を終えることができました。結果は、Cブロック3位(1勝2敗)でした。

試合終了時は、全身に疲労と痛みがのしかかってきましたが、やり切った満足感でいっぱいでした。審判団に感謝し、相手チームをリスペクトし、チーム内ではお互いの健闘を称え合い、幸せな時間を過ごすことができました。

私は学生の頃、ずっとサッカーを楽しんできました。さらに、長年、中学生のサッカー指導にも携わってきましたが、年齢とともにサッカーから遠ざかっていました。そんななかで、「60歳の定年退職を機に、若い頃のようにもう一度サッカーをやりたい」と、以前から退職後の生活を思い描いていました。

退職後、地元のシニアチームに加入し、毎週のナイター練習、県内のシニアリーグ戦など、たくさんの試合や練習に参加させていただきました。当初は身体が慣れず、筋断裂、腰痛、靭帯損傷などで通院し、練習ができない状況もありましたが、日々、体のメンテナンスを丁寧に続けた結果、現在はけがをしない体になりました。「もっと上手になりたい」「どうすれば良いプレイができるのか」。探求心は膨らむばかりです。

5年目の今年、2度の全国大会に出場する機会をいただきました。6月に秋田県で開催されたJFA第24回全日本O-60サッカー大会、そして、10月の鳥取県での本大会です。他チームの方を見ていると、自分ももっと頑張りたいと強い刺激をもらいました。

大会開催にあたりスムーズな運営、地元特産品のかに汁、鳥取梨などのふるまい、応援旗で私たち三重県チームを応援してくれた鳥取市立美保南小学校の児童の皆さんなど、関係するすべての人たちに感謝の気持ちでいっぱいです。

本大会を通じ、「年齢は関係なく、生涯現役として仕事もスポーツもより高みを目指して、仲間とともに楽しみながら進んでいきたい」と決意を新たにしました。

として仕事もスポーツもより高みを目指して、仲間とともに楽しみながら進んでいきたい」と決意を新たにしました。

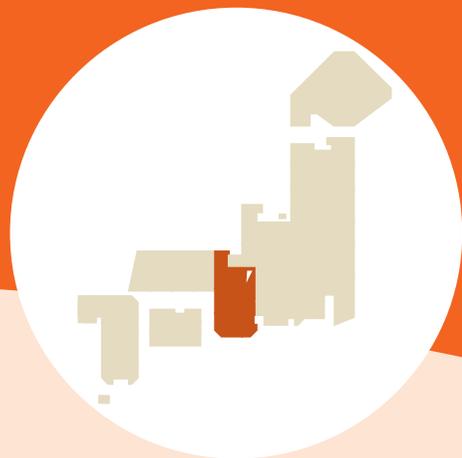


第一試合を前に記念撮影。チーム全員で試合に臨む。(前列左端)



美保南小学校の児童が作った応援旗に感謝を込めて。

近畿



p.46 滋賀県

大澤藤樹さん
ローイング



p.47 滋賀県

山森祐輔さん
テニス



p.48 京都府

吉中康子さん
ウォークラリー



p.49 大阪府

二宮一さん
弓道



p.50 兵庫県

内田敬三さん
マラソン



p.51 兵庫県

仲川邦俊さん
マラソン



p.52 奈良県

森本千香子さん
水泳



p.53 京都市

河合正樹さん
ゲートボール



p.54 京都市

村田良宏さん
テニス



p.55 大阪市

石渡真吉さん
水泳



p.56 堺市

國分加代子さん
ゲートボール



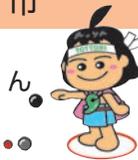
p.57 堺市

吉村利夫さん
グラウンド・ゴルフ



p.58 神戸市

和田明子さん
ペタンク





ローイング

レイクびわ Rowズ (監督兼選手)

おおさわ ふじき
大澤 藤樹さん

65歳

●参加歴：1回目

ボートへの熱い思いを胸に、感激の初出場

大会の1年前にねんりんピックのことを知り、種目にローイング（ボート競技）があることを知ったのが始まりでした。

我々はBGLというクラブに所属し、関西みらいローイングセンター（滋賀県立琵琶湖漕艇場）で月に3、4回ほど練習しています。会長（同志社大学ボート部OB）以外は皆素人で、散歩中に声をかけられたり、仲間に誘われたりして集まったメンバーで、現在は30名弱ほどのクラブです。出場に向けて、まず、年齢が近い仲間に「ぜひ出よう！」と声をかけて参加することになりました。しかし、それにはまず県の大会に出て代表の座を勝ち取らなければなりません。まあ負けてもチャレンジすることが大事だと、5月の県民大会にエントリーしましたが、我々が出る男子ナックルフォア（KF）はなんと1艇のみ！ ちょっと拍子抜けの感もありましたが、見えない敵を想定して頑張って漕いだ結果、滋賀県代表の座を得られたことは素直にうれしかったです。

大会前日にレンタカーでいざ鳥取県米子市へ。メンバー6人、還暦を過ぎていても気持ちは子どものようにワクワクしていたような……（笑）。会場の下見をして明日からの試合に備えました。

大会初日は朝から荒天で雨風が強く、予定されていた配艇練習は中止に。開始式は予定通り行われ、歓迎セレモニーでの小学生の「米子がいな太鼓」の演奏は本当に素晴らしいものでした。しかし、天候は結局回復せず、この日はすべてキャンセルとなりました。

夜はホテルでレセプションを開催していただ

き、他府県のメンバーとも交流し、有意義な時間を過ごせました。なかでも鳥取ローイング協会会長のあいさつで、ボートに対する熱い思い、それは高齢者から子どもの世代までつなげていきたいということ、そのためには17年間空白だったローイング大会をぜひ鳥取で開催したいと準備から奔走されたことを拝聴して、私たちも胸が熱くなる思いでした。

大会2日目は雨は上がったものの風が強く、運営本部で協議された結果、急きょ山陰（やまかげ）に臨時のコースが設営され、一本のみのタイムレースを実施していただきました。結果は18艇中16位という成績になりましたが、何とか一本でも漕げるよう関係者の皆様に懸命に努力していただいたことに感謝しかありません。今回、鳥取そして米子の方々の温かい人柄、心からのおもてなしに触れ、「ああ～、参加できてよかった！」とつくづく思いました。これまで携わっていただいた関係者の方々にも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！



童心にかえり心を浮き立たせて会場へ。（左端）



テニス レイク近江 2024 (監督兼選手)

やま もり ゆう すけ

山森 祐輔 さん 70歳 ●参加歴：2回目

“魔法のスポーツ” テニスをして、健康になろう

私たち滋賀県選手団とスタッフが会場であるヤマタスポーツパークに到着すると、雨天にも関わらず、すでに会場は歓迎ムード一色でした。鳥取県民の方々の心温まる歓迎に感動し、大会に参加できてよかったなあとしみじみと感じました。

鳥取県の名物らっきょうや各選手のネーム入りの木のコースターなど、たくさんのおみやげもいただきました。らっきょうは、副賞の「ピンク華麗」と一緒に食べました。カレーがピンク色でびっくり仰天でしたが、とてもおいしくいただきました。

私は60歳になると同時に、悲願だったねんりんピック（やまぐち大会）に参加することができました。私の机の前には、やまぐち大会の記念メダルや思い出の写真集を飾っています。それらの記念品を眺めていると、参加者とのプレイの思い出が走馬灯のようによみがえってきます。今年70歳になった私は、夢をもう一度実現するため、とっとり大会に挑戦することにしました。運よく滋賀県予選を通過し、今回の大会に参加することができました。

さて、交流試合ですが、初日は、4チーム（大分県、山形県、名古屋市、滋賀県）総当たりの予選リーグ戦を行いました。滋賀県チームはかろうじて1位通過となり、選手全員が大喜びで一夜を過ごしました。2日目は、1位グループの決勝トーナメントでした。1回戦は浜松市、2回戦は愛媛県、準決

勝戦は茨城県と順調に勝ち進みました。決勝戦は強敵三重県と対戦し、なんと、滋賀県チームが辛勝して、奇跡の連覇優勝を達成することができました。長寿県である滋賀県が、全国の皆様に、滋賀県民のシニア層はまだまだ元気であることを証明できた、と自負しています。

スポーツを楽しむと、その人を健康にし、さらに、寿命を延ばすそうです。また、スポーツの中でも、テニスが最も寿命を延ばしてくれるという説もあります。さらに、脳やメンタルの健康にも効果的だそうです。テニスが魔法のスポーツであることを確信しながら、これからも愛用のラケットを振り回し、テニスコートを駆けまわるつもりです。

今後も、テニスが健康に良いスポーツであることを一人でも多くの人たちに伝えていきたいと思っています。

最後になりましたが、素晴らしい思い出を与我てくださった関係者の皆様に、心から感謝いたします。ありがとうございました。



表彰式終了後にチーム全員で笑顔の記念撮影。(右から3番目)



ウォークラリー かめおか元気アップ(選手)

よし なか やす こ
吉中 康子さん 72歳 ●参加歴：1回目

奥深いウォークラリー、人生の新たな楽しみを発見

2024年1月の理事会で第36回ねんりんピックのウォークラリーに選手を派遣するという議題が上がり、60歳以上という条件を聞いて加盟団体の中から声をかけ合って応募したのが「かめおか元気アップ」の私たち5人でした。2月にLINEグループで情報共有し、京都府予選会に参加。これは面白いとなり、9月29日に大宮交通公園で開催されたウォークラリーで優勝し、モチベーションも上がったところで全員で京都府のユニフォームをそろえ、準備万端整いました。

10月18日の結団式(都ホテル京都八条 陽明殿)には全員で参加し、21種目128名がバスで鳥取に向かいました。初日のはわい温泉望湖楼での京都府選手団懇親会では、さまざまな種目代表チームと交流し、私たちは亀岡市のゆるキャラ体操「かめまる体操∞アッハッハ」を披露して、おいしいお料理を堪能しました。

翌日の19日は大雨のため総合開会式は会場変更となりましたが、鳥取県立倉吉未来中心に移動してウォークラリーの開始式アトラクションに参加しました。倉吉のレガシーが体験できるとても素敵なものでした。

さて、ウォークラリー当日は地元の中学生在が各チームについてくださり、考え抜かれたコース設定を楽しみながら歩くことができました。道で出会った倉吉市民の皆様から応援の言葉をいただき、街の皆さんの温かさに触れることもできました。成績発表までのアトラクションも最高でしたが、広田一恭市長さんのユーモアあふれるごあ

いさつに、皆が盛り上がりました。

私たちは、週1回7時からの朝体操に集い、平素は国際ソロプチミスト、集い場の運営、親子のワークショップなど奉仕活動を担うメンバーです。今回初めてねんりんピックに参加してウォークラリーと出会い、奉仕活動以外の喜びを得ることができました。成績は21チーム中18位(歩くのが速すぎて、時間得点で減点)。ウォークラリーにはコースの読みと作戦が必要なのだと、競技の奥深さを知りました。そして、この体験で、人生の新たな楽しみに出会いました。またチャンスがあればぜひ参加したい、これが5人のメンバーの思いです。

