

ジュニアアスリートを応援するスポーツマガジン

Jr.

Athlete

Toyota

Sports Magazine

「ジュニアアスリート豊田」

2024.01

no. 011

【注目のチーム】

竜神剣道クラブ

三好 BLUE ANGELS

ALPHA

NEW

豊田大谷高校ダンス部

三好高校ラグビー部

【大会レポート】

第7回 小幡旗少年軟式野球大会

第72回 愛知県中学校駅伝大会

中日ドラゴンズジュニア・みよし市少年野球交流会

第23回 豊田市スポーツ少年団卓球大会

第16回 愛知県市町村対抗駅伝競争大会

第14回 とよしん CUP

第47回 秋季大会兼上郷ノーティボーイズ30周年記念大会

(一社) 豊田青年会議所 11月度例会 Create the future!!～ここからはじまる未来～

JOCジュニアオリンピックカップ第30回全日本ジュニアソフトテニス選手権大会

走り出せ!

ぎっと見つかる、自分らしさ。
NONOYAMA SCHOOL WEAR COMPANY
学生服のノノヤマ

高等学校制服採寸予約のご案内！

令和6年2月8日(木)～3月5日(火)まで

完全予約制

令和6年3月8日(金)～3月14日(木)

ご来店順にご案内します。

※ご予約は受け付けておりません。



LINEまたはホームページから
随時予約受付中
 ホームページから予約受付
 空き状況の確認が簡単にできます。



豊田若林
 本店



イオン
 スタイル
 豊田店



- 〈2店舗共通取扱高校〉 豊田南高等学校 豊田工科高等学校 豊田北高等学校
 豊田東高等学校 豊田西高等学校 豊野高等学校 三好高等学校
 衣台高等学校 刈谷高等学校 刈谷北高等学校 岡崎高等学校
 愛知教育大学附属高等学校 刈谷東高等学校
 愛知総合工科高等学校 豊明高等学校 星城高等学校
- 〈豊田若林本店のみ取扱校〉 知立高等学校 知立東高等学校 安城東高等学校
- 〈イオンスタイル豊田店のみ取扱校〉 岡崎北高等学校



豊田若林本店 豊田市若林東町棚田66-1

駐車場常設30台完備。
 お直し担当者が常勤のため対応も早く安心！

営業時間 9:30～19:00
 定休日 水曜日

TEL(0565)52-3754
 ☎0120-964-736

イオンスタイル豊田店
 豊田市広路町1丁目1 イオンスタイル豊田3F

駐車場常設1,350台完備。
 陳列商品を22:00まで購入できて便利！

営業時間 10:00～19:00
 (スタッフ常駐時間)

TEL(0565)34-0531
 ☎0120-964-836

取扱い小学校/童子山小学校・元城小学校・根川小学校・拳母小学校・梅坪小学校・平和小学校・朝日小学校・衣丘小学校・美山小学校・小清水小学校・前山小学校・大林小学校・山之手小学校・土橋小学校
 取扱い中学校/高岡中学校・若園中学校・前林中学校・上郷中学校・末野原中学校・電神中学校・朝日丘中学校・崇徳館中学校・達妻中学校・豊南中学校・高橋中学校・藤岡南中学校・益富中学校

パート アルバイト
スタッフ 募集

学生服の販売スタッフを募集します！
 もちろん無資格でOK！人柄重視の採用です！
 笑顔いっぱいの明るい新入生をお迎える
 やりがいタップリのお仕事です！



詳細はこちらを
 ご確認ください！

学生服のノノヤマHP
 採用情報ページ



**イオンスタイル豊田
 (2F)の
 採寸の場所が
 エレベーター横に
 変わります！！
 (3/8～4/7まで)**



お支払い時に下記の決済方法がご利用いただけます。

VISA Mastercard JCB AMERICAN EXPRESS Diners Club INTERNATIONAL DISCOVER 豊田若林本店 PayPay イオンスタイル 豊田店 WALK POINT

イオンお買い物特典がご利用できます。

33,000円(税込)以上
 お買い上げで
送料、代引き手数料無料



[大会レポート]

- P5 **第7回小幡旗少年軟式野球大会**
- P6 **第72回愛知県中学校駅伝大会**
- P7 **中日ドラゴンズジュニア・みよし市少年野球交流会**
- P8 **第23回豊田市スポーツ少年団卓球大会**
- P9 **第16回愛知県市町村対抗駅伝競争大会**
- P10 **第14回とよしん CUP**
- P12 **第47回 秋季大会兼
上郷ノーティーパーイズ 30周年記念大会**
- P13 **(一社)豊田青年会議所 11月度例会
Create the future!! ～ここからはじまる未来～
JOC ジュニアオリンピックカップ
第30回 全日本ジュニアソフトテニス選手権大会**

[注目のチーム]

