



スポ・レクひたち

第80号
(令和4年10月 発行)

【発行・編集】
公益財団法人 日立市スポーツ協会 広報委員会
〒316-0034 日立市東成沢町2-15-1

TEL 36-6661 FAX 36-6663
ホームページ <https://www.hasa.or.jp/>
Eメール hasa@hasa.or.jp

公益財団法人日立市スポーツ協会設立 30周年記念

からスポフェスタ 2022

10月9日 日

9:00~15:30 (開場 8:30)

「日立市子どもまつり」、「百年塾フェスタ」と合同開催

キッチンカー

おいしい料理でおなかいっぱい!



■体験コーナー■

IGAFUKI
ROBOTS

バスケットボール

シューティングマシン
molten

フィジカル測定
S-CADE



トランポリン



体カテスト



バンポン

■体験コーナー■



ストラックアウト



ラグビー体験



クライミング



スラックライン

ほかにも、様々なスポーツが体験できます!

ダンスステージ



時間	出演者
10:00	DELICIOUS☆(チアダンス)
10:30	茨大大道芸スウェット組合
11:00	アリーナ★ダンス教室
11:30	ZUMBA & ZUMBA KIDS
12:00	明秀学園 Blue Fairies
13:00	Studio Drops
14:00	プメハナ・フラ・スタジオ

ミズノコーナー



ヘキサスロン

からスポフェスタ 会場レイアウト

2022



【ご来場の皆様へ】

- ◎ご来場の際は、受付を必ず通過し、検温を行いリストバンドを装着してから入場してください。
- ◎抽選券付きパンフレットは、当日午前8時30分から受付テントで配布します。抽選券は、午前11時から午後2時の間でアリーナ前の投票所に投票してください。
- ◎当日は、屋内シューズ、運動のできる服装、飲み物を持参してください。
- ◎食事は、陸上競技場2階観客席のみ可能です。イベント当日の食べ歩きはご遠慮ください。
- ◎ご来場の際は、マスクを着用してください。体調のすぐれない方は、ご来場をご遠慮ください。

【注意事項】

- ◎市民運動公園及びランニングコースは当日早朝から午後4時頃まで一部利用を制限いたします。※イベント会場は、リストバンドを装着した方のみが入場することが可能です。
- ご迷惑をおかけいたしますがご理解とご協力をお願いいたします。



《駐車場のご案内》

車でお越しの際は下記4か所の駐車場をご利用ください。
 駐車場台数：約1,000台（係員の誘導に従ってください。）



大抽選会

- ・地場産品
 - ・豪華賞品
- 多数あります!!

15:00 ~
 メインアリーナにお越しください!

態度決定確認用QRコード

当日、午前6時に態度決定をします。
 雨天時はさくらアリーナ内で実施できるプログラムに変更いたします。





久慈サンピア日立スポーツセンター 通年型スポーツ教室会員募集!

ースポーツの秋、楽しく体を動かしましょうー

6月から久慈サンピア日立スポーツセンターで新たに4つのスポーツ教室がスタートしました。まだ入会できるクラスもあります。参加を希望される場合は、日立市スポーツ協会（35-0767）までお問い合わせください。

教室名	日時	講師	入会状況
タオルピクス &リンパマッサージ	水曜日 13:30～14:45	高橋美紀子	入会可
ヨガ 	水曜日 19:00～20:15	庄司 玲子	定員のため キャンセル 待ちです
ズンバ&ビューティ ストレッチ	木曜日 19:30～20:45	YUKO	
ヨガ 	金曜日 10:00～11:15	南原亜佐子	入会可

会場・会費


会場：久慈サンピア日立スポーツセンター フィットネスルーム
(所在地：日立市みなと町6-1)

会費：1教室2,000円/月 ※1教室追加につき1,000円増



会瀬スポーツ広場(仮称)の整備に向けた クラウドファンディングの募集!