最後に、大会を支えてくれたボランティアの皆様、京都府のサポーター、参加選手の皆様に感謝し、御礼を申し上げます。



かめおか元気アップの5人のメンバー。左から、森田育子さん、本人、丸山礼子さん、森照子さん、川勝真里さん。



弓道 大阪府 (監督兼選手)

にのみや はじめ

二宮 一さん 69歳 ●参加歴：2回目

予選敗退も次回大会でリベンジを誓う

ねんりんピックとっとり大会の大阪府予選会は4月7日に開催され、男性4名、女性2名の6名が選出されました。後日、大阪府の旗手の依頼があり、10月3日の大阪府選手団結団式では、選手を代表して選手宣誓をさせていただきました。

10月18日、新大阪駅から鳥取に出発し、砂丘を望む宿泊先に到着しました。残念だったのは、19日当日は朝から雨模様で、総合開会式会場に着いた後も雨が止まず、グラウンドでのセレモニー全体が中止になり、旗手として入場行進ができなかったことでした。

総合開会式は屋内で簡略化して開催されましたが、一生に一度あるかどうかの役目を果たせず心残りでした。事前準備をされた現地スタッフの方々のご苦労を考えると、入場行進などのプログラムも実施できていたらと思いました。ただ、会場ではいろいろな出店があり、お土産も購入することができて、温かいおもてなしを受けることができました。

夕方からの弓道種目の開始式では地元の方々の温かい歓迎を受け、とても楽しい時間を過ごせました。

18日、19日、20日と3泊とも宿泊先には温泉があり、体も心もゆったり、ほっこりでき、温泉三味を楽しむことができました。

20日の予選会では地元幼稚園児さんたちからの「頑張れー」との声援を受け、力をもらったのです

が、結果は予選敗退となりました。

弓道会場の整備、管理も大変だったと思いますが、スムーズな進行で気持ちよく弓を引けました。また、全国から集まった選手には旧知の方々もおられ、久々の出会いでもあり、親交を深めることができました。

今後ますます高齢化が進み、ねんりんピックの意義を再確認しています。60歳を過ぎても若々しく、70歳、80歳と年を重ねても現役として弓道ができるように、また2年後のねんりんピックに出場できるように、頑張ってお練を積んでいきたいと思っています。

そして、毎年ねんりんピックに携わっておられる関係者の皆様に、心から感謝いたします。ありがとうございました。



地元のお子さんの声援を受けながら全員で健闘。(前列右端)



マラソン 10km 兵庫県（選手代表）

うちだ けいぞう

内田 敬三さん 78歳 ●参加歴：3回目

順位よりも楽しむことを優先し、応援者とも交流

明石駅からバスで兵庫県のマラソン選手2名と合流し、前泊の宿に大満足。当日の同室者はペタンの選手2名で、昨年の優勝者と出会い、ペタンの競技ルールや、その発祥地がフランスであったことを知りました。

今回は3回目の参加となりますが、毎回ねんりんピック参加者ランナーの走力に感動するとともに、刺激になっています。

総合開会式の当日は雨天で、急遽屋外から室内開催に変更となり、各県数名のみが参加するさびしい開催となったのは残念でした。私たちはグラウンドの観覧席で雨宿りしながら開会式の映像を確認し、昼食はバスの中で食べました。

温泉宿の夕食料理の仕込みと作法は初体験でした。地産地消の逸品料理のおもてなしに感動した友だちは、次回は夫妻で泊まりたいと話していました。また、夕食時は関東地区からのマラソン参加者と同席し、マラソン談義で大いに盛り上がりました。

翌朝は、バスの迎えの時刻（9：00）からスタート時間（10：10）まで時間に余裕がないことが分かりました。この時間内に宿から現地まで移動し、受付を済ませゼッケン装備までするとすると、アップなど準備時間がとれません。仲間うちでは悲鳴が上がり、非常に心配していました。私も危機感を感じ、大会輸送関係者に電話をして、迎えの時間を早められないか懇願しましたが、大会側からの返事は無理とのことでした。しかし当日の朝、20分ほど早く対応していただき、参加者皆が安堵しました。レースは好天に恵まれ、ランナー冥利の大会となり感動しました。

種目別の開始式では、兵庫県の生田糸子さん

が女性最高齢者参加者で表彰されました。

私は、2024年3月に大津のマラソン大会で、4時間24分で101回目の完走を果たしました。この記録は「フルマラソン1歳刻みランキング」で14位でした。今回の10kmの距離は、沿道の皆さんとの交流、海岸コースに吹く強風と波の音や波動に感動しました。過去のレースでは走ることに専念していましたが、今回は順位よりも楽しんで走ることを優先し、無理はせず、撮影も楽しみました。7kmあたりの沿道では、ねんりんピックの垂れ幕を持った応援者を見つけ、足を止めて、その方との心のこもった握手と、カメラ撮影が楽しかったです。

皆さんからの温かいおもてなしは、冬の厳しい環境から生まれた人情愛が感じられました。

全国からの参加者、開催に関係した皆さんに、感謝、感謝の大会でした。



ラストパートでゴールを目指す。(左)



第36回全国健康福祉祭とっとり大会
ねんりんピックはばたけ鳥取2024 マラソン

兵庫県選手団全員で記念撮影。(左から2人目)



マラソン 10km 兵庫県(選手)

なかがわ くに とし

仲川 邦俊 さん 74 歳 ● 参加歴：1 回目

厳しい戦いの経験を糧に再度チャレンジしたい

北海道から沖縄まで全国の数多くの元気な高齢者の方々が集結したねんりんピックとっとり大会に出場させていただき、大変良い思い出となりました。

スポーツ交流及び文化交流を含め、30近くもある種目の多さに驚きました。今回は鳥取県下の市町村が舞台でしたが、毎回主催者となる県や市町村の各担当者のご苦労は計り知れないものがあると思います。

私は兵庫県代表の3名の1人としてマラソン交流大会に出場し、鳥取県には10月18日～20日まで3日間滞在しました。

マラソンの本番は20日でしたが、19日に総合開会式が予定されており、全種目の全選手が集結するためとても楽しみにしていました。しかし、生憎の雨模様で、風も強く最悪の天候に。一部の選手だけが室内で集まった小規模な開会式となり、大半は競技場の屋根がある場所で数時間も待機することとなり、とても残念な結果となりました。この悪天候の余波は、20日のマラソン本番の日にも尾を引くこととなりました。

現地では2泊しました。前泊ははわい温泉の千年亭、2泊目は七釜温泉の大田荘で、どちらもとても食事がおいしかったです。特に大田荘の女将さんをはじめ心温まるおもてなしの気持ちがこもった接客態度、一品一品が丁寧に作られた会席料理の数々には感心させられました。また機会があれば、

ぜひ家内と一緒に訪れたいと思いました。

さてマラソン大会ですが、場所は鳥取県東部の岩美町で、当日の天候は雨ではなかったものの曇り空で風が極端に強く、日本海に面する海岸線に沿ってアップダウンもある、なかなかタフなコースでした。

住民の方々の気持ちのこもった沿道の応援に励まされて精一杯頑張り、完走はしたものの、70歳以上の部で18位、1時間09分35秒という残念な結果となりました。今まで大半はハーフ、フルを走ってきたため、どこかに「たかが10km」という気持ちがあったのかもしれませんが。また、高齢者とは思えないぐらいのスピードでスタートした方々の勢いに面食らったところもあるかもしれません。これから加齢との闘いがますます苦しくなるなかで、今回のレースはこれまでの意識に一石を投じてくれました。この経験を忘れずに日々の練習に取り組み、機会があれば再度ねんりんピックにチャレンジしたいと思っています。



兵庫県チームの選手とともに。(中央)



山陰海岸に沿った起伏のある難しいコースを完走。



水泳 背泳ぎ 25 m、50 m 奈良水泳（選手）

もりもと ちかこ

森本 千香子 さん

80 歳

● 参加歴：1 回目

私たちでも周りを明るく照らせます！

10月19日～22日に開催されたねんりんピックとっとり大会に、奈良県水泳チームの一員として参加させていただきました。19日の鳥取市での総合開会式は荒天のため大幅に変更され、私たちはヤマタスポーツパークで昼過ぎまで待機。夕刻に米子市の東山水泳場での前日練習に参加後、再度移動して松江市のホテルに入り、長い一日を終えました。高齢者には少々厳しい行程でした。

翌20日は快晴の朝を迎え、気分も明るく「やっと泳げるときが来た～」とワクワクした気持ちでした。80～84歳区分の背泳ぎ50mに出場。当日、私はリラックスしていました。初めは息継ぎさえできなかった自分が、このように晴れがましい場で泳げることにうれしさと感謝の気持ちがあみなぎり、スタートに集中できました。前半の25mはいつも通り身体が使えているか確認しながら泳ぎ、折り返しのクイックターンがうまく決まって後半はスピードに乗ることができました。

このレースに出場が決まってから少し悩みま

したが、自分の苦手な背泳ぎで挑戦することを決心し、この数カ月間は50mの練習に明け暮れました。背泳ぎを選んだことを後悔しないよう納得いくまで泳ぎ、少しずつできるようになっていく日々が、とても楽しくかけがえのない時間でした。

やってきた練習以上のことを本番でできる訳がありません。どれだけルンルンと楽しんで泳げるかが大切だと思って出場しました。

50mはイメージ通り泳げました。以前よりも3秒も早い「自己新」で金メダルに輝き、これほどうれしかったレースはありません。

翌21日の25mは、ゴールタッチでタイムロスをしてしまいガッカリしましたが、1位に入りホッとしました。奈良県水泳チームは、平泳ぎ25m（75～79歳）で小倉さんが金メダル、川崎さん、福田さん、宮浦さんもメダルにあと一歩の好成績でした。海なし県奈良チームは、鳥取県で大いにはばたきました。

水泳は、水の中で「素」の自分に戻り、波の揺らぎを感じながら非日常を体感し、ほどよい疲れと睡眠を経て次の日に活力を生みだしてくれます。私は一生やり続けます。

何歳になろうともやり甲斐のあることに熱中し、周りを明るく照らす高齢者が増えれば、自然と健康につながります。長寿社会も暗いことばかりではない！と今回の交流を通じて強く感じることができました。鳥取県の皆さん、米子市の皆さん、笑顔のおもてなしをありがとう！



健闘した奈良県の水泳チームのメンバー。（後列右から2番目）



地元の中学校が製作してくれた奈良県ののぼり旗とともに。



ゲートボール 京北（選手代表）

かわい まさき

河合 正樹 さん

68 歳

● 参加歴：2 回目

惜敗でも大きな感動、次への意欲

10月18日、神鍋高原のホテルで「京都市代表選手団決起集会」が行われ、ねんりんピックとっとり大会がスタートしました。京都市選手団の総勢約150名は貸切バスなどで会場へ。3時間余りの道中で、違う競技に出場される選手の方々との話も弾み、初めて聞く競技があったり、偶然にも同じ町内からの参加者がおられたり、大会に向けた緊張感などまったくありませんでした。

