



## 水泳の魅力とは

長井水泳連盟

普及委員長 鈴木博之

## ○データが伝える水泳の魅力

小学生の人気スポーツランキングで第一位は何だと思えますか。おわかりですね。水泳が他のスポーツに大差を付けて第一位です。水泳を習っている子が多いことや夏休みにプールで泳ぐことが楽しいなどの理由からだそうです。また、憧れのスポーツ選手ランキングでは、水泳の池江璃花子選手が第三位でした。「病気に打ち勝ち努力しているところ」が理由でした。納得できる結果ですね。では、保護者が習わせたいスポーツは何でしょうか。調べてみるとやはり水泳が一位でした。「水に慣れさせたい」「泳げるようにさせたい」「体が丈夫になるように」との願いからのようです。

## ○スポーツとしての魅力

今の子どもたちの置かれている環境は、ゲームや動画など魅力あるものがたくさんあります。そうした環境の中でも水泳(スイミング)に気持ちに向くモチベーションは何でしょうか。私の頃も今の子供たちも「夏の暑い日に冷たいプールに入るのが気持ちいい」「水の中で浮く感覚が楽しい」「プールに行けば友達に会える」「記録が速くなった」「大会で一位になった」「褒められて嬉しい」などが挙げられると思います。水泳の特性に十分ふれること、目標に向けて練習し達成感を味わうこと、頑張りを褒めてもらえることが魅力になっています。私たち大人がこうした環境を整えることで、水泳が楽しいと思える子どもたちがさらに増えると思います。

今年度は新カリキュラムに基づき指導の充実を図っていきます。「できたよ」と満足そうに教える子どもがさらに増えることを期待しています。

## ○生涯スポーツとしての魅力

運動をすると気分が爽快になるだけでなく、集中力や記憶力、創造性、ストレスに対する抵抗力が高まることを脳のメカニズムから解説している「運動脳」という本を読みました。運動の中でも有酸素運動が効果的だそうです。正に水泳は有酸素運動です。また、水に浮いての運動なので膝に負担がかかりません。やはり水泳はお勧めです。成人コースの会員のみなさんが増えることを期待しています。

## ○結びに

小学校のプール開きが六月中旬頃に行われ、六月下旬の天気の良い日から水泳授業が始まります。水しぶきをあげて喜ぶ子どもたちの歓声がプールに響き渡ります。子どもたちは水泳が大好きです。水泳を通して心身共にたくましく成長して欲しいと思います。

出典 「進研ゼミ小学講座2021年夏休

みに関する小学生の意識調査」

「厚生労働省第九回「二十一世紀

出生児縦断調査」

「運動脳」アンデシユ・ハンセン

(サンマーク出版)



## ～ 観覧エリアについて ～

今年度も、学習プラザがワクチン接種会場の為、施設管理上、観覧エリアは当面のあいだ使用不可となります。使用可能となった際は、スイミングより『会報水しぶき』内でお知らせ致します。誠に恐れ入りますが、ご理解の程、宜しくお願い申し上げます。