現在、日立市では、6つ目となるスポーツ広場の整備を会瀬町(現：日立製作所会瀬グラウンド)で進めています。このスポーツ広場は、「ラグビーワールドカップ2019」の盛り上がりによって、ラグビー人口が増え、多くの皆様から要望をいただいたことに加え、国の補助金を活用することで「ラグビー競技を実施できるスポーツ施設」として整備が実現したものです。日立市では、県内で唯一、小学生から大学、トップチームまでの各カテゴリーでラグビーチームが活動しています！ラグビーするなら日立市へ！日立市から世界に羽ばたくラグビー選手を育てよう！そして、ラグビーで街を元気にしましょう！

詳細は「 ふるなびクラウドファンディング」
特設サイトをご覧ください

<https://fcf.furunavi.jp/Project/Detail?projectid=261>



■ おうちでできる簡単エクササイズ



ニーアップツイスト

◆鍛える部位：腹筋・太もも

◆回数の目安：左右10回×2～3セット



今回は身体を支えている**腹筋のトレーニング**です。
鍛えることによって**姿勢が良くなる、くびれができる**
といった効果が期待できます!



ワンポイント!!

- ①姿勢を正して座り、手を頭の後ろで組む。
- ②左ひざを持ち上げ、そこに身体をひねって右ひじを近づける。
- ③元の姿勢に戻り、今度は反対に右ひざと左ひじを近づける。
- ④左右交互に繰り返す。

- ◎身体をひねる時に呼吸を止めずに息を吐きましょう。
- ◎スタートはしっかり背筋を伸ばし身体をひねる時は背中を丸めます。
- ◎ひじとひざはつかなくてもOK!腹筋に力が入っていることが大切です。

池の川さくらアリーナにて『ミズノスポーツ教室』を開催中!!
市民の皆さまの健康をサポートしています。



↑詳しくはこちら↑



Report イベント報告

【3年ぶりに開催】 第43回日立市パンポン大会

5月28日(土)に池の川さくらアリーナにおいてパンポン大会が開催されました。

3年ぶりの開催となった本大会は、11種目に分かれて午前の部に個人戦(シングルス・ダブルス)、午後の部に団体戦を行い、延べ395名の選手が参加いたしました。

参加されたみなさまに、久しぶりに開催されたパンポン大会を存分に楽しんでいただきました。

昨年で誕生から100年を迎えたパンポンは、取材やテレビ放送など、日本中から注目されております!

市民運動公園に屋外パンポンコートが設置されていますので、ぜひ遊んでみましょう!



■ 各部門の優勝者 ■

部門	氏名	所属
小学生シングルス	相馬 友翔	大久保小学校
一般男子シングルス A	平口 貴士	日立パワー
一般男子シングルス B	落合 孝行	日立ハイテク
一般男子シングルス C	田宮 祐介	日立JCH
シニア男子シングルス	立原 増美	みなとwaiwaiクラブ
シニア女子シングルス	横須賀和子	みなとwaiwaiクラブ
一般女子シングルス A	奥村 遥	MBSJ
一般女子シングルス B	小峰 秀美	日立GLS
男子ダブルス	笹本 諭 藤田 彰英	HITES キグチテクニクス
混合ダブルス	加藤 康広 小原木麻美	日立ドキュメント
団体戦の部	チーム ヘッポコ。(日立パワー) 手塚 和紀・平口 貴士・長山 隆浩 坪 健一・渡邊久美子	



パンポン誕生100周年
記念動画はこちら



■第93回 都市対抗野球大会 日立市代表 日立製作所野球部が出場

社会人野球の頂点を決める第93回都市対抗野球大会が7月18日から東京ドームで開催され、日立製作所野球部は、日立市代表として出場(4年連続40回目)し、悲願の「黒獅子旗」獲得を目指して熱戦を繰り広げました。

大会第4日の21日、日立製作所(日立市)は1回戦で日本新薬(京都市)と対戦し、安定感抜群の左腕、岡直人選手が先発。しかし、大一番の緊張感のせいか立ち上がりが乱れ、2死から死球で走者を許すと、連続長短打を浴びて2失点。4年目にして初めて東京ドームでの失点となりました。追いかける展開となった4回裏、2本の2塁打で同点に追いつき試合を振り出しに戻しましたが、再び逆転を許す苦しい展開となりました。

しかしその裏の6回、大塚選手が「まだまだこれから!」と言わんばかりの気迫のこもったホームランを放ち、応援スタンドのムードも一気に盛り上がりましたが追加点を得ることができず惜しくも初戦敗退となり、スタンドを埋めたオレンジの大応援団は精いっぱいねぎらいの拍手を送りました。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	計	
京都市	2	0	0	0	3	0	0	0	0	5	B S
日立市	0	0	0	2	0	1	0	0	0	3	O