決起集会は、松井孝治京都市長や市議会議長さんからのビデオメッセージがあり、緊張感のなかで進んでいきました。選手団長のあいさつに続いて、いよいよ私の出番です。栄えある選手団を代表しての決意表明。「選手を代表して（中略）ここに決意いたします」。すべての参加選手が一丸となった瞬間でした。このあと懇親会があり、互いに大会での健闘を誓い合い、優勝を目指すチームや参加することに意義があるオリンピック精神のチームなど、和気あいあいのうちに終了しました。

いよいよ交流大会、私の出場はゲートボールです。初めに特別表彰式で、632名の中から93歳の男性や92歳の女性らに高齢者賞が授与されました。90歳を超えても活躍を続ける現役プレイヤーに敬意を表し、拍手を贈りました。

我が京北チームの成績は、予選1位突破の可能性とベスト16確定の条件を残した最終戦で、得失点差により勝っても2位止まりの状況のなかで思い切った作戦に出ましたが、惜しくも予選敗退に。白熱した試合で、観衆からも大きな拍手をいただき、悔いのない大会となりました。

ねんりんピックには地域での予選会があり、2年連続で出場できない制約もあるなかで、強敵が多いゲートボール競技で出場できた喜びをかみしめています。私自身は今大会が2度目で、2022年のかながわ大会においても、勝ったら1位の局面で1点差に泣きました。2回とも惜敗の悔しさもありますが、幸いにも予選敗退で鳥取観光ができたことで、チームの皆さんには大変喜んでいただき帰路につきました。

いろいろなチームの選手と交流ができて有意義な大会となり、スタッフの皆様やボランティアの皆様に対して感謝しかありません。2年後、再チャレンジしたいと思っています。



決起集会で3チームが集合。いざ、鳥取へ。（前列右から4番目）



選手代表として決意表明に立つ。



テニス ええ男と京女 (監督兼選手)

むら た よし ひろ

村田 良宏 さん 64 歳 ● 参加歴：2 回目

かけがえのない仲間と分かち合う、素晴らしき体験

とっとり大会は、私にとっては2回目のねんりんピック参加となりました。50代の頃からこの大会の主旨でもある「スポーツや文化を通じて全国の高齢者が交流を深め、心身の健康維持・増進を図る」ことに意義を感じ、60歳になったらぜひ参加したいと思っていました。

60歳の2020年大会はコロナ禍で中止、2022年のかながわ大会で初参加、充実した4日間を体験し、2024年の今大会にもぜひ行きたいとの願いが実現できました。

今年は開会式が大雨で会場変更。屋外イベントを楽しみにしていましたが、関係者のご尽力もあり、屋内でも素晴らしい式典を観させていただきました。

さて、私の出場種目テニスは2日間晴天にも恵まれ、京都市チームは初日予選を無敗で1位通過。とはいえ、テニス本来のゲーム数を大幅に短縮した4ゲーム先取という非常に難しい戦

い方で、1ポイントの重要性が増した設定となっています。でも、その厳しさや難しさのなかを勝ち抜くことで自信が生まれ、自身のテニスへの信頼感が芽ばえたことも確かです。

その日の夜は、同じホテルに宿泊していたテニス8チームが夕食会で大いに盛り上がり、笑いが絶えず、交流を深め、他者とのつながりを感じた一夜となりました。

さて2日目、1位トーナメントでは初戦突破、しかし次戦で神戸市に惜敗。私にとっては、前回と同じチームにまたも敗退してのベスト8です。テニス競技は前2試合の結果で勝敗が決まり、我々男子は試合せずに終了との結末でした。仕方ないことですが、やはり3試合目もやりたかった！でも、この団体戦では本来個人競技であるテニスでは味わえないチームワークや団結力の素晴らしさを体験することができました。

今大会で強く感じたこと、それは年齢に関わらず心身を鍛え、向上心を持って続けることで、さまざまな人との交流が生まれ、健康のありがたさを実感でき、生きがいを感じながら日々を過ごせるということです。

京都に帰り、20代から92歳までのテニス仲間

に今大会の素晴らしさを伝えたいです。

最後に、今大会の関係者すべての皆様に心より深く御礼申し上げます。



宿敵に敗れたものの栄光のベスト8に。(中列左)



決起集会でメンバーと記念ショット。(左)



水泳 平泳ぎ 25m、50 m 大阪市（選手代表）

いしわた しんきち

石渡 真吉 さん 62歳 ●参加歴：2回目

有言実行、「快泳」の喜び

4月から仕事の関係で大阪に転勤し、近くの市営プールで泳いでいるときに「ねんりんピック」が鳥取県で開催されるのを知りました。

水泳の代表選手になることができてうれしかったのですが、担当者から「大阪市選手団の選手代表として結団式の選手宣誓、開会式の旗手を務めてもらいたい」と言われ躊躇しました。大阪に来て間もない自分が代表を引き受けてよいものなのか悩みましたが、こんな機会もないだろうと思い引き受けることにしました。

大会の前日、115名の大阪市選手団はバスに分乗し大阪を出発しました。私の隣の席は、ペタンクの方でした。まったく知らない競技だったのですが、奥深さなどを聞かせてもらい、長時間のバス移動を楽しく過ごせました。その日の宿泊施設では、マラソンの方3名と相部屋になり、「走る」と「泳ぐ」の話題で盛り上がりました。

また、このようなこともありました。大阪市選手団が鳥取入りした日、宿泊施設の大広間で

夕食をいただいたのですが、そのとき選手代表としてスピーチをさせられました。突然だったので、思いつきで「旗手になったら優勝するといわれているので、私も必ず優勝します!」と言ってしまいました。とても後悔したのですが、あとの祭りです。

私が出場したのは2種目で、1日目が得意の50m平泳ぎでした。密かに優勝を狙っていたのですが、スタートに失敗して、残念ながら2位。得意種目だったので落ち込みました。皆さんの前で言った手前もあり、次は気持ちを切り替え、課題だったスタートの改善を試みました。

2日目は25m平泳ぎの短距離です。スタート時に右側に飛び込んでしまう欠点があったので、イメージトレーニングをし、当日の事前練習では何回も飛び込みをしました。あとは本番で集中することです。理想どおりのスタートが切れ、ひたすら水を掻き、壁を目指しました。結果は見事優勝！うれしさが倍増しました。

ひとつ残念だったのは、荒天のため開会式が縮小開催となり、旗手を務めることができなかったことです。私もそうですが、これまで

開会式の準備に携わった鳥取県の関係者や楽しみにしていた方々は、さぞかし残念だったと思います。来年の「ねんりんピック岐阜2025」の開会式では、晴天のなかで開催ができるようお祈りしています。



闘志を秘めて笑顔で会場入り。(左)



60歳～64歳の部、男子25m平泳ぎで優勝の栄冠。



ゲートボール カンナ堺 B (主将)

こくぶ かよこ

國分 加代子 さん

82 歳

● 参加歴：6 回目

勝負に一喜一憂し、笑い声の絶えないチーム

私は定年まで仕事に励み、介護も行い、すべてが落ち着いた頃にゲートボールを始めました。それが64歳のときです。もう今年で18年目を迎えます。

ゲートボールの魅力を知り、日本ゲートボール連合の理事も66歳から務めました。それから、公認審判員資格の1級を取得しました。ゲートボールは少し前までは競技人口が多く、ねんりんピックや他大会に出るのは狭き門でしたが、最近はメンバーも減ってきています。そのため、地域のメンバーを増やすことに力を入れ、最近は2人増えました。やっぱりメンバーが増えると和気あいあいとして笑い声も増え、楽しくなります。

ねんりんピックとっとり大会は、今回が最後の出場になるかもしれないと、仲間を支えられて競技に参加しました。勝敗はともかく、良い対戦でした。後から知ったことですが、優勝した東京都チームとの対戦は3点差で負けてしま

いました。あのとき、もう少し頑張っって勝っていたら……と少し悔しい思いもしました。これからもっと練習に励もうと思います。

ねんりんピックには過去5回参加させていただき、どの地方の大会も良い思い出となっています。今回の大会では高齢者表彰があり、全国から92歳～95歳の選手が出席されていることに驚き、自分がまだまだ若いと気づきました。

毎日仲間と一緒に練習に励み、月に5、6回大会に出場し、勝負に一喜一憂し、笑い声が絶えません。趣味を生かして、編物、洋服のリフォーム、組紐を楽しみ、地域おこしでは若者から高齢者が集まる「ワイワイサロン」を立ち上げ、お茶の時間や雑談を楽しんでいます。子どもの下校時の見守りや老人会の行事にも参加し、老人ホームでの生花教室では若返りの一役を担うことも。これからも、何か役に立つことがないかと“おせっかいおばあさん”になって、頑張っって生きていきたいと思う毎日です。



6回目のねんりんピック参加も良い思い出に。(右端)



グラウンド・ゴルフ 堺市グラウンド・ゴルフ（選手）

よし むら とし お

吉村 利夫さん 87歳 ●参加歴：4回目

ねんりんピックの楽しさを語り続けたい

私がグラウンド・ゴルフを知ったのは退職後のこと。妻に勧められて練習を始めました。

2001年に堺市グラウンド・ゴルフ協会に入会し、2020年まで役員としてその任務を遂行いたしました。その間、事務局長、副会長、顧問等の任務に専念いたしました。2017年には堺市体育協会より感謝状、2020年に堺市教育委員長賞、2023年に近畿地区グラウンド・ゴルフ交歓大会で表彰状をそれぞれ授与されました。

堺市グラウンド・ゴルフ協会でも事務局長を担当していた際には、グラウンド・ゴルフ大会のプログラム化を導入し、大会の組み合わせから当日の成績の結果を出すまでの時間短縮を可能にしたこと、プログラム作成者の人材の育成に尽力しました。

ねんりんピックには、みやざき大会、山形大会、しずおか大会に参加しております。今回の鳥取県の会場となった潮風の丘とまりでは、個

人的には3回ほどプレイを体験しております。このたびは、堺市グラウンド・ゴルフ協会より予選大会が開催され、堺市の代表として参加することになりました。

大会当日の総合開会式は残念ながら雨天のため会場が変更となり、地域の方々も当日までに大変ご苦労されたことと存じます。大会運営については効率よく設定され、待ち時間も苦にならず、優れた運営の在り方は今後参考にすべきところが多くあったと思います。

もてなしも数々あり、帰路のバス等の交通に便宜を図られておりました。

最後になりましたが、運営に携わられた皆様方に厚く御礼を申し上げます。このたびのねんりんピックの参加はメンバーに恵まれ、帰路に着くまで和気あいあいの旅で楽しい日々を過ごしました。今後、ねんりんピックの楽しさを語り続けていくことが私の任務だと思います。



ねんりんピックの楽しさを語り続けていくことが私の任務。

ホールポストを見定め、集中してプレイに臨む。(中央)



ペタンク 神戸市 ぼんがぼんが (監督兼選手)

わだ あきこ
和田 明子 さん 67歳 ●参加歴：3回目

ねんりんピックを目標に練習する楽しみ

何か生涯楽しめるスポーツはないかなと始めて3年が経つペタンク競技。昨年5月に開催されたこうべ長寿祭（ねんりんピック神戸市代表選考会）を経て、ねんりんピックとっとり大会に参加させていただきました。