- P14 **竜神剣道クラブ**
子どもから大人まで、剣道を人生のプラスに
 - P15 **三好BLUE ANGELS**
磨く技術・増える仲間、バスケットがさらに好きになる
 - P16 **ALPHA**
自然と遊ぶトライアスロン、得意も苦手も自分のものに
 - P17 **豊田大谷高校ダンス部**
 - P18 **三好高校ラグビー部**
-
- P19 **女性アスリートや指導者は必見！
生理痛に対する科学 / 稲垣 賢人氏**
 - P20 **スポーツをする子どもたちにたいへい、
AthleteNews 株式会社エスホープス
2024.January vol.8 代表取締役
内田 直希氏**
 - P21 **豊田市スポーツ協会**
 - P22 **協賛企業一覧・設置場所一覧・編集後記**
 - P23 **株式会社サギサカ
自転車用ヘルメット使っていますか？**

**ジュニアアスリート豊田は2024年1月号から
豊田市・みよし市の小学生・中学生・高校生の
頑張る子どもたちを紹介・応援いたします！！**

これまで、豊田市の小中学生を対象として、1・7月号のみよし市合併号として発行していましたが、
全ての号でみよし市の子どもたち、さらに高校生まで取材をさせていただきます！
みよし市の『今』頑張る子どもたちを応援したい、そしてスポーツを深め頑張る高校生も応援していきたいと
レベルアップして発行してまいります！！

取材依頼
お待ちしております！

豊田市・みよし市の小中高の部活動やクラブチーム
さらには大会までぜひ取材のご依頼お待ちしております！

公式 LINE
はこちら





第7回小幡旗少年軟式野球大会

シーズンラストゲーム 優勝は豊田南クラブ！

12月17日、白浜公園で小幡旗決勝戦が行われた。
決勝戦で何度も戦いあってきた両チームが優勝を奪い合う。

●大会結果
〈優勝〉
豊田南クラブ
〈準優勝〉
豊田中央クラブ
(3位)
美里中学校
東山ガールズ

豊田南、堅い守備で守り抜き 3タイトルを獲得

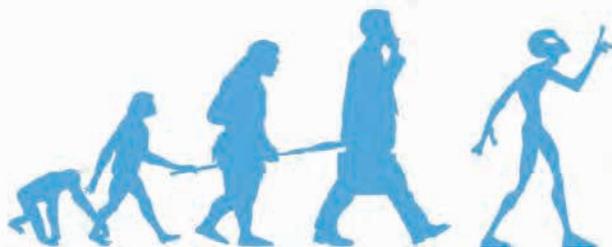
令和5年12月17日、白浜公園で第7回小幡旗少年軟式野球大会の決勝戦が行われた。今シーズン4つある大会で、最後となる今大会。ここまで、全日本少年大会、全日本少年春季大会を豊田南クラブが優勝。中日少年大会を豊田中央クラブが優勝している。そして、今大会も両チームが決勝戦に勝ち上がってきた。今シーズンラストゲームの優勝を飾るのは、どちらなのか胸が高まる。

豊田中央クラブが先攻で、試合が始まる。1回は、南のピッチャー志賀と中央のピッチャー宮崎、両者立ち上がり良く、三者凡退で終了。2回裏、南の攻撃で試合が動く。4番原が内野安打で出塁すると6番、木口が左中間に先制の一打を放ってリードを奪う。7番池上もセンター前ヒットを放ち、1、3塁。だが、三振とファーストフライで3アウトをとり、中央はピンチを切り抜けた。引き離されたくない中央だが、南のピッチャー志賀は安定した投球で打たせてアウトを取る。3回表ツアアウトから中央の1番、西国がツーベースヒットを放つもあと一本がはずれ、1対0で迎えた6回裏の南の攻撃。6番、7番がエラーで出塁。ノーアウト2、3塁で迎えた9番、小野田が内野安打でランナーをかえす。続く1番の高倉もライト前ヒットを放ち、この回2点をあげた。逆転を狙う中央の最終回4番、大宮が初球でセンター前ヒットを放つツアアウト1、2塁までもつれ込んだが、南のピッチャー志賀が力を振り絞り、ショートゴロで試合を終わらせた。

豊田南クラブが4大会中、3タイトルを獲得して今シーズンの幕を閉じた。冬を超え、さらに強くなった両チームの活躍が楽しみである。

We Carry The Future

何かが変わる。



株式会社 キョウエイファイン



第72回愛知県中学校駅伝大会

豊田市からは前林中 と朝日丘中が参戦

11月11日、第72回愛知県中学校駅伝大会が開催。
全国中学校駅伝大会出場をかけ、熱い走りを見せた。



**仲間のために
一秒でも早く襷をつなぐ**

令和5年11月11日、豊田市運動公園で第72回愛知県中学校駅伝大会が開催された。参加は、愛知県の5支部から男女10チーム。豊田市からは前林中が選出された。また、開催支部から男女1チームの参加が認められ、朝日丘中も参戦。優勝校は、令和5年度全国中学校体育大会・第31回全国中学校駅伝大会への出場資格を得られる。全国大会出場に向けて、各チームが熱い走りを見せた。