明秀学園日立高等学校野球部が甲子園で活躍！！

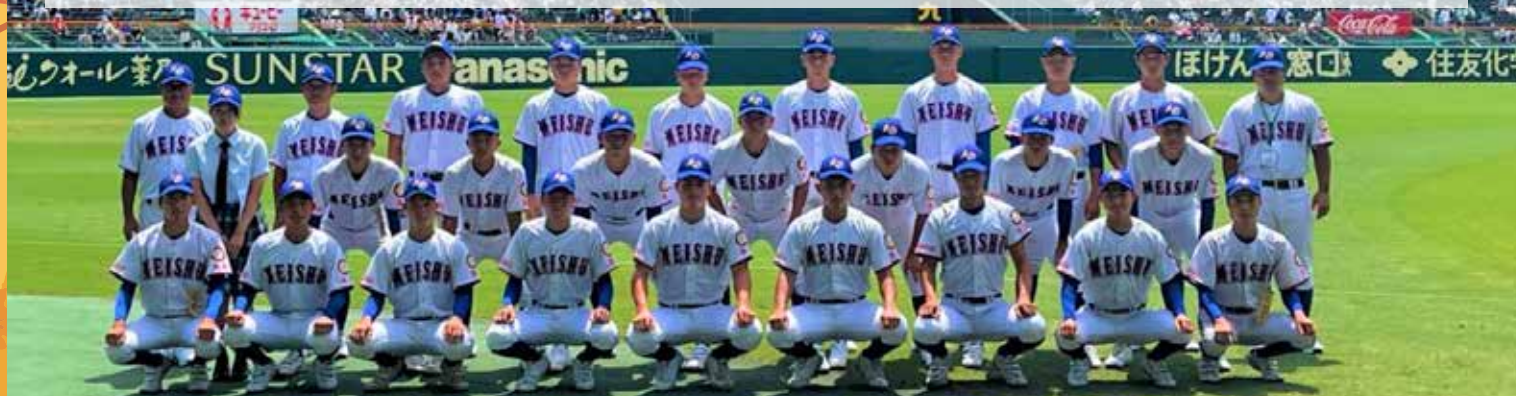
日立市民の皆様、県北地域の皆様へ。この度は、私たち明秀日立高校野球部に多くの応援をいただきありがとうございました。春の大会に続き、夏の今大会出場にあたり、クラウドファンディングでの支援をはじめ、地域の皆様のサポートと応援があったからこそ、私たちは精一杯のプレーをすることができました。地域の方々への感謝の気持ちでいっぱいです。私たち3年生はこの大会で引退しますが、また、「日立市」の名を全国の舞台上に掲げられるよう、後輩たちも努力しております。これからも応援を宜しくお願いします。



【第104回全国高等学校野球選手権大会 戦績】

明秀学園日立高等学校野球部 主将 石川ケニー

2回戦 R4. 8. 10 明秀日立2-1鹿児島実業 / 3回戦 R4. 8. 15 明秀日立4-5仙台育英



水樹奈々 ライブツアー開催！！

『NANA MIZUKI LIVE HOME 2022』
2022. 7. 30/31 @日立市池の川さくらアリーナ



祝☆ライブ開催全国制覇！



職員特製ポスターは『映え』スポットに

池の川さくらアリーナ開館以来初の本格的音楽イベントとして、声優で歌手の水樹奈々さんの全国ツアー『NANA MIZUKI LIVE HOME 2022』が7月30日（土）、31日（日）の2日間開催されました。

本公演是水樹奈々さんのライブ開催地47都道府県制覇となる記念公演ということで開催前からファンの注目を浴びており、会場としても手作りの特大ポスターの掲示やSNSで歓迎ムードを盛り上げました。

ライブ当日、駐車場は早朝から県外ナンバーで満車状態。記念すべき日のプラチナチケットを手に入れた3,000人以上のファンの皆さんで会場は満員となりました。

ライブ開催にあたり、公共交通機関や、消防など多大な協力をいただきました。この場をお借りして御礼申し上げます。

ご本人のライブの感想はコチラ！→
(公式ブログにリンクしています。)