ねんりんピックとの出会いは、大会に出場された太極拳グループの演武を見たのがきっかけで、20を超える種目がある全国大会であることを知りました。

地域の方々を誘ってチームを発足し、毎週土曜日に小学校のグラウンドを借りてねんりんピック出場を目標に練習しています。

今年のねんりんピックは、残念ながら陸上競技場での総合開会式は縮小されて体育館での開

催となりましたが、選手団入場行進、国旗掲揚、皇族のおことば、炬火ランナーの点火セレモニー等々、普段経験することのない夢のような時間でした。ぜひ多くのねんりんピック世代に体験してほしいです。

さて、肝心の競技は予選リーグ1位通過！決勝トーナメントは2回戦で敗退しましたが、9位でメダル授与式をしていただき感謝。やはりメダル獲得はうれしいです！

ペタンク競技の開催地は三朝温泉。地元の小学生が描いてくれた各チームののぼり旗で盛り上がり、控えテントで一緒になった予選リーグの対戦相手のチームとの交流も盛り上がり、夜の居酒屋で出会った他県チームとも大いに盛り上がりました。地元のお酒はおいしく、飲み過ぎてしまいましたが、三朝の湯は疲れた身体を癒してくれました。

そして、今大会で一番感激したのは、選手一人ひとりの名前と競技を印字してくれた鳥取県産智頭杉のコースター！他の開催地にもぜひまた行ってみたいです。

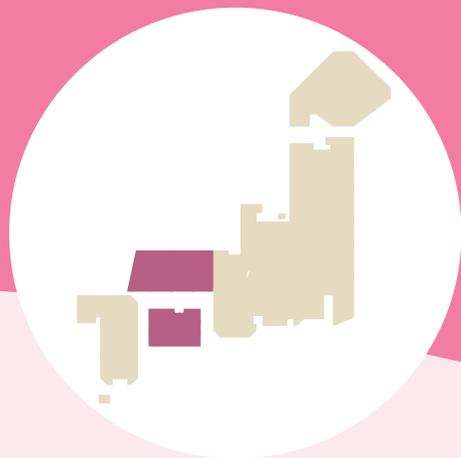


9位のメダルを胸に笑顔の記念ショット。(左端)



三朝の小学生が描いたのぼり旗をいただいて帰り、神戸で体験会。

中国・四国



p.60 鳥取県

佐伯友茂さん
剣道



p.61 島根県

佐藤千年さん
ターゲット・
バードゴルフ



p.62 島根県

谷口真澄さん
水泳



p.63 岡山県

向井 彰さん
バウンスポール



p.64 岡山県

村木聡一さん
eスポーツ



p.65 山口県

嶋田美智枝さん
水泳



p.66 山口県

末田哲明さん
サッカー



p.67 徳島県

中谷千賀子さん
グラウンド・ゴルフ



p.68 香川県

大西小波さん
バウンドテニス



p.69 高知県

竹本紅美子さん
ボウリング



p.70 高知県

益永美和さん
eスポーツ



p.71 広島市

佐々木竜一郎さん
ソフトバレーボール





剣道 鳥取県A (監督兼選手)

さ えき ともしげ

佐伯 友茂 さん

72 歳

● 参加歴：2 回目

生涯剣道を目指す仲間たちと交剣知愛

前回のえひめ大会に初めて出場し、予選リーグ1勝1敗で敗退、悔しい思いをしました。地元開催の今年は3チーム出場で、Aチームの監督兼選手を任せていただきました。大会が近づくにつれ試合を意識した練習内容になり、鳥根県や岡山県に遠征して胸を借り、大会に向けての機運が高まりました。大会直前には、私が部活指導している中学生から激励の寄せ書きをもらい感激しました。

開始式では、同じ「生涯剣道」の志を持つ仲間たちと競いながらも、「交剣知愛」で友情を深め合うという思いを選手宣誓で述べました。

競技1日目は、予選リーグで鳥取県3チームがそれぞれ2勝を挙げ、予選リーグ突破を果たしました。決勝トーナメントに駒を進めたことで、チーム全体の士気は大いに上がりました。特にCチームは、選手5名のうち前4名が女性で、大将のみ男性という女性中心のチーム構成で、会場内から注目を浴びながらの大活躍でした。

2日目の決勝トーナメント、Cチームは熊本

県と戦い惜しくも代表戦で敗れましたが、ベスト16で優秀賞。最終的にBチームは3位、Aチームが優勝という栄誉に輝きました。目標に対する達成感とともに感動したのは、決勝戦の試合後のあいさつのあとに、全力を尽くして戦った双方が自然に歩み寄り、互いの健闘を称え合えたことでした。大会期間中は多くのチームの方々と交流することができ、私にとってまさに「交剣知愛」の大会でした。

また、大会後に思いもよらぬことがありました。それは、私が剣道8段審査に合格したことです。大会1カ月後の審査では、ねんりんピックに向けた練習や練習試合、本大会での経験が生かされたのではないかと考えています。ねんりんピックに参加したことは、私の人生にとって大きな糧となり、かけがえのない思い出として心に残りました。

最後に大会関係者の皆様に感謝し、私もこれから健康に留意し、「生涯剣道」を目指して精進していきたいと思えます。



「交剣知愛」の思いを述べた開始式の選手宣誓。



全力を尽くした大将戦。試合後は互いの健闘を称え合った。(右)



ターゲット・バードゴルフ

島根県（選手代表）

さとうちとし

佐藤千年さん

77歳

●参加歴：1回目

選手同士ともに練習を重ねた成果で上位入賞

ねんりんピックとっとり大会のターゲット・バードゴルフ交流大会に島根県チームとしてグラウンドシニア（79歳以上）2名、シニア（78歳以下）2名の4名で参加しました。ねんりんピックという大きな大会に参加するのは4名とも初めてで不安がありました。全国から参加された皆様に温かく受け入れられ、プレイできたことに深く感謝したいと思います。

2023年に島根県ターゲット・バードゴルフ協会の加藤会長から「来年ねんりんピックとっとり大会が開催されるが、参加してみようか」と声をかけていただき、参加してみようと思ひ、大会会場となる日吉津村の月例会に参加しました。海岸沿いの風の強いコースでした。これが大会前の印象です。その後1年間、風対策として、参加した4名は、出雲平田・大田・雲南・松江のコースで練習を重ね、週3日程度練習する選手もいれば、毎週各地区協会の大会に参加するなどして腕を磨きました。

ターゲット・バードゴルフ交流大会の試合は2日間のトータルスコアで競い合います。1日

目は風が強く大変苦労しましたが、2日目は晴天に恵まれ、風もあまりなく気持ち良いプレイができました。

ターゲット・バードゴルフは、一般的になじみが薄いかもかもしれませんが、羽根つきボールを使うので滞空時間が長く、当たってもけがをせず、子どもから高齢者まで楽しめるスポーツです。また、バンカーや障害物のあるコースが設定でき、変化が楽しめます。

島根県チームは初参加でしたが、日頃の練習成果をいかんなく発揮することができ、高成績を収めることができました。シニアの部で優勝したのは幼馴染の法正寛さん、準優勝は私でした。また、グラウンドシニアの部でも島根県の選手が4位と11位を獲得しました。

次回の岐阜大会にターゲット・バードゴルフの会員および愛好者の方が参加されたら、上位入賞を目指して頑張っしてほしいと思います。

大会を支えてくださいました日吉津村長をはじめ、スタッフの皆様方、ターゲット・バードゴルフ鳥取協会の皆様、大変お世話になりました。



シニアの部で優勝した法正さんと一緒に。(左)



初参加ながら健闘した島根県チーム。(左端)



水泳 平泳ぎ 50m 島根県（選手）

たにぐち ますみ

谷口 真澄さん 75歳 ●参加歴：1回目

水泳仲間に感謝し、泳げることの幸せを実感

「ねえ～、今年のねんりんピック、鳥取県で開催されるんだって。隣の県だよ、近くだよ。出てみない？ 一生の思い出に」と誘われて参加の申し込みをしてもらい、出場できるようになりました。誘ってくれた2人と一緒に3人での初参加です（3人とも「スイミングスクール安来」で楽しく泳いでいます）。

そして大会初日、総合開会式はあいにくの雨により屋内で開催され、全員が参加することができず、私たちはバスの中で待機しました。会場の鳥取県立布勢総合運動公園にせっかく来たのに、まったく見ることができず、大変残念でした。

いよいよ試合本番の日、米子市の鳥取県営東山水泳場で、私たちが参加する水泳競技がありました。練習のときは泳ぎやすいプールだなあと感じましたが、さすがに出番が近づいてくる

と緊張しました！ どうしよう、いつもの大会と同じように逃げ出したくなりました。だから、泳ぎ終わって、タイムが良かったことが分かった、すごく満足しました。1位になれたのもすごくうれしかったです。これは運が良かったからだと思います。良い結果が出せたのは、大会に誘ってくれた2人のおかげです。感謝しています。

無事にねんりんピックの大会が終わり、今思い出しています。泳ぎ始めた頃のことを……。

25～26年前、何か体を動かすことを始めなければと近くのプールに通い始めたのは、体調管理が目的でした。最初の頃はうまくいなくて挫折しかけたこともありましたが、近年はけがや病気で何カ月も泳げないことがありました。今はただ、泳げるのが幸せだと思っています。これからも健康に気をつけて、ずっと泳ぎ続けたいと思っています。

プールに通い始めてできた友だちとの触れあいが、今の一番の楽しみです。今、私の周りにはいるプール仲間に伝えたいです。どうもありがとう！ そして、これからもよろしくね！

最後に、大会に出場するためにお世話になったたくさんの方々、本当にありがとうございました！



ねんりんピックの結果を報告するため、島根県の丸山知事を訪問。（左端）



バウンスボール KCSL (選手代表)

むか い あきら

向井 彰さん 76歳 ● 参加歴：1 回目

初参加で得られた収穫を今後の活動に生かしたい

今回初めてねんりんピックに参加し、とても良い経験をさせていただきました。

「バウンスボール交流大会に参加しませんか」と声をかけていただき、倉敷市スポーツ推進委員のスポーツ好き5名が二つ返事で参加を決め、早速練習を開始。バウンスボールは鳥取で誕生した競技で、今回のとっとり大会で初めて選ばれた種目と聞きました。メンバーの中には初心者もあり、短い期間ではありましたが、予選突破を目標に練習を重ねて大会に臨み、あっという間に大会の日が来ました。

岡山駅での結団壮行式後に、バスで鳥取に移動しました。結団壮行式では、岡山県選手団の旗手として代表で謝辞を述べさせていただきました。

「弁当忘れても傘忘れるな」と聞いておりましたが、これほど雨が降るとは。総合開会式は規模を縮小して開催することとなり、旗手の私の出番がなくなり、残念でした。あきた大会に参加したメンバーは、竿燈まつりなどを見てとても楽しかったようで、今回は何が見られるのか楽しみにしていただけに、がっかりしておりました。