# 2023年度 第1期 ランキング

17級～20級 100m個人メドレー					21級以上 100m個人メドレー					14級～15級 50m自由形										
順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム	順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム	順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム
1	鈴木 柚人	東根小	小5	C5	20	2:21.5	1	樋口向日葵	豊田小	小6	C6	29	1:30.7	1	片倉 史翔	平野小	小4	C5	14	56.4
2	本間 惺大	長井小	小5	D5E5	20	2:27.1	2	高橋 一平	西根小	小6	E5	27	1:33.1	2	新野 登唯	東根小	小4	A5	15	57.8
3	茂木 愛琉	荒砥小	小6	A5	20	2:27.4	3	町田 姫果	平野小	小6	C6	29	1:34.0	3	新野 悠太	東根小	小6	A5	14	59.1
4	横山 憲都	西根小	小5	E5	20	2:28.6	4	古川 結亜	豊田小	小6	B5D5	27	1:37.9	4	佐藤 遥空	長井小	小3	D5	14	59.9
5	北原 大地	豊田小	小5	E5	20	2:30.4	5	町田 夢果	平野小	小5	C6	27	1:40.8	5	那須 碧音	大塚小	小5	E5	15	1:02.1
6	奥山 琉俄	長井小	小5	A5	20	2:36.0	6	石井 權	添川小	小5	B5	24	1:44.4	6	勝見 珠梨	西根小	小5	C5	14	1:02.5
7	小嶋 心結	長井小	小5	B5	20	2:36.6	7	堀江 笑永	第二小	小6	E5	24	1:44.8	6	新野 恒太	東根小	小6	A5	14	1:02.5
8	関 蒼大	蚕桑小	小5	C5	19	2:36.9	8	佐藤 統真	蚕桑小	小6	C6	24	1:48.9	8	梅津 小春	豊田小	小2	D5	14	1:04.5
9	田林 杏璃	第一小	小5	D5	20	2:37.5	9	和久井麻央	豊田小	小6	A6	26	1:50.0	9	岡部 葵	蚕桑小	小3	E5	14	1:04.8
10	山口 姫奈	第一小	小3	B5	19	2:38.2	10	山川夏惟人	荒砥小	小5	E5	24	1:51.5	10	安部 陸仁	小松小	小4	A5	14	1:06.2
11	樋口 果子	第二小	小5	B5	20	2:39.5	11	高石 朔玖	長井小	小6	E5	24	1:52.6	11	樋口 慶悟	長井小	小5	E5	15	1:08.2
12	新野 飛粋	東根小	小4	C5	20	2:39.8	12	遠藤 颯	添川小	小6	A6	23	1:53.3	12	三澤 叶侑	第一小	小3	A5	15	1:08.3
13	渡部 叶愛	第一小	小5	D5	20	2:40.0	13	高橋 心佳	東根小	小6	C6	24	1:54.4	12	大滝 翔生	長井小	小4	B5	15	1:08.3
14	長谷部湊大	致芳小	小4	A5	18	2:40.4	14	須藤 芯萌	平野小	小5	D5	24	1:55.3	14	高橋 蓮	中郡小	小5	E5	15	1:08.8
15	山川 怜桜	長井小	小4	E5	20	2:40.5	15	片倉 瑞希	平野小	小6	C6	24	1:55.9	15	井上 陽斗	第二小	小5	D5	14	1:09.0

16級～20級 50m自由形					16級～20級 50m背泳ぎ					16級～20級 50mバタフライ										
順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム	順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム	順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム
1	本間 惺大	長井小	小5	D5E5	20	52.9	1	佐藤 璃空	長井小	小5	D5	19	1:03.1	1	茂木 愛琉	荒砥小	小6	A5	20	1:13.2
2	横山 憲都	西根小	小5	E5	20	54.4	2	北原 希桜	長井小	小5	D5	19	1:07.5	2	長谷部湊大	致芳小	小4	A5	18	1:14.5
3	鈴木 柚人	東根小	小5	C5	20	55.1	3	永岡 優月	致芳小	小5	A5	18	1:09.4	3	本間 惺大	長井小	小5	D5	20	1:15.2
4	茂木 愛琉	荒砥小	小6	A5	20	55.2	4	佐藤倫太郎	西根小	小5	C5	20	1:11.1	4	樋口 果子	第二小	小5	B5	20	1:15.4
5	小嶋 心結	長井小	小5	B5	20	55.3	5	井上 優里	長井小	小5	B5	16	1:11.8	5	安仲 歩	添川小	小3	D5	17	1:18.6
6	山口 姫奈	第一小	小3	B5	19	57.6	6	金子 颯佑	西根小	小3	E5	18	1:11.9	6	山口 姫奈	第一小	小3	B5	19	1:19.6
7	山川 怜桜	長井小	小4	E5	20	58.3	7	我妻 聖都	長井小	小6	E5	17	1:12.5	6	奥山 琉俄	長井小	小5	A5	20	1:19.6
8	北原 大地	豊田小	小5	E5	20	59.0	8	渡部 叶愛	第一小	小5	D5	20	1:13.6	8	森本 凪咲	平野小	小6	B5	18	1:21.6
9	佐藤倫太郎	西根小	小5	C5	20	59.2	9	佐藤 芽依	大塚小	小5	E5	16	1:14.9	9	関 蒼大	蚕桑小	小5	C5	19	1:22.9
10	鈴木 大河	長井小	小5	E5	17	59.6	10	樋口 都愛	長井小	小5	C5	16	1:15.5	10	鈴木 大河	長井小	小5	E5	17	1:31.1