前林男子は、1区の上村選手が10位で繋ぐ。2区から5区までは、10位後半を維持する。最終区間、6区の中熊選手が区間7位の走りで4人を抜き、15位でゴールをした。朝日丘男子は、50位台で抜き抜かれながら、仲間のために走る。5区の前林選手が3人を抜いて襷を繋ぐと、5人の想いを継いだ6区の前林選手は、懸命な走りで48位を守り抜いた。

前林女子は、2区の島津選手が区間2位の走りで19人を抜き、13位で通過。4区の吉田選手は、区間8位と好調な走りを見せる。結果は、13位と大健闘であった。朝日丘女子は、1区の日高選手が38位で襷を繋ぐ。全員が一秒でも速く、襷を繋げられるようにと、全力の走りを見せ、42位でゴールをした。

仲間やチーム関係者が沿道で声援を送る。苦しい中でも、その声が届くと少しスピードがあがる。選手たちの懸命な走りと、応援の声から、駅伝の良さを感じることができた。男子は牟呂中、女子は豊川西部中が優勝を果たし、全国大会への切符を手にした。



中日ドラゴンズが結成のジュニアチームと みよし市選抜チームとの真剣勝負

11月18日、三好公園野球場で大会が開催された。両チーム、一生懸命にプレーし、真剣勝負を繰り広げた。



ドラゴンズジュニアの強力打線 みよし選抜の一生懸命なプレー

軟式野球の交流試合を通じて青少年の健全育成を支援しようと令和5年11月18日、三好公園野球場で中日ドラゴンズジュニア・みよし市少年野球交流会が開催された。みよし市少年野球クラブ連絡協議会に所属するチームから選抜した選手で構成されたみよし市選抜チームと、NPB（日本野球機構）12球団ジュニアトーナメント出場のため中日ドラゴンズが結成したジュニアチームが対戦。試合には、みよしの増岡潤一郎教育長をはじめとする関係者も応援に駆けつけた。

冬を感じる寒さであったが、選手たちは元気に試合をスタートさせた。先制点が入ったのは、2回表の中日ドラゴンズジュニアの攻撃。フォアボール、守備のエラーで出塁し、続く6番のレフト前ヒットで2点が決まった。その後も、強力打線を見せてこの回6点をあげた。中日ドラゴンズジュニアのパワーに苦戦するが、みよし選抜は仲間や観客席から聞こえる声援を力に変えて、丁寧に一生懸命にプレーをした。1試合目は、17対0。2試合目も16対0と中日ドラゴンズジュニアが大勝した。

みよし選抜の選手たちにとって、中日ドラゴンズジュニアとの試合は、今後に繋がる良い機会となったであろう。また、今年の中日ドラゴンズジュニアには、豊田市の山之手少年野球クラブから南川葉介選手が選ばれており、それぞれの今後の活躍に期待したい。





第23回豊田市スポーツ少年団卓球大会

男女約80チームが 頂点を争う

令和5年最後の卓球大会が12月26日、27日で行われた。
チーム全員で上を目指す。

●男子Aクラス

〈優勝〉
朝日丘中学校
〈準優勝〉
みよし北中学校
(3位)
高岡中学校
前林中学校

●男子Bクラス

〈優勝〉
竜神中学校B
〈準優勝〉
前林中学校B
(3位)
三好丘中学校B
逢妻中学校

●女子Aクラス

〈優勝〉
三好中学校
〈準優勝〉
若園びんぼん
(3位)
みよし北中学校
竜神中学校

●女子Bクラス

〈優勝〉
三好中学校B
〈準優勝〉
前林中学校B
(3位)
若園びんぼんB
三好中学校C



豊田JTC所属の鈴木柚歩選手は、ソフトボールにも力を注ぐ。卓球は兄弟がきっかけで小学1年生で始め、ソフトボールは体験入部でみた先輩に憧れて中学1年で始めた。今は、ソフトボールをメインに頑張っているが、卓球も点をとった時や、スマッシュが決まると楽しいと続けている。「今日の試合は、相手が強い選手でも点を取れたので、自己評価7点くらいです」と振り返ってくれた。ソフトボールでは、東海大会出場を目指し練習に励む。卓球もソフトボールも楽しみ続けていく。

試合中、点が入ると「よし！」と声飛び、どの試合も盛り上がりを見せていた。仲間と共に、一喜一憂して戦い抜き、2023年最後の大会に幕を閉じた。

卓球を存分に楽しみ強く成長していく

令和5年12月26日・27日、豊田市運動公園体育館で中学2年生以下の第23回豊田市スポーツ少年団卓球大会が開催された。男女で約80チームが参加をし、午前に予選リーグ、午後にはトーナメント戦を行い、頂点を決める。

一際、真剣な面持ちで試合に挑む、みよし北中学校1年生の中野来紀選手に、トーナメント戦の意気込みを聞いた。「予選リーグでは、強い選手を相手に、自分の力を出すことができました」と振り返る。小学6年生から卓球を始めた中野選手。「トーナメント戦では、相手を混乱させる試合展開を作り勝ちたいです」と強気な姿勢を見せた。中野選手のいる、みよし北中学校Bの結果は、ベスト8と闘志の見える試合を行った。