ふれあい広場では土産物の物色などを楽しみ、雨の幕下で他県の選手と情報交換。弁当は駐車場のバス内でいただきましたがおしかったです。その後、倉吉に移動し、バウンスボールの開始式に参加しました。

3日目は試合でした。発祥の地での大会ですので、日頃の練習の成果を発揮しても勝ち抜くのは難しいだろうと思っていました。どこのチームもとても強く、目標未達で2連敗、交歓

試合で1勝を上げるのが精一杯でした。

予選から3連敗して最後の試合で、また負けたいと思いながら整列に向かったとき、相手側からルール違反を自己申告され同点となり、私の得点で初勝利。相手側のスポーツマンシップに拍手を送りたいです。

岡山代表の方々や他県の選手、この大会に関わる多くの人たちと交流し、さまざまな楽しい体験ができましたことをとてもうれしく思います。また、地元の方々とも触れあい、負けない試合をするための方法を学び、持ち帰ることができました。これからの活動に生かし、地元倉敷でもバウンスボールを広げていけたらいいなと思います。予選敗退でしたが、3泊4日、皆さんと楽しい時間を過ごすことができました。また参加したいです。

大会の準備は大変だったと推察します。心づかいも行き届いており大いに楽しませていただきました。鳥取県や岡山県のスタッフの皆様、ありがとうございました。



地元でもバウンスボールを普及したいと意気込む岡山県チーム。(中央)



eスポーツ グランパスナイパーズ（選手代表）

むら き そう いち

村木 聡一さん 67歳 ●参加歴：1回目

心の灯が熱く燃えた“無謀な”初挑戦

そのときは突然やってまいりました。

「村木さん、鳥取で行われるねんりんピックに出場されませんか？」

岡山県eスポーツ連合の和田事務局長からの一言でした。ねんりんピックでeスポーツの採用は今回が初、どうやらその記念すべき大会に選手を派遣したいとのこと。実はeスポーツは各競技のコミュニティはあるものの、シニアの選手層の登録がないのが実情でした。好奇心旺盛の私は無謀にもお引き受けすることになり、早速同級生2人に声をかけると、経験もないくせにこちらも無謀にも快諾。ここから3人の練習が始まったのです。全国大会へのプレッシャーは日に日に増し、十分な練習成果もないまま、あっという間にねんりんピック当日を迎えました。

代表者会議に向かうバスで、愛媛代表の方とお話をする機会に恵まれました。しかし、ここで問題が発生。我々が練習していたレギュレーションは、大会でのそれとは違っていたことに気づいたのです。しかし、大会はもう明日。ぞっとするなか、ホテルに帰るなり3人で会議。当日の出場が午後からということも手伝い、午前中に各競技ブースに散って、さらなる情報収集に奔走。そして、我々なりの拙い戦略を立てたのです。常識的には初心者の3人が全国大会で1勝することはほぼ不可能です。なんとか予選リーグで1勝することが目標となりました。

初戦の相手は岐阜県。ここから3人の初めてのeスポーツ競技、無謀な初めての全国大会が始まったのです。結果は初戦勝利、

なんと……！戦略として決めたことが活かされました。次戦の相手は川崎市。なんと、こちらでも勝利し、いよいよ最終戦です。勝利すれば決勝トーナメントへ進出。3人は舞い上がりました。気を120%込めて戦った最終戦は、地元境港市のチームとの対戦。さすがに地元の声援が我々の背中へのしかかり、結果は惜敗！残念。あのときこうしておけば……、振り返れば僅差での敗戦だけに悔やむことだらけでした。

3人は帰りの電車で、またまた無謀にも誓い合いました。「無茶苦茶楽しかった、次は優勝を目指そう」

来年の岐阜大会はeスポーツ競技の採用がなく残念ですが、初めてづくめの参加はとても楽しく、我々の心の灯を熱く燃え上がらせたねんりんピックとなりました。

最後にさまざまなご手配を含め対応いただいた岡山県社会福祉協議会のスタッフの皆様、さらには岡山県eスポーツ連合様に敬意を表し、厚く御礼申し上げます。



次は優勝を目指そうと誓い合ったグランパスナイパーズ。(前列右端)



水泳 背泳ぎ 50m、25m 山口県（選手）

しまだ みちえ

嶋田 美智枝 さん

65 歳

● 参加歴：1 回目

初めてのねんりんピックを満喫

ねんりんピックとっとり大会水泳競技に同チームの女性4人で参加することを決めたのは3月の県予選終了後。コーチからねんりんピックの参加希望があればエントリーしますよと。ほぼ毎日2時間程度プールで顔を合わせ、気心知れている仲間で参加できれば、これは修学旅行以来の楽しい旅行になると確信し、初体験に意気投合した。

山口から鳥取まで6時間のバス移動となるがおしゃべりに花を咲かせ、サービスエリアでのおいしいお弁当。少し眠くなり目が覚めた車窓には雄大な大山が広がっていた。夕方ようやくホテルに到着。県事務局の計らいでホテルにて山口県選手団の交流会が盛大に行われた。水泳チームは事前合同練習で顔を合わせた男性4名とすでに打ち解けており、交流会でさらに親交を深めた。

翌日はあいにくの天気で開催式は縮小されバ

ス移動の日となった。選手も残念だったが、ここまで準備されてきた開催地側の方々の無念さは計り知れないと察した。

水泳競技の会場は米子市。ようやく到着し、代表者会議に参加。主催者や関係者の方々との入念な打ち合わせがあった。県水連の「おもてなし」に感動したのは屋内25mプールに、競技記録に欠かせないタッチパネルが両面にあったこと。連動している大きな電光掲示板をプールの壁上にクレーンでつり上げ設置したとのこと。水泳競技における記録は1/100秒まで重要。本当にありがたかった。選手の動線や室温・水温等の環境整備の配慮も完璧。ソフト面では地元の高校生が選手のレース前後の誘導を笑顔で対応してくれた。応援観戦に来られた近隣の幼児の大きな声援で大会が盛り上がった場面も。大会終了後もボランティアの方々丁寧に見送っていただき、各々の観光または帰路に

着くことができた。選手冥利につきる素晴らしい大会であった。お世話をしていただいた皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。



米子東山体育館に設置された記念パネル前で山口県水泳チームの皆さんと。(前列右から4番目)



米子駅から境港へ鬼太郎列車で観光へ。(左端)



サッカー 山口60雀サッカークラブ（選手）

すえだ てつあき

末田 哲明さん 88歳 ●参加歴：10回目

我が人生の友——サッカー回顧録

私がねんりんピックに関わり始めたきっかけは、1998年に行われたねんりんピックのサッカー交流大会に向けて、60歳以上のチームを作るように言われたことです。地元チームの山口ダックスを中心に、県内の40歳以上のチームにお願いして60歳以上の選手を選抜し、97年に山口60雀サッカークラブを作りました。活動内容は月2回の練習を行い、当時は60歳以上のチームがなかったため、スポーツ少年団、中学生、女子チームを相手に試合を行いました。学生時代からサッカーをやってきた仲間なので、ユニフォームを着ると、非常に若返った気分になり、体が動かなくとも口のほうはよく動き、大声を出して楽しく練習をしています。また、プレイに熱中することによりストレスの解消にもなり、練習後は清々しい気持ちで気分も変わり、明日への活力になっています。

ねんりんピックの実績は、大阪で優勝、愛知・広島・徳島で準優勝、群馬・福岡・静岡・茨城・高知・山口で3位を獲得。現在は60歳以上のチームが6チームあり、交代でねんりんピックに参加しています。若い頃からこの歳までサッカーに携わることができたのは、妻の理解と家

族の協力のおかげで、元気でサッカーを続けられていることに感謝です。“サッカーは我が人生の友である”。

大会当日は朝から雨で開会式が縮小され、会場が変更になり残念でした。雨が激しく降るなか、世話をされる職員やボランティアの高校生も大変だったと思います。私たちのチームのうち3人は、体育館の会議室で行われたサッカー交流大会特別表彰式に出席し、私はこの度、最高齢者賞をいただきました。同じチームの堀池氏、原氏も高齢者の表彰を受けられ、人生最良の一日でした。チームの皆さんに感謝しています。

会議が終わり、全員で宿泊先の岡山県津山市にある津山鶴山ホテルに向かい、次の日から2日間、会場までバスで中国山脈を往復して良い思い出になりました。翌日から天気が回復して、グラウンドでは高校生の方が準備され、ボランティアの皆さんが作られたきなこ餅やお汁をおいしくいただきました。2日目の会場ではえび汁をいただき、試合の結果は1引分け2敗でしたが、対戦相手やボランティアの皆さんと交流ができて大変楽しかったです。

最後に大会事務局の皆様大変お世話になり誠にありがとうございました。



高齢者賞を受賞した堀池知幸さん（右）と原龍雄さん（左）と一緒に。（中央）



試合会場でチームのメンバーと。（前列右から5番目）



グラウンド・ゴルフ 徳島県（選手）

なか や ち か こ

中谷 千賀子 さん 79歳

● 参加歴：2回目

心に残るチームメイトの活躍と他県選手との交流

グラウンド・ゴルフ徳島県チームの選手は、男子3名・女子3名の参加でした。

ねんりんピックとっとり大会の徳島県選手団結団式が徳島グランヴィリオホテルで行われ、徳島県知事より県旗が折野好信団長に授与され、激励の言葉をいただきました。選手を代表して松浦昭雄選手が謝辞を述べ、いざ一同は鳥取に向けてバスで出発しました。

その日の夜は徳島県選手団交流会が開催され、選手間の交流を図るとともに上位を目指す各々の決意を発表するなど、大会に向けて盛り上がりました。

総合開会式当日はあいにくの雨で、式典には参加できずに残念でしたが、20日、21日の2日間は、グラウンド・ゴルフ発祥の地である湯梨浜町の潮風の丘とまりで競技ができるうえ、さらにそれが全国大会であることが一番の喜びで、全国の選手の皆さんとの交流大会を楽しみました。

競技会場は岬コース、アウトコース、インコースがあり、どのコースも難所ありでなかなか難しいものでしたが、ここで報告します。なんと私たち徳島県チームの八田加津子さんが、1ゲーム終えるごとに「ワンできたよ!」「またワンだよ!」「またワンだよ!」と3回もホールインワンが出る絶好調ぶり。その結果、女性の部で準優勝という素晴らしい成績を獲得しました。

また、同じ組で一緒に回られた方が91歳で最高齢者表彰を受けられましたが、まさにプレイの姿、動きなど「生

涯現役」そのものです。見習いたいものです。

他県選手との土産話では「すだち」を準備して徳島県の自慢話を聞いていただき、2日目には、「すだち酎にしたよ!おいしかったよ!」と言っていました。大鳴門橋、渦潮、阿波踊り、祖谷のかずら橋 etc……と徳島談話で盛り上がりました。とても楽しいとっとり大会になりました。

帰りは「グラウンド・ゴルフ発祥の地モニュメント」のあるJR泊駅から帰りましたが、道中、期間中の楽しかったできごとを思い出しながら徳島駅に着いたのでした。本当に一生の思い出になったねんりんピックとっとり大会でした。