16～20級 50m平泳ぎ					21級以上 50m自由形					21級以上 50m背泳ぎ										
順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム	順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム	順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム
1	深澤 颯介	平野小	小6	C5	20	1:07.0	1	樋口向日葵	豊田小	小6	C6	29	40.8	1	町田 姫果	平野小	小6	C6	29	44.9
2	佐藤 璃空	長井小	小5	D5	19	1:17.8	2	町田 夢果	平野小	小5	C6	27	41.5	2	町田 夢果	平野小	小5	C6	27	47.9
3	丸森 心陽	豊田小	小5	D5	18	1:18.4	3	和久井麻央	豊田小	小6	A6	26	41.7	3	古川 結亜	豊田小	小6	B5D5	27	48.4
4	横山 憲都	西根小	小5	E5	20	1:19.0	4	石井 權	添川小	小5	B5	24	42.2	4	片倉 華	平野小	小5	C6	23	56.2
5	関 蒼大	蚕桑小	小5	C5	19	1:19.3	5	佐藤 琳香	鮎貝小	小5	A6	24	43.1	5	横山 空羽	鮎貝小	小6	A6	24	56.7
6	奥山 夢莉	長井小	小3	A5	18	1:19.8	6	高石 朔玖	長井小	小6	E5	24	44.3	6	片倉 瑞希	平野小	小6	C6	24	59.3
7	菊地 陽蘭	第二小	小5	D5	17	1:20.9	7	古川 結亜	豊田小	小6	B5D5	27	44.4	7	高橋 優心	西根小	小6	C6	24	1:00.1
8	森本 凪咲	平野小	小6	B5	18	1:22.1	8	佐藤 脩介	西根小	小6	C6	24	44.9	8	平 依那美	致芳小	小5	B5	22	1:00.4
9	高橋 瑠璃	西根小	小6	E5	19	1:23.0	9	三澤 夢	第一小	小5	A5	23	45.2	9	松山 結衣	豊田小	小4	E5	22	1:01.0
10	本間 惺大	長井小	小5	E5	20	1:23.1	10	渡辺 桜介	長井小	小6	E5	23	45.3	10	長岡 龍生	第一小	小5	D5	21	1:02.0

21級以上 50mバタフライ					21級以上 50m平泳ぎ								
順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム	順位	氏名	学校	学年	コース	級	タイム
1	町田 姫果	平野小	小6	C6	29	41.3	1	樋口向日葵	豊田小	小6	C6	29	45.1
2	古川 結亜	豊田小	小6	B5D5	27	49.8	2	古川 結亜	豊田小	小6	B5D5	27	51.5
3	山川夏惟人	荒砥小	小5	E5	24	54.1	3	片倉 瑞希	平野小	小6	C6	24	54.1
4	三澤 夢	第一小	小5	A5	23	55.5	4	石井 權	添川小	小5	B5	24	55.0
5	寒河江莉子	豊田小	小6	D5	22	1:00.0	5	高石 朔玖	長井小	小6	E5	24	56.2
6	高橋すみれ	致芳小	小5	A5	23	1:02.4	6	佐藤 琳香	鮎貝小	小5	A6	24	56.5
7	熊坂歩乃嘉	鮎貝小	小5	A5	21	1:02.5	7	堀江 笑永	第二小	小6	E5	24	57.7
8	長岡 龍生	第一小	小5	D5	21	1:04.2	8	和久井麻央	豊田小	小6	A6	26	57.9
9	高橋 陽向	添川小	小5	A5	21	1:10.4	8	佐藤 脩介	西根小	小6	C6	24	57.9
10	遠藤 颯	添川小	小6	A6	23	1:17.0	10	片倉 華	平野小	小5	C6	23	58.5
							10	遠藤愛珠香	西根小	小4	C6	23	58.5