第16回愛知県市町村対抗駅伝競走大会

54市町村がNo.1を競う オール豊田で準優勝！

12月2日に愛・地球博記念公園で開催された。
昨年3位の悔しさをバネに今年も全員がチームのために走り抜く。



選手・補欠・駅伝スタッフ・応援者 オール豊田で挑んだ愛知駅伝

令和5年12月2日、愛・地球博記念公園で第16回愛知県市町村対抗駅伝競走大会が開催された。豊田市は、今年も優勝を目指し走る。体調管理はもちろん、現地を走りコースの感覚を掴むなど、徹底して練習に取り組んできた1区、前林中の平岩葵葉選手。スタートから上手く流れに乗り、試走より25秒も速く襷を繋いだ。来年もジュニア選考にチャレンジして、豊田市代表として走りたいと意欲を見せた。だんご状態の20位で襷をもらった2区、トヨタ工業学園の菅崎大翔選手。9人抜きで区間4位のタイムを出し3区、中山小の中村徹信選手に11位で襷を繋いだ。襷をもらった瞬間から、一人でも多く抜かすことを目

- 市の部
- 〈優勝〉岡崎市
- 〈準優勝〉豊田市
- 〈3位〉名古屋市
- 町村の部
- 〈優勝〉阿久比町
- 〈準優勝〉幸田町
- 〈3位〉蟹江町



標に走ったと中村選手。「普段やっているバスケットボールとは違う、チームワークの形を知ることができ、貴重な経験ができました」と話してくれた。1人抜いて10位で襷を繋ぐ。4区は藤岡中の石沢聖成選手。区間賞を目標にしていたが、結果は区間6位で悔しさが残る。だが、3人抜きの7位に上がりチームに勢いをつけ、5区、竹村小の三浦愛珠選手にここで、前を走る他チームの選手が転倒したことで、襷リレーがもたつくアクシデント。「焦ったが襷を貰ってからは、少しでも挽回しよう」と前半からスピードを上げて走りました」と振り返る。上り坂で、前の選手に離されないうち最後まで全力で走り、8位で襷を繋ぐことができた。6区は名古屋大学の内山由菜選手。前の選手と3秒の差で7区、豊田大谷高校の中馬蘭奈選手に8位で襷を繋いだ。中馬選手は、区間2位と絶好調の走りでも6人を抜き2位へと躍り出る。そして、7人が繋いできた襷を8区、ハクサンの高木大選手と9区、関西大学の谷村恒晟選手が懸命な走りでもゴールに持ち帰る。昨年3位の豊田市は、一つ順位を上げて準優勝に輝いた。

今年も森園知博監督が指揮をとる。当日は、選手全員が普段の力を発揮してくれることを期待して見守った。「全員が想定内の走りをしてくれました。選手・補欠・駅伝スタッフ・応援の方々の力が合わり、2位でフィニッシュすることができました」と喜びを表した。昨年は3位、今年も準優勝、オール豊田で一歩ずつ優勝へと近づいてきた。来年は、豊田市がゴールテープを切ることを期待する。





あいと楽しそう。だが、いぎコートに入ると顔つきが変わった。試合は、グランパスみよしに優勢で進んでいく。前半でシュートを決めて、チームの士気を上げると、それに続き、2点、3点と決めていく。途中、相手に点を許す場面もあったが最後の最後まで走り抜き、グランパスみよしが全員で優勝を勝ち取った。どの試合も、どんな場面でも、大きな歓声と拍手で会場が包まれていた。選手たちの一生懸命な姿が、見ている人に感動と笑顔を与えたのだ。本大会は、数少ない4年生以下の大会である。この大会で経験した全てを活かして、これからも感動と笑顔を与えられるような一生懸命なプレーをみせてほしい。

第14回 とよしんCUP 8市町から12チームが参加 優勝はグランパスみよしの手に！

- 大会結果
 〈優勝〉 グランパスみよし
 〈準優勝〉 富士松 FC
 〈3位〉 豊田北 JFC
 SC 豊田東

12月9日、豊田市中央公園芝生広場にて、大会が開催された。どの試合も熱気あふれる展開となり、盛り上がりを見せた。

4年生以下の選手たちが優勝を目指し全力を尽くす

豊田信用金庫が、地域貢献活動の一環として「スポーツによる地域の青少年の健全な育成」を目的に、令和5年12月9日、豊田市中央公園芝生広場で、第14回目となる、とよしんCUPサッカー大会を開催した。豊田市からは、SC豊田東、SFC梅坪台、豊田エスペランサSC、豊田竜神FC1977、豊田北JFCの5チーム。みよし市からは、グランパスみよしと他全12チームが参加をした。「家族、仲間、コーチに支えられて、大好きなサッカーを続けられています。日頃の感謝を胸に、このとよしんカップで感動と笑顔を与えられるよう、全力でプレーすることを誓います」とSC豊田東、川原誠介選手の選手宣誓で大会の幕をあげた。

第1試合目から熱戦が繰り広げられた。1試合目を突破したのは、SC豊田東、豊田エスペランサSC、豊田北JFC、グランパスみよし。いずれの試合も、相手に点を与えることなく勢いをつける。第2試合目、豊田エスペランサSC対グランパスみよし。両チームとも守備が堅く、シュートが決まらずPK戦となる。大勢の人が見守り緊張の中、3対2でグランパスみよしが勝ち上がった。