お世話いただいたとくしま“あい”ランド推進協議会の皆様をはじめ大会関係者の皆様、ありがとうございます。



グラウンド・ゴルフ発祥の地でプレイを楽しんだ徳島県チーム。
(前列右から2番目)



バウンドテニス ウドンデス讃岐（監督兼選手）

おおにし さなみ

大西 小波さん 67歳 ●参加歴：2回目

このチームだからこそ、分かち合えた感動と喜び

やったね 優勝だよ！

チーム6名で集まり、ハイタッチで喜びを分かち合いました。

バウンドテニスで、ねんりんピックに参加するのは個人戦ではなく、男子ダブルス、女子ダブルス、混合ダブルスの、男3名、女3名、計6名での団体戦になります。とっとり大会参加に向けて、男2名、女4名の普段から同じ体育館で練習をしている仲の良いメンバーで行こうということに決まりました。男性が1名少ない不利なメンバー構成でしたが、団体戦なのでチームワークの良さで決まりました。

大会初日の予選リーグの組み合わせには、どの大会でも上位に入っている強豪チームの名が同じリーグにあり、予選リーグでの厳しさを予感しました。

私たちは、「試合はやってみないと分からない、最後まで諦めずに自分のできる限りの力を

出して頑張ろう！」と声を掛け合い、試合を勝ち進め、なんとか予選リーグを1位で通過することができました。

2日目は順位別による決勝トーナメントです。

同じトーナメントは各予選を1位で通過してきた強豪チームばかりです。この日も私たちはお互いに声を掛け、励まし合い、仲間の応援も力にして、優勝決定戦までなんとか勝ち上がることができました。

優勝トーナメントの頂に立てたことは大変うれしく思いました。6人が一丸となって1試合ずつ戦った大会でした。仲間を応援する、そのパワーが実力以上のものを生み出したのだと思います。

この6人で参加して良かった。

「ねんりんピックはばたけ鳥取2024」——大変思い出に残る大会となりました。



気心の知れた最高のメンバーによる最強のチーム。(右端)



ボウリング よさこい高知（監督兼選手）

たけもと くみこ

竹本 紅美子 さん

66 歳

● 参加歴：2 回目

他県の選手との再会を楽しみに

ねんりんピックは5年前の和歌山大会に初めて参加し、楽しい思い出がありました。それ以降、ボウリング競技は開催されていませんでしたが、とっとり大会で再び開催されることとなり、運良く予選を通過して、初参加の西川さんとともに2回目の参加となりました。

事前に旗手を依頼されていたので、開会式は楽しみと緊張が半々でしたが、その日の鳥取市は大雨で行進などはなくなり、役割を果たすことはできませんでした。体育館で行われた開会式はテニスやボウリングなど限られた競技の選手しか参加できず、いろいろと準備してきた鳥取の方々にとっては残念な雨だったと思います。

初日の宿泊は弓道の方と同室で、自分の知らない弓道のことを教えてもらい、ボウリングの話もすることができました。2日目からの3泊は倉吉市のビジネスホテルで、宮崎県、福井県、京都市のボウリング競技の選手と一緒にしました。夕食と朝食をホテル近くのお店でずっと一緒に食べたので、いろいろな話をして仲良くなりました。試合中も声をかけて励ましあったり、昼食を一緒に食べたりしました。試合で同じボックスで投げた方々とも和やかに話ができ、10年以上前のこうち大会に参加した方もいて話が弾みました。ご高齢の方々はこの大会を楽しみに参加しており、ほかに県内の大会にも出ているそうです。ねんりんピックのボ

ウリング競技は開催県の状況によって開催できないこともあるので、「毎年あったらいいのにね」と話したことでした。

試合では個人戦3ゲームと2人チーム戦6ゲームを頑張ったのですが、入賞には届かず残念でした。でも、年齢が高くなっても楽しく競技ができるのは幸せなことだと実感しました。病気で投げることができなくなっていた方が仲間の励ましでボウリングを再開し、この大会に参加して元気に投げている姿にも感動しました。ストライクが出たときの笑顔は皆さん素敵だし、私のストライクが続いたときに、他県の方が我が事のように喜んでくれたのもとてもうれしかったです。皆さんとは再会を祈ってお別れしました。

試合会場が鳥取砂丘の近くだったので、シャトルバスの待ち時間を利用して鳥取砂丘に行ってきました。短い時間でしたが良い思い出ができました。

同行してくださった社会福祉協議会の皆さんには大変お世話になりました。細やかな心配りがとてもありがたかったです。今後もねんりんピックに多くの方が参加できることを願っています。



チームメイトの西川さんと笑顔のツーショット。(右)



鳥取砂丘の観光も良い思い出に。(左)



eスポーツ 高知家チーム（選手）

ますなが みわ

益永 美和 さん

64 歳

● 参加歴：2 回目

親子2代でねんりんピックに出場

私がねんりんピックを知ったのは、亡き父が1993年の第6回京都大会にテニスで出場したときです。誇らしげで笑顔いっぱいのユニフォーム姿の父を今でもはっきりと覚えています。大会から帰って来てもユニフォームを大切に保管し、楽しい思い出を話していました。

それから30年の歳月が流れ、2023年のえひめ大会で、サイクリングで初出場が叶いました。総合開会式で各県のユニフォーム姿のアクティブシニアを目の当たりにし、言葉にできない高揚感を味わいました。競技地では開催地の手厚いおもてなしのなか、一期一会のサイクリストと風光明媚な約100キロのコースを走破。達成感に包まれました。

その後、2024年2月に高知県立ふくし交流プラザで開催されたeスポーツ体験会に参加。インベーダーゲーム世代の私たちですが、子育て中はコンピュータゲームは「悪」と決めつけ我が子には推奨せず、体験会場で初めて触れるゲーム機に悪戦苦闘。視覚と聴覚から得られる情報をもとにバチを振る「太鼓の達人」では、脳細胞が刺激されているのを実感。

その後、高知県eスポーツ協会から推薦を受け、今回eスポーツ競技の選手として出場することとなりました。大会までの8カ月間は、自宅で課題曲のYouTubeを観ながら新聞を丸めて作ったバチでテーブルを叩く、自宅練習の成果を確認しにゲームセンターで叩く、高知県eスポーツ協会にイベントへ誘っていただき遠征する、など工夫をして練習に励みました。

そして迎えた大会本番。開催地のスタッフ等の手厚いサポートやおもてなしを受けて笑顔と

熱気に包まれるなか、各県の選手が日頃の練習の成果を発揮。勝っても負けても笑顔があふれる会場で幸せな時間を過ごせました。また、会場には多くの報道機関が来ており、ワクワクドキドキしながら試合に臨みました。

同宿した千葉県、富山県、島根県の選手と鳥取県選手団とは、大会後に新たなコミュニティが生まれ、私たちが体感したeスポーツの素晴らしさをもっと多くの同世代に広めようと日々情報交換をしています。eスポーツは年齢や障害の有無に関わらず対等な関係で楽しむことができるツールとして期待されています。ゲームを通じて健康寿命を延ばし、楽しんで人生を終えることを目標に、ねんりんピックでつながった仲間と今後も活動していきます。

最後に天国の父に「ねんりんピックに出場し、いろいろな人と交流して元気に生きてるよ」と伝えたいです。



念願のねんりんピックに夫婦で出場！（左）



ソフトバレーボール E-ファイター（監督兼選手）

さ さ き りゅういちろう
佐々木 竜一郎さん 60歳 ● 参加歴：1回目

祝福の言葉は金メダルとともに一生の思い出

友人から誘われたのをきっかけにソフトバレーを始めて20数年、すでにピークは過ぎ、「健康のため」だけに週1～2回練習して汗を流していました。

今年で還暦を迎え、他チームにいた同級生に「今年からねんりんピックの予選に出られるけど試しに出てみない？」と声をかけたところ、「いいね！」と快諾してくれました。

それから知り合いをあたってメンバーを探し、何とか規定の人数が集まり広島市予選に参加できました。つまり、私たちは別々のチームでソフトバレーをしているいわゆる「寄せ集めチーム」です。普段はそれぞれのチームの練習があり、なかなか揃って練習できない状況で、コンビを合わせることも少ないまま広島市予選に出場しました。

ところが、僅差ではあったものの広島市予選で優勝してしまい、そこからが大変でした。「仕

事が休めない」などの理由で予選メンバーのうち2名がねんりんピック参加を辞退。補充メンバーを探して探して何とか6名が揃い、出場することができました。

ねんりんピック当日、初参加ということもかなり緊張しましたが、他県のチームに比べて平均年齢が若い（笑）我がチームは、予選1位グループ決勝を全勝で飾り、「ブロック優勝」という栄冠を勝ち取ることができました。これも予選を一緒に戦いながら行けなかった2人、急きよの補充要請を快く引き受けてくれた2人のおかげだと思っています。

初めてのねんりんピックでしたが素晴らしい大会でした。他県の方との交流、運営の方々との情報交換、そして、優勝というオマケまでいただき、広島に帰って皆からいただいた「おめでとう」「すごいね」の賛辞の言葉は、金メダルとともに一生の思い出になりました。

アテンドしていただいた広島市のご担当者の方、これだけの大きな大会を準備・運営して下さった多くの方々に心より感謝いたします。ありがとうございました！

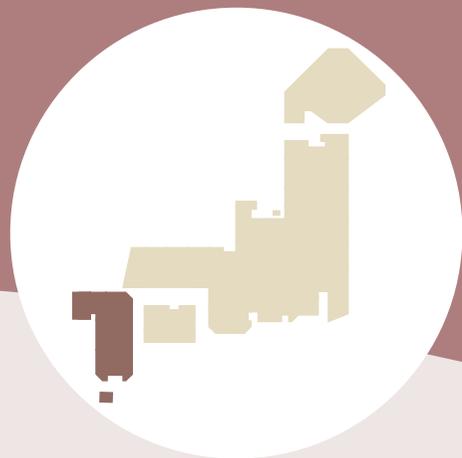


表彰式後に優勝の喜びで沸くチームメイトと。(後列右端)



タイムアウトの円陣もみんな笑顔で。(手前右端)

九州・沖縄



p.74 佐賀県

前田文博さん
ソフトテニス



p.75 長崎県

吉田俊生さん
弓道



p.76 熊本県

坂澤光司さん
剣道



p.77 熊本県

藤崎幸次郎さん
囲碁



p.78 宮崎県

梅崎秀彰さん
将棋



p.79 宮崎県

黒岩正明さん
卓球



p.80 沖縄県

仲尾次嗣明さん／仲尾次節子さん／
尾尻義彦さん／尾尻孝子さん／
岡 潔さん／喜舎場梨枝さん
マラソン





ソフトテニス 佐賀さいこう 2024 (監督兼選手)

まえだ ふみひろ

前田 文博さん 63歳 ●参加歴：1回目

「佐賀さいこう」なチームで再会を約束

「60歳になったら『ねんりんピック』に行くぞ」と密かに目標設定。しかしながら、新型コロナウイルスの影響で2年間の開催中止。「なるべく若いうちに出場したいのに」と気持ちは焦るばかり。その後コロナ禍が落ち着き再開されるも、1回目の挑戦は県予選敗退。翌年の挑戦で、見事出場権獲得となりました。