# 第6回 水しぶき杯 記録結果

期日 R5. 5. 14

氏名	性別	学年	コース	級	距離	種目	タイム	順位
吉田 葉	女	小4	E5	15級	25	自由形	32秒3	1位
					25	背泳ぎ	31秒0	1位
樋口 都愛	女	小5	C5	16級	25	背泳ぎ	31秒3	1位
佐原 舞珂	女	小4	E5	21級	50	自由形	1分00秒3	1位
					100	個人メドレー	2分22秒8	1位
三澤 夢	女	小5	A5	23級	50	自由形	46秒2	1位
			CJ		100	個人メドレー	1分57秒4	1位
高橋 すみれ	女	小5	A5	23級	50	自由形	47秒8	2位
			CJ		100	個人メドレー	2分1秒4	2位
船山 結衣	女	小4	D5E5	22級	50	背泳ぎ	1分05秒6	1位
					100	個人メドレー	2分23秒5	2位
遠藤 愛珠香	女	小4	C6	24級	50	平泳ぎ	1分01秒0	1位
遠藤 駿太	男	小6	C6	24級	50	平泳ぎ	59秒1	1位
成田 大悟	男	小5	E5	22級	50	バタフライ	1分09秒4	1位
					CJ	100	個人メドレー	2分17秒0
五雲寺 航	男	小3	D5	15級	25	自由形	40秒0	1位
川部 太輔	男	小4	E5	16級	25	自由形	25秒1	1位
					50	自由形	1分05秒3	1位
笠原 明希	男	小3	B5	12級	25	背泳ぎ	37秒6	1位
					50	自由形	1分2秒3	1位
石井 權	男	小5	B5	24級	50	自由形	40秒8	1位
			CJ		100	個人メドレー	1分44秒4	1位
樋口 慶悟	男	小5	E5	15級	25	自由形	25秒8	1位



## 2023年度 内陸地区BC級水泳記録会

期日 2023年4月16日(日)

会場 長井市置賜生涯学習プラザプール(短水路)

氏名	学校名	学年	区分	距離	種目	タイム	順位
成田 大悟	平野小	5年	B	50	背泳ぎ	1分01秒76	4位
				50	自由形	54秒65	9位
石井 權	添川小	5年	B	50	自由形	41秒61	6位
				200	個メ	3分19秒52	2位
高橋 一平	西根小	6年	C	50	自由形	34秒53	2位
				200	個メ	3分28秒50	6位
勝見 璃人	長北中	1年	D	200	個メ	3分27秒24	5位
				50	自由形	38秒04	1位
村上 慶	長北中	1年	D	200	個メ	3分28秒50	6位
				50	自由形	34秒53	2位
遠藤 綾大	長南中	2年	E	50	バタフライ	1分17秒52	1位
				100	バタフライ	1分17秒52	1位
小笠原 慎	長南中	2年	E	50	自由形	31秒57	1位
				100	自由形	1分11秒56	3位
鈴木 朔士	長南中	3年	F	50	背泳ぎ	36秒73	1位
				100	背泳ぎ	1分21秒86	3位
禅 哲徳	南陽高	3年	F	50	自由形	30秒65	3位
				100	自由形	1分07秒64	6位
佐原 舞珂	飯豊二小	4年	A	50	背泳ぎ	1分09秒71	5位
				50	自由形	59秒00	7位
古川 結亜	豊田小	6年	C	50	平泳ぎ	50秒99	2位
村上 心花	長北中	3年	F	50	平泳ぎ	44秒53	1位
				100	平泳ぎ	1分36秒57	1位

年齢区分 A→9歳以下 B→10歳 C→11歳  
D→12歳 E→13歳 F→14歳以上

## 2023年度 置賜地区高校水泳大会

期日 2023年5月28日(日)

会場 長井市置賜生涯学習プラザプール(短水路)