第3試合は、SC豊田東とグランパスみよし。シュートが決まると、応援席から大きな拍手と歓声が聞こえてくる。互角の試合展開を繰り返したが、2対1でグランパスみよしに逃げ切り、決勝戦進出を決めた。一方、初戦から強気な攻撃で、点を勝ち取ってきた富士松FCと豊田北JFCの第3試合。富士松FCの勢いを止めようと、粘り強く戦ったが、3対0で豊田北JFCが敗退となった。

決勝戦前の待ち時間。グランパスみよしと富士松FCの選手たちは、みんなで和気あい

豊田信用金庫は、スポーツに一生懸命な少年・少女を応援しています。



心と心のおつきあい
豊田信用金庫

<https://www.toyoshin.co.jp>





第47回秋季大会兼上郷ノーティボーイズ30周年記念大会

豊田サンボーイズが優勝！ 23チームの頂点に

10月22日から始まった秋季大会の決勝戦が
11月19日に行われた。23チームの頂点を決める。



両チームの粘りの守備と 強気の攻撃で白熱した試合に

令和5年11月19日、第47回秋季大会兼上郷ノーティボーイズ30周年記念大会の決勝戦が開催された。10月22日の開幕から、4試合を勝ち抜き、青木グレートと豊田サンボーイズが決勝へと進んできた。春季大会の初戦、スポーツ少年団では決勝戦、夏季中日大会は2回戦、小幡旗は3回戦、新人戦も初戦と、各大会で戦ってきた両チーム。頂点に立つのは、初優勝を狙う青木グレートか、今季2大会で優勝経験のある豊田サンボーイズか、目が離せない試合となる。

試合は、1回表の豊田サンボーイズの攻撃から動きをみせる。1番の倉知が、フォアボールで出塁すると、2番の岩木、3番の小野がランナーを3塁まで進める。2アウト3塁でチャンスの場面、4番ピッチャーの高塚が、左中間に大きな打球を飛ばすと、タイムリースリーベースとなる。さらに追加得点を狙い、5番、6番と粘るが繋がらず交代。その裏、青木グレートの攻撃は、ボールを見極めて出塁を狙うが三者凡退で交代となった。その後、3回裏で青木グレート、7番の川原が内野安

打で出塁し、得点圏まで進むが、あと一本が出ない。豊田サンボーイズは4回で1点追加。2対0で最終回を迎えた。豊田サンボーイズは、3番の小野、4番の高塚、5番の濱口がヒットを放ち、満塁のチャンス。だが、青木グレートの粘りの守備が光る。6番が打ったボールを、ショート川原のホームへの好送球で3塁ランナーアウト。続く、7番と8番もピッチャー奥迫の活躍により、満塁のままリアウトを取った。そして、5番の奥迫からの逆転を狙う青木グレートの最終攻撃。4球目でセンターヒットを放ち、チームに勢いをつける。ツーアウトで3塁までランナーを送るが、ここでピッチャー交代。ピッチャーを変えたことが功を奏し、点を与えることなく、豊田サンボーイズが優勝を決めた。

豊田市軟式野球連盟による今季、最後の大会であったこの秋季大会。豊田サンボーイズ、青木グレートを含めた、全23チームの激闘の試合が幕を閉じた。2023年に感じた、悔しい想いや嬉しい想い、全て今後の力に変えて、野球を楽しみながら成長してほしい。





一般社団法人豊田青年会議所

11月度例会 Create the future!! ～ここからはじまる未来～

豊田市の小学3～6年生による 身近な悩みごとと困りごとの プレゼンテーション大会を開催



となった。

君も登場し、会場は盛り上がりを見せ、大人も子どもも楽しめるプレゼンテーション大会となった。

第2部では、お笑い芸人のなかやまきんに
最優秀賞に選ばれたのは、「通学路や公園に
ゴミがポイ捨てされている」を課題に発表を
した、平和小学校6年生の武田琉愛さん。細
かく調べられた課題や、実現力の高い解決案
で大人顔負けの発表を見せてくれた。

クラスメイトにアンケートを取ったり、専
門家の話を聞くなどした子どもたちの、レベ
ルの高いプレゼンテーションに驚かされた。

大人顔負けの プレゼンテーション大会

令和5年11月4日、カバハウスにて一般社

団法人豊田青年会議所が主催するプレゼンテ

ーション大会が開催された。小学3～6年生

の8組が、それぞれ見つけた課題と解決案を
考え発表した。

JOC ジュニアオリンピックカップ 第30回全日本ジュニアソフトテニス選手権大会

塚本光琉選手・廣瀬礼衣選手は
2024年U-14日本代表に内定



U-14 男子ダブルス優勝
塚本光琉 (朝日丘中学)
宮田 亮 (徳島県 市場中学)

U-17 女子ダブルス 3位
廣瀬礼衣 (朝日丘中学)
伊藤美咲華 (朝日丘中学)