出場決定から本大会まで約1年。「さあ練習あるのみ」と気分は盛り上がるものの、長年酷使したことによる膝痛勃発。左膝の半月板損傷との診断で手術を勧められましたが、結局は様子を見ながら騙し騙しプレイすることに……。

そしていよいよ本大会。チーム名の「佐賀さいこう」は、「最高」「再興」「さ～行こう」など、いろいろな意味が込められている佐賀県知事のキャッチフレーズを使わせていただきました。

そんな「さいこう」な佐賀県チームですが、今回のメンバーは体調が万全でない選手もあり、あまり期待できないというのが大方の予想。さらに、当日試合会場で周りを見渡すと、どう見ても強豪揃い。「1勝できたらいいな」と感

じたのは私だけではなかったと思います。

ところが、蓋を開けてみるとあれよあれよの快進撃。予選リーグ3戦全勝で1位通過。決勝トーナメントは初戦で敗れたものの、大健闘の佐賀県チームでした。

それから、もう一つの楽しみが米子観光。市循環バスを乗り継ぎ、観光ガイドさんの案内で街中を散策したほか、お目当ての海の幸・ドライカレー・温泉などを満喫。IDカードの特典も利用し、楽しくお得な時間を過ごすことができました。

そんなこんなのねんりんピック初体験でしたが、選手6人全員が以前から親しかった訳ではなく、最初はお互い遠慮がちなところもありました。ただ、4泊5日とともにソフトテニスを楽しみ、観光を楽しみ、お酒を酌み交わすなかで、日に日に一体感が増し、まさに「佐賀さいこう」のチームになれたと思います。解散する際には、「また、このメンバーでチームを組みたいね!」と誓い合っただけでそれぞれ帰途につきました。

末筆ではございますが、多くの時間をかけて準備され、大会運営にご尽力いただいた大会関係者の皆様、本当にお世話になりました。皆さんの温かいおもてなしに感謝感謝です。また機会がありましたらお邪魔させていただきます。「鳥取さいこう!」



佐賀県応援のぼり旗の前でチームメイトと。(右端)



予選2回戦を控え、大会コート前で記念撮影。(左端)



弓道 長崎（監督兼選手）

よしだ としお

吉田 俊生さん 77歳 ●参加歴：8回目

弓友との交流を楽しみに、笑顔の絶えない大会に

ねんりんピックの参加は今回で8回目です。初めての参加は北海道・札幌大会でした。初回から、最終日以降はチームで自由行動をしており、今回も弓道の6人のメンバーで観光を大いに楽しみました。これもねんりんピックに参加する楽しみの一つです。

総合開会式は、残念ながら雨天のため会場が変更となり、観覧席での参加はできませんでした。しかし、競技場に設置された大モニターで体育館での開会式の様子を一部見ることができました。その時間には天候も良くなり、地元各種団体のアピールブースを回ることができました。来年度以降の開催地の広報場所もあり、それぞれ工夫されていました。くじを引いたり、地酒の試飲・試食をしたりと、大いに楽しむことができました。アトラクションメンバーとの記念撮影もできました。

競技会場は米子でした。県立武道館内の弓道場で行われました。まだコロナの影響が少なからずあり、以前の射数からは一手（2射）少ない一人6射でした。去年は予選4射でしたから

少しは回復しています。本来は、1日目に4射、2日目に4射の計8射です。私たち長崎県チームは、全員が本来の実力を出せば予選通過は心配ないと思われたのですが、なかなか思うようにいかず、2日目の2射に期待しました。10射7中以上すれば、おそらく予選通過するだろうと考えていました。1射目は順調でした。皆よく頑張り、5射4中でした。最後の一人1射（計5射）に期待がかけられましたが、あと1中が不足し、19位タイとなりました。

地元の鳥取県Bチームが決勝トーナメントに出場したとき、1回戦で敗れましたが、控室にいた周りの他県の観覧者は自然と鳥取県を応援していました。終了後には、鳥取県の関係者が深々と頭を下げ「ありがとうございました」と笑顔で御礼を述べられ、さわやかな気持ちになりました。

会場では、他県の弓友との交流を楽しみました。さすが弓道人、マナーが良く、譲り合いの気持ちで笑顔の絶えない大会でした。また、地元の保育園の園児が来場し、会場の通路で「頑張って!」としっかり応援してくれて、さらに選手を笑顔にさせていました。地元の人たちの多くのおもてなしもあり、大いに楽しめました。誠にありがとうございました。

このような意義ある大会に参加できたことは、地元長崎県のすこやか長寿財団の皆さんの熱心なお世話のおかげです。また、開催県の鳥取県の皆さんの多くのおもてなしにも心より感謝申し上げます。



気の置けないチームメンバーと記念撮影。(右から2番目)



剣道 熊本県 (監督兼選手)

さかざわ こうし

坂澤 光司 さん 71歳 ●参加歴：1回目

念願のねんりんピック初参加で3位入賞！

61歳で県予選に初めて挑戦し、上位に入ったもののねんりんピック派遣選手に選出されず、その後何回も跳ね返されました。新型コロナウイルスの影響で大会中止も続くなか、初挑戦から10年経ち、今回ついに70歳以上の部で、監督兼選手としての参加が叶いました。

60歳を過ぎてこれほど稽古をしたことはないという日々を、選出された選手の皆さんと一緒に過ごしました。特に選手の一人の大学OBである先生方との練習試合は、本大会につながる貴重なものでした。

結団式では、木村県知事、くまモンほか多くの方々の激励を受けて、いつでも試合に臨めるぞ、という気持ちになり、選手団全体の意識も高まっているように思いました。

10月18日の朝8時前、熊本駅に集合。他競技の選手の方々より出発時刻が早く、剣道競技6名だけの出発でした。熊本さわやか長寿財団の役員の方や添乗員さんに見送られ、全員「行くぞ」の気持ちがみなぎり乗車しました。

岡山駅から特急やくもに乗り換え米子駅に到着したのは午後2時半。改札を出るとボランティア

アの方々には温かくお出迎えしていただき、旅の疲れもどこかへ消えていってしまいました。

19日、いよいよ本番です。会場に漂うピリピリとした緊張感を和ませたのは、子どもたちの歓迎アトラクション、和太鼓の演奏でした。一生懸命に太鼓を打つ姿は爽快なものでした。開始式も終了し、いよいよ試合開始です。

初戦は名古屋市です。12時40分からの試合まで時間があつたので、アップ練習をしました。

名古屋市に勝ち、次の徳島県にも勝つことができ、20日の決勝トーナメントに進むことができました。決勝トーナメント1回戦は地元鳥取県Cチームで、大将だけが男性、あとは女性です。すごく強敵でした。一本勝ち、一本勝ち、の同点でしたが、代表選で何とか勝つことができベスト8へ進出。次の対戦相手は兵庫県で、ここにも1対0で勝ち、準決勝へ進みました。

準決勝の相手は、優勝した鳥取県Aチームです。ついに力尽きてしまいました。しかし、堂々の第3位です。胸を張って熊本へ帰れます。夜は喜びの打ち上げで盛り上がりました。

交流試合翌日の観光もたいへん楽しみでした。

旅慣れている選手の方が計画してくれた米子城跡をみんなで見学し、鳥取県を満喫しました。

喜びを胸に、そして、ボランティアの方々の親切で心温まる対応に感謝し、帰熊しました。

試合会場ではくまモンの胸が大人気に。



優勝チームに惜しくも敗れるも、団体戦で銅メダルを獲得。(右から3番目)





囲碁 シン・白黒くまモン (選手)

ふじ さき こう じ ろう
藤崎 幸次郎さん 69歳 ●参加歴：3回目

夢は囲碁を通じて平和な世界をつくること

熊本県選手団の代表として3回目のねんりんピックに参加することができました。私は足が悪く車椅子を使用しているため選手団バスで参加できず、毎回自家用車で参加しています。今回は4日間で全行程2000kmを走りました。

陸上競技場での総合開会式が雨で会場変更になり、体育館での開催となったのは残念でした。開会式後にホテルのフロントで山形県代表の方にお会いしました。なんと次の日の1回戦の相手で、対局前に同じテーブルにいらっしゃった福井県の代表の方と3人でお話ができ、楽しい時間を過ごせました。初戦は何とか勝つことができ幸先の良いスタートを切れました。

会場には、ボランティアの方がたくさんおられて、これまでで一番心のこもったおもてなしを受けました。たくさん参加賞をいただいたり、対局前に身体をほぐす体操があったり、お弁当には温かい豚汁や柿の葉寿司を振舞われたりと、きめ細やかなサービスをしていただきました。また、ペットボトルのお茶やジュース類も無料でサービスしてくださり、本当にありがたかったです。

初日は運良く2連勝できました。特に2回戦は浜松市代表の全国レベルの強い方と当たり、お互いに50分の持ち時間をほとんど使い切る大熱戦の末、僅差で勝つことができました。心臓はバクバク、汗はたらたら、肩で息をするくらい本当にしんどい対局でした。これまでその方にはほとんど勝つことがなかったので大変うれしかったです。

大会2日目は埼玉県代表の方と当たり、棋譜を取ってもらいました。運良く勝てたその碁は、

埼玉の新聞に掲載されるそうです。4局目は石川県代表の方と当たりましたが、緊張の糸が切れたのか相手の方が強かったのか、あっさり土俵を割り、3勝1敗で大会を終了しました。

今回一緒に参加した熊本県選手団の金森さんと志水さんとは、ご飯もご一緒してお話できて楽しかったです。志水さんは88歳で高齢者賞を受賞されるお年ですが、すごくお元気でいろいろお世話をしてくださり助かりました。

私はいつも、NPO法人熊本子ども囲碁普及会のお手伝いや小学校での囲碁指導、自宅で週5日夜にネット子ども囲碁教室、新聞囲碁欄の解説(月5譜)の執筆等をして囲碁三昧の生活です。夢は、世界中の子どもたちに囲碁の楽しさを伝え、その子どもたちに戦争やいじめのない平和な世の中をつくらせてもらうことです。

次回もまた代表になれることがありましたらぜひ参加したいです。今回お世話になった、熊本さわやか長寿財団や旅行会社の方に厚く御礼申し上げ、私の体験談といたします。



ハードな対局を経て、笑顔のチームメイトとともに。(中央)



将棋 ひなたチーム (選手代表)

うめざき ひであき

梅崎 秀彰さん 69歳 ●参加歴：1回目

知らない世界がそこにあった

ねんりんピックはもう一つの趣味である「ラージボール卓球」で知っていましたが、県代表になるほどの実力もなく、自分には無縁のものと思っていました。数年前、藤井聡太さんの影響もあって、40年遠ざかっていた将棋を再開。将棋勘も少しは戻ってきたかと思いきや、ダメ元で出た県予選で2戦逆転勝ちを含め6勝1敗で優勝し、初参加という不安はありながらもチャレンジすることにしました。