氏名	学校名	学年	距離	種目	タイム	順位
横山 叶多	長井高	1年	100	平泳ぎ	1分37秒37	6位
			200	個メ	3分13秒47	5位
村上 優	長井高	2年	50	自由形	27秒10	2位
			200	自由形	2分12秒51	2位
古名 逞真	九里高	2年	100	バタフライ	1分01秒77	1位
			400	個メ	5分04秒97	2位
外山 颯寛	長井工	3年	50	自由形	28秒43	4位
			200	個メ	2分38秒34	4位
禅 哲徳	南陽高	3年	50	自由形	30秒15	6位
			100	自由形	1分06秒39	4位
石山 恭	長井高	3年	100	平泳ぎ	1分11秒04	1位
			200	平泳ぎ	2分42秒54	3位
伊藤 樺音	九里高	3年	100	背泳ぎ	1分16秒25	1位
			200	自由形	2分26秒54	1位
井上 凜	九里高	3年	100	バタフライ	1分13秒27	1位
			200	バタフライ	2分42秒54	1位
鈴木 佑実	南陽高	3年	100	平泳ぎ	1分27秒78	1位
			200	平泳ぎ	3分07秒48	1位

## 2023年度第1回内陸地区BC級水泳記録会

期日 2023年5月28日(日)

会場 山形市総合スポーツセンター室内プール(短水路)

氏名	学校名	学年	区分	距離	種目	タイム	順位
村上 慶	長北中	1年	D	50	背泳ぎ	44秒02	3位
				50	自由形	36秒47	7位
村上 心花	長北中	3年	F	100	平泳ぎ	1分35秒42	1位
井上 綾	長南中	3年	F	50	自由形	34秒65	2位
				100	自由形	1分16秒75	2位

年齢区分 A→9歳以下 B→10歳 C→11歳  
D→12歳 E→13歳 F→14歳以上

### 編集後記

印刷機新しくなりました！どんな感じに印刷できるかな！？(の)

## 6月・7月の行事予定

日	曜	行事予定	日	曜	行事予定
1	木		1	土	
2	金		2	日	
3	土		3	月	
4	日		4	火	
5	月		5	水	休館日
6	火		6	木	
7	水	休館日	7	金	
8	木		8	土	
9	金		9	日	
10	土		10	月	
11	日		11	火	
12	月		12	水	休館日
13	火		13	木	
14	水	休館日	14	金	進級テスト
15	木		15	土	進級テスト
16	金		16	日	
17	土		17	月	祝日水泳教室 進級テスト
18	日	地区中学校水泳大会	18	火	進級テスト
19	月		19	水	休館日
20	火		20	木	進級テスト
21	水	休館日	21	金	水泳教室休み
22	木		22	土	水泳教室休み
23	金		23	日	
24	土		24	月	水泳教室休み
25	日		25	火	水泳教室休み
26	月		26	水	休館日
27	火		27	木	水泳教室休み
28	水	休館日	28	金	水泳教室休み
29	木		29	土	水泳教室休み
30	金		30	日	
			31	月	第3期水泳教室開始

## 事務局からのお知らせ

お電話だけでは受け付けできませんので直接窓口へおこし下さい。

- 6月(6月1日～6月30日)の受け付けについて  
退会届 2023年7月31日退会  
休会届 2023年7月1日～7月31日休会(最長3ヶ月まで)
- 7月(7月1日～7月31日)の受け付けについて  
退会届 2023年8月31日退会  
休会届 2023年8月1日～8月31日休会(最長3ヶ月まで)  
口座振替日は6月20日(7月分)・7月20日(8月分)です。

### 各種手続き・お問い合わせについて

入会・休会・退会等の各種手続き、スクールに関する問い合わせ等については、下記の時間帯にお願いします。

- 通常のスクール期間  
月曜日～金曜日 10時00分～18時00分  
土曜日 10時00分～17時30分
- 期末のスクール休み期間  
5月・7月・11月・1月末 10時00分～17時00分  
9月・3月末4月始め 10時00分～15時00分
- ※ 水曜日・日曜日は受付休業日です

### 4月号水しぶきクイズ当選者

4月号水しぶきクイズ 答え ①うめぼし ②ちりとり ③月(つき)  
④しんごうきでした! かんたんだったかな☆ また参加してね!!

A4 コース 小口 千陽くん	A5 コース 船山 澄春くん
B4 コース 今野 駿介くん	C5 コース 平井 芽依さん
C6 コース 片倉 華さん	D4 コース 小林 実千花さん
D5 コース 菊地 陽蘭さん	E4 コース 金田 一晟くん
E4 コース 青木 空くん	E5①コース 高石 彩央さん