U-14 男子シングルス優勝
塚本光琉 (朝日丘中学)

U-14 女子シングルス優勝
廣瀬礼衣 (朝日丘中学)

Team Date

竜神剣道クラブ

Kendo club

子どもから大人まで 剣道を人生のプラスに



活動日時 木曜日 18:30~20:30
日曜日 18:00~20:30
活動場所 竜神中学校
生徒数 15人
入団条件 特になし
会費 月：小学生 1,500円 中学生 500円
問合せ先 インスタグラムのDMまで

Instagramは
こちらから！



礼節から技術まで 基本を大事に優しく丁寧に指導

創立57年目を迎えた竜神剣道クラブ。子どもたちの指導にあたるのは、河野佑先生。子どもたちの人数の減少や、コロナウイルス禍でも対策を練り、このクラブを維持してきた。年齢や性別に関係なく、子どもから大人まで一緒にできるのが剣道の魅力である。剣道の魅力や楽しさを、子どもたちに教えている。

中学1年生の五十嵐暖選手は、小学2年生の時、2人の兄の影響で剣道を始めた。竜神中学校の剣道部にも所属をして、剣道に励んでいる。「攻め方を直したいです」と話す暖選手は、一歩目を簡単に踏み出してしまったり、面が打たれやすいそう。来年の夏の大会では、一回戦突破を目標としている。1試合でも多く勝てるよう、攻撃力を高めていく。

小学1年生から剣道を始めた小学6年生の伊藤悠太選手。4人兄弟の末っ子で全員が剣道をしている。「クラブには、他の学校の子もいて友達がたくさんできて楽しいです」と話す。これまで出場した試合では、引き分けが多く、「中学に上がっても剣道を続けて、たくさん勝てる選手になりたいです」と意気込んでいた。

練習は、素振り、足捌きのあとに、レベル別の練習に入る。始めて間もない子どもたちには、丁寧に基礎を教える。基礎を習得した子どもは、防具をつけて本格的な練習を行い、レベルアップをしていく。河野先生は、子どもたちが今まで打てなかった技が打てたり、試合に勝って保護者の方と一緒に喜んでる姿が嬉しいと話す。

子どもたちは、道場に入る前に一礼をして、先生を見つけると挨拶をしていた。礼儀や挨拶、人を思いやる気持ちなど、人としても剣道を通して成長してほしい。そして、子どもたちが剣道を楽しみ、長く続けてくれることを願い、指導を続けていく。



ITAKA 井高建築株式会社

理想の住まいをカタチに

〒471-0046 豊田市本新町5丁目101番地2

TEL:0565-77-7536

土日祝日もお気軽にお電話ください！受付時間：9:00~18:00



HP

LINEでの
お問い合わせも受付中



高気密、高断熱、ゼロエネルギーハウスの写真です。

季節を問わず快適に過ごすことが可能な高気密高断熱の家を施工しています。

Team Date

三好 BLUE ANGELS

Basketball club

磨く技術、増える仲間 バスケットが さらに好きになる



活動日時 月・水・土 18:30~21:30
日 18:30~21:00
活動場所 三好丘中学校
生徒数 20人
入団条件 中学生
会費 年:13,500円(スポーツ保険等を含む)
問合せ先 HP

HPは
こちらから!



3つのスローガンを胸に バスケットが楽しく上達できる

プレイだけでなくどんな事も『自ら進んで』、失敗を恐れず『挑戦』、『地道に丁寧』良い習慣を身につける。この3つをスローガンに掲げる三好BLUE ANGELS。バスケットが好き、バスケットがしたい、部活でもっと活躍したい子どもたちが集まっている。みよしにバスケットチームが少なく、平成19年に創立。みよしを中心に、豊田や日進など近隣の地域からも参加している。練習の最初の1時間は、ボールを触らずに基礎を大事に行う。ピラミットのように土台を大きくすることで三角が大きくなると、子どもたちにも、分かりやすく基礎の大切さを伝える。利谷朗コーチは、人のありがたみや、大変なことを乗り越える力、達成感などをバスケットボールで経験してほしいと話す。いつかバスケットをしていて良かったと思ってもらえるよう、子どもたちに指導を行う。

三好丘中学校2年生の東恵衣選手と、北中学校2年生の松田咲色選手。二人とも、それぞれの学校の部活動でキャプテンを務めている。クラブでも、一番に動き、声を出して先頭で引張っていく姿があった。そして二人とも小学3年生からバスケットを続けている。「チームは、年齢関係なく全員が仲が良く、元気で試合中も盛り上がります」と話してくれた。練習では、「コーチが動きを実際に行い指導する際に、選手たちもすぐに動きを確認したり、わからないことをすぐに聞く場面があった。楽しいだけではなく、強くなりたいと練習に励んでいた。恵衣選手と咲色選手は、「試合中に、意思疎通や連携がとれない時があるので、もっと声を出していきたいです」と話してくれた。

個と成長を大切にしたい指導を受けて、子どもたちはバスケットを楽しみ、さらに好きになる。

卒団記念の 思い出に写真を・・・



フレーム付き 5,500円～
ご予算に応じたご相談を承ります。

Team Date

ALPHA

triathlon club

自然と遊ぶトライアスロン 得意も苦手も自分のものに



活動日時 火・木 17:30~18:30 ランニング
土 7:30~9:00 スイム 9:15~10:45 バイクラ
活動場所 みよしスポーツアカデミー・三好公園
生徒数 30人~40人
入団条件 小学生以上
会費 月 :5,000円~10,000円
問合せ先 HP

HPは
こちらから！



レベル別に練習に励む 苦手を得意で補う

クラブ名のアルファは『はじまり』や『未知数』という意味から生まれた。トライアスロンだけでなく、様々なスポーツや取り組みに挑戦をして、自分を見つける『はじまり』となるように。子どもから大人までもが『未知数』な可能性を見つけたせるショップ&クラブを目指している。代表の浅沼美鈴さんは、大学生まで水泳を行い、そこからトライアスロンを始めた。2015年にみよしスポーツアカデミーのトライアスロンのコースを受け継ぎ、現在まで指導を行っている。クラブには、小学生から大人まで参加。現役選手がコーチをしているなど、高みを目指している学生には、目標が近くについて最高の環境である。小学生・中学生を指導するコーチは、アルファの卒業生でもあり、レベル別に伸び伸びと練習に励む。

中学1年生の瀬戸から通う渡邊瑠泉選手は、小学3年生でトライアスロンを始めた。「競い合える仲間がいて、ここで出会えた友達がいって楽しいです」と話す。憧れの選手は、2020年の日本選手権で初出場で初優勝した二ナリ賢治選手である。トライアスロンを続けて、オリンピック出場が夢だと語った。

トライアスロンを始める前は、卓球をしていた小学6年生の鈴木大稀選手。トライアスロンを知り、体験にきたところ楽しいと思いつく。「チームの仲間が優しいです。苦手なことも取り残されている感じがしなくて、レベルアップができます」と元気に話す姿に、チームにいることが楽しいと伝わってきた。「来年からは水泳の距離が長くなるので、集団に置いていかれないように頑張りたいです」と意気込みを見せた。

魅力の一つは、筋肉や心肺機能などバランス良く鍛えられるところである。良さを知ってもらうため、体験も一人2・3回受け付けている。



私の記憶に刻まれた、成長のしるし

住まいは経年進化する



IG CONSULTING

株式会社アイジーコンサルティング 岡崎支店
〒444-0831 愛知県岡崎市羽根北町 4-3-7 TEL : 0564-52-5224





豊田大谷高校ダンス部は
こんな部活！

全国大会レベルのダンスを
学ぶことができ、大会だけ
ではなくイベントの出演も
多数！成長することができ、
青春を感じられる部活です！

Instagram
活動様子をチェック！



豊田大谷高校ダンス部

TOYOTAHTANI HIGH SCHOOL DANCE CLUB

想いが伝わる踊りで
地域や人に愛されるチーム作り

おいでんまつりを始め、豊田市の数多くの
イベントに出場。また、第15回日本高校ダン
ス部選手権全国大会スモールクラス準優勝、
全日本高等学校チームダンス選手権に8年連
続出場と全国レベルの豊田大谷高校ダンス部。
2012年に創部され、4年目で日本高校ダ
ンス部選手権で初出場、初入賞を飾る。今年
度は、中京テレビの親番組、「Travis Japanの
ダンスだぜ！」や、朝の情報番組「DAYS
YのLOVE DANCE」に出演と活躍。

「素直が一番大切だと思います」と話すのは、
創部から指導を続けてきた糸川先生。成長が
早い生徒は、素直に直向きに部活動に向き合
っているからだという。

令和4年3月には、WELCOMEとよたサ
ポーターズの就任など、地域にも認められ活
動の幅を広げている。自分たちが楽しむだけ
ではなく、応援してくれている人に伝わるよ
うな表現、表情で、愛されるチームを作る。

captain
山下莉乃愛 YAMASHITA Rinoa



中学3年生の時に豊田大谷の先輩たち
の楽しそうに踊る姿を見て、入部を決意。
多くのことを学び、大きく成長できた3
年間であった。卒業までの残り3ヶ月、
支えてくれた人たち、ここまでダンス部
を繋げてきてくれた先輩たちに、踊りで
感謝の気持ちを伝えたいと話す。

女性アスリートや指導者は必見！！

- 生理痛に対する科学 -

Dr.Brain トレーニング研究所

代表 稲垣賢人

豊田市出身 / Dr.Brain トレーニング研究所代表
日本福祉大学 講師 / 中学教諭免許・高等学校免許



近年、女性アスリートの活躍が著しい。その活躍の背景には自己のマネージメントが、必要不可欠である。女性からだは特有のメカニズムがあり、男性とは異なる。その代表的なものとして月経周期がある。月経周期は複数のホルモンの複雑な相互作用によって調整されており、正常な月経周期であることは、健康な状態である1つのパラメーターとなる。一方で、生理前後では、体内の水分蓄積による体重の増減が起き、コンディション調整が困難であることがある。加えて、生理痛が著しくひどくなるようなケースや精神的に不安定になることもある。サポートする側は、そういった女性特有のからだのメカニズムに対する知識を取得する必要がある。本日のコラムは、男性である私が女性の月経周期に対してできる提案を調査しまとめた「生理痛を軽減するための科学」である。

1つ目の科学は、食品による対処である。生理痛を和らげる食品として紹介は多くあるがここでは実験を紹介しながら5つの食品を紹介する。1種類目は、緑茶である。2012年に上海交通大学で1183人の女性に対して生理痛の程度を2年間に渡り追跡調査したものである。1日3杯から5杯程度の緑茶を飲むと軽い生理痛が51%軽減し、重い生理痛が61%軽減すると報告されている。この研究では、カテキンがプロスタグランジンを減らしていることを示唆している。一方で、コーヒーは、生理痛を悪化させる結果が出ている。2019年の研究によるとカフェインの量が多くなると血流量上昇し、痛みが増すと示唆されている。2種類目は、マグネシウムである。マグネシウムの文献は多くあるため、2018年の米国国立衛生研究所のマグネシウムに関する文献レビューを参照した。2007年の研究では、マグネシウムはPMS(月経前症候群)のメンタル低下を改善すると報告されている。この研究では250mlのマグネシウムを服用すると、生理前の不安や鬱を改善する傾向がみられた。また、3件のランドオプ比較試験の実験より、マグネシウムは生理痛を和らげると報告がある。生理中は筋肉が緊張するため、マグネシウムを1日310ml、320mlを6カ月間服用することにより、筋肉のリラククス度が増し炎症や痛みの原因になるホルモン量が低下すると報告されている。さらに、1968年のJournal of Woman's Healthでは1日200mlのマグネシウムを摂取することでプロゲステロン上昇による痛みの発生を和らげ、腹部膨満感や胸の痛みを和らげる報告があり、1996年のGerman Journalの研究では、1日に600mlのマグネシウムを12週間服用することで、頭痛の発生率が41.6%低下する報告があり、生理による頭痛の発生率を低下する可能性がある。マグネシウムは代表的なサプリメントの1つであり、簡単に摂取できるが、食品で摂取することをお勧めする。食品では、ほうれん草に多く含まれ、生理痛軽減だけでなく、睡眠の質改善にも有効である。3種類目は、亜鉛である。2010年に岩手大学で1日7mgの亜鉛を10週間摂取した研究がある。適量の亜鉛の摂取により、怒り・敵意のスコアが有意に低下したと報告さ

れている。亜鉛の体内の動きは、神経伝達物質の動きを助け、エネルギー産生・DNAの合成と修復・免疫の維持と向上などがあげられる。食品からは、牡蠣や煮干しに多く含まれている。4種類目は、クロミウムである。2013年にノースカロライナ大学でPMD(月経前不快気分障害)に悩む女性11人対象に2000µgのクロミウムを1日2回ずつ服用した実験である。セロトニンの経路に関与し、セロトニンの分泌量を増やすと示唆されている。簡潔に言うと、抗鬱作用や怒りの緩和作用があると考えられる。クロミウムは五大栄養素のミネラルに分類され、豚肉、海藻類や貝類に多く含まれる。5種類目は、はちみつである。はちみつは、毎日大さじ1杯を飲むと鎮痛剤と同じレベルで痛みが軽減されると報告がある。2017年にイランアラーク大学の研究で56人の学生に対して行ったクロスオーバー試験がある。1日に大さじ1杯の蜂蜜を生理痛の時期に合わせて飲んでもらう組と1日500mgのメフエナム酸(抗炎症薬)組に分け、生理痛の時期に合わせて飲んでもらった結果、両者に効果の差はなかったという報告がある。はちみつは、炎症や痛みの原因となる物質プロスタグランジンを和らげる効果が期待できる。生理の始まる2週間前から服用をし、はちみつの色が濃いものを選びと良いと考えられている。

2つ目の科学、香りによる対処である。ここでは、2種類の香りの紹介をする。1種類目は紅茶の香りである。3gの紅茶を100度のお湯で5分程度沸かし、1分間匂いを嗅ぐと生理痛が軽減されたという報告がある。2018年に静岡岡大学で行われた実験である。18人の女性に対してクロスオーバー試験で、30分後と60分後に唾液を採取ストレスホルモン(コルチゾール)の量を計測した結果、紅茶の香りを嗅ぐと、コルチゾールの量を低下させた。これは紅茶のリナロール・グラミオールの成分が交感神経系に働きかけ交感神経を鎮静したと考えられる。2種類目はラベンダーの香りである。ラベンダーの香りの研究は、2016年にアーダルビク医科大学で200人の学生を対象に行われている。研究対象者を2つのグループ(ラベンダーとプラセボ)に分け、2ヶ月間ラベンダーオイルを使ってもらい生理中の痛みがどれくらい軽減されるかを調査した。月経の最初の3日間、1日30分の2回、月経周期でラベンダーの香りを嗅いだ結果、ラベンダーの