代表3選手の決定後、お一人がご都合がつかずに不参加の打診を受けましたが、団体戦だけでなく個人戦もあるし、今後出られる自信もないので出ることにしました。ただ、「全敗したら」とか「参加することに何とやら」とか、心は揺れ動いていました。大人数の団体行動（50年以上前の学生時代以来）に戸惑いながら初日の宿泊地である姫路に到着。ホテルの会食での他競技の皆さんのスピーチは、後ろ向きになっていた私の心を前向きにしてくれ、大会で頑張ろうという思いになりました。

2日目は開会式。運動公園でさまざまな出店、催し物を楽しみ、お土産をいくつか買い求め、終了後行動をともにしていた宮崎県代表団はそれぞれの戦いの場へ。明日から戦う他県の代

表との呉越同舟のバスは、新首相誕生で沸く八頭町へ向かいました。

2晩目からのホテルの居心地も良く、懐石料理で旅の疲れを癒し、熊本代表の知人と練習将棋を指して大会初日の団体戦へ。最初から一不戦敗確定のなか、東京都、京都市と連敗しましたが、最終戦で一勝を挙げて肩の荷が下りました。翌日の個人戦では9つのブロック別トーナメントで、宮崎県の予選同様、逆転勝ちで4連勝し思いもよらない金メダル、相方も別のブロックで銀メダル。帰宅後、家内は副賞の米2キロを喜んでおりました。

想像以上の開催規模、美しい自然とおいしい食材、返す返す参加して良かったなと思えました。まだ参加していない方々にはぜひ予選参加をお勧めします。今回もそうでしたが、参加資格を得ても棄権される方もいますので。いろいろ教えていただいた参加3回目の相方Mさん、果物や汁物を提供していただいた地元の方々、大会で出会った将棋仲間、そして修学旅行生よろしく手取り足取りお世話をしてくださった社会福祉協議会の皆様のおかげで、古希を控えた私が忘れられない4泊5日を過ごせたことに感謝申し上げます。



初出場で勝ち取った金メダルと表彰状。表彰式を終えて喜びいっぱいの笑顔で。



卓球 マンゴー宮崎（選手）

くろいわ まさあき

黒岩 正明さん 88歳 ●参加歴：8回目

88歳、8回目のねんりんピックに感慨無量！

もともと旅が好きな私は、ねんりんピック参加は「4泊5日の旅」と称して、生涯の生きがいづくりに日頃から卓球の練習に励んでいる。

高校時代より卓球を始め、卒業後、海上自衛隊に入隊。徳島の海上自衛隊ではクラブで活動していた。60歳のときに職場の先輩の勧めで県予選に参加し3位入賞。また、ねんりんピックみやざき大会にも出場し、補助員として総合開会式の県旗入場も務めた。みやざき大会後にラージボール卓球に転向し、現在は妻の介護の傍ら週2～3回のペースで楽しみ、健康づくりに努めている。全国大会に7回出場し（宮崎、徳島、群馬、鹿児島、熊本、栃木、和歌山）、徳島大会では海自時代の懐かしい仲間に出会うことができた。また、テレビ等で参加した地域の映像が流れると当時を思い出し、それが楽しいひとときとなっている。

ねんりんピックとっとり大会の出発の日が近づき、各種の大会資料を手にした。その中の参加者資料（卓球）に三朝温泉散策マップがあり、10月19日～21日までの宿泊先が三朝温泉三朝館と知った瞬間、「よし、やった」ととてもうれしくて、これまでで「最高の所」になると確信した。

卓球交流大会開始式では倉吉市長のあいさつがあり、次に特別表彰、そして最高齢者賞の発表へ。私は壇上で最高齢者賞をいただき、この上ない名誉なこととして感激した。

とっとり大会では県を挙げてのおもてなしが行き届いており、倉吉の卓球会場でも心温まるおもてなしを受けながら、全国からの選手団と倉吉市民の皆様との親睦・交流が十分にできてうれしく思った。

ホテルに帰っても楽しみが多く、一番に三朝館自慢の温泉、特に露天風呂は素晴らしく、ちらほら紅葉が見られ心にしみた。次に風呂上がりの夕食、目に余る料理が並び各県選手団員との会話も盛り上がり、祝杯もすすんで至福のひとつきを過ごせた。朝食も夕食に劣らず、連日のシジミの味噌汁はありがたく心に残った。

今回の大会では、肝心の卓球成績は下位で終わり、団長をはじめ担当役員の方々には、誠に申し訳なくお詫びを申し上げる次第である。

私は、90歳台になっても仲間とともに卓球を楽しみ、チャンスがあればねんりんピックにまだまだ参加したいと考えている。「参加することに意義あり」で旅行を楽しんでいくことが私の生きがいである。



最高齢者賞受賞の喜びを練習仲間と分かち合う。（前列左から3番目）



元気なプレイは日頃の練習のたまもの。（奥左）



マラソン 沖縄県（選手）

多くの方にこの喜びを体験してほしい

なか お じ し め い
仲尾次 嗣明さん（88歳／3km／3回目）

犬と猿の仲だが走ると仲良くなる。妻とともに同じユニフォームを着て、県代表として那覇を出発。妻はスポーツ音痴だったが75歳頃からウォーキングを始め、トランポリンなどで鍛えて走れるようになった。結果は私より速かった。各県とも高齢者スポーツが花盛り。沖縄の高齢者も「ひやみかち（気合を入れる）」てほしい。

なか お じ せ つ こ
仲尾次 節子さん（81歳／3km／1回目）

70歳を過ぎてから健康のために少しずつ走っていたおかげで、初めて参加させてもらいました。他県選手との交流、スポーツの楽しみをたくさん体験しました。ランニングクラブの皆様や沖縄県社会福祉協議会、鳥取の皆様のお心温まるサポートに心から感謝いたします。多くの皆様が大会に参加されると良いかと思えます。

お じ り よ し ひ こ
尾尻 義彦さん（69歳／5km／2回目）

2018年開催のとやま大会に続いて2度目の参加でした。盛大で晴れやかな総合開会式と各種イベントが荒天のため予定通り行えなかったことは残念でした。宿舎にて他県の参加者と交流が持てたことは良い思い出となりました。鳥取県の方々の心温まるおもてなしに感動しました。心から感謝いたします。

お じ り た か こ
尾尻 孝子さん（62歳／5km／1回目）

マラソン競技の宿では他府県の方と楽しく交流ができ、おいしい食事に気持ち良い温泉と、充実した時間を過ごしました。このような機会を一人でも多くの方が体験できることを望んでおります。また、沖縄県と鳥取県の多くのスタッフの皆様には、大変お世話になりありがとうございます。良い思い出ができました。

お か き よ し
岡 潔さん（60歳／10km／1回目）

60歳になったら参加したいと希望していた大会。大雨で開会式に参加できなかったのは残念でしたが、沖縄や他府県の選手たちとの交流もできて、素晴らしい経験となりました。参加競技は悔しい結果でしたが、他選手たちと競い合えたのは良い経験です。今大会に携わったすべての皆さんに感謝申し上げます。

き し ゃ ば り え
喜舎場 梨枝さん（66歳／10km／2回目）

今回参加できたことで、他県のお元気に活躍されている先輩の方々とも交流ができ、70歳、80歳と元気に歳を重ねることが楽しみになりました。こんな機会を与えてくださったねんりんピックに感謝でいっぱいです。



多くの選手との交流の輪が広がった沖縄県チーム。
左から、岡潔さん、喜舎場梨枝さん、仲尾次節子さん、仲尾次嗣明さん、尾尻孝子さん、尾尻義彦さん。



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、地域や世代を超えた参加者の交流の輪が全国に広がっています。

「ねんりんピックはばたけ鳥取 2024」大会情報

令和6年10月19日から22日の4日間、「咲かせよう 砂丘に長寿と笑みの花」をテーマにねんりんピックはばたけ鳥取2024が開催されました。とっとり大会では19市町村で29種目の交流大会が開かれ、全国から集まった約9千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子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。）

<https://www.nenrinpic.com/tottori2024>

■ 最高齢者

| 性別 | 種目 | 所属 | 年齢 |
|----|---------|-----|----|
| 男性 | 弓道 | 鳥取県 | 96 |
| | 民謡 | 鳥取県 | 96 |
| | 健康マーじゃん | 石川県 | 96 |
| 女性 | 囲碁 | 京都市 | 97 |

開催種目・平均年齢

| 種目 | 開催市町村 | 参加チーム数 | 参加者数 (選手・監督) | 平均年齢 |
|--------------|---------------------|--------|-----------------|------|
| 卓球 | 倉吉市 | 69 | 456 | 71.0 |
| テニス | 鳥取市 | 64 | 393 | 68.4 |
| ソフトテニス | 米子市、北栄町、 日野町 | 57 | 354 | 68.2 |
| ソフトボール | 米子市、琴浦町、 大山町、南部町 | 64 | 908 | 67.6 |
| ゲートボール | 鳥取市 | 113 | 632 | 78.5 |
| ペタンク | 三朝町 | 63 | 215 | 76.1 |
| ゴルフ | 伯耆町 | 59 | 174 | 70.6 |
| マラソン | 岩美町 | — | 229 | 69.3 |
| 弓道 | 米子市 | 66 | 423 | 70.9 |
| 剣道 | 米子市 | 67 | 376 | 67.4 |
| ローイング | 米子市 | 20 | 123 | 69.3 |
| 水泳 | 米子市 | — | 307 | 71.2 |
| グラウンド・ゴルフ | 湯梨浜町 | — | 374 | 79.2 |
| ボウリング | 鳥取市 | 46 | 95 | 70.8 |
| サッカー | 鳥取市 | 64 | 1,117 | 64.8 |
| ソフトバレーボール | 境港市 | 64 | 452 | 67.0 |
| ウォークラリー | 倉吉市 | 43 | 215 | 74.5 |
| 太極拳 | 鳥取市 | 52 | 364 | 72.0 |
| ターゲット・バードゴルフ | 日吉津村 | 26 | 92 | 77.1 |
| バウンドテニス | 江府町 | 24 | 152 | 70.9 |
| ダンススポーツ | 米子市 | 48 | 381 | 71.3 |
| サイクリング | 大山町 | — | 83 | 67.0 |
| バウンスボール | 倉吉市 | 27 | 111 | 70.4 |
| 囲碁 | 智頭町 | 56 | 160 | 75.5 |
| 将棋 | 八頭町 | 61 | 179 | 72.0 |
| 民謡 | 日南町 | — | 33 | 76.2 |
| 健康マーじゃん | 若桜町 | 69 | 272 | 75.5 |
| eスポーツ | 境港市 | 33 | 98 | 70.3 |

※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。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。選手派遣団体の一覧は、当センターホームページ（<https://nenrin.or.jp/ikigai/nenrin/about.html>）をご参照ください。

■ 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37回（令和7年度） | 岐阜県 |
| 第38回（令和8年度） | 埼玉県 |
| 第39回（令和10年度） | 東京都 |

ねんりんピックはばたけ鳥取2024

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 2025年3月10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。



あおや かみじろう



一般財団法人 長寿社会開発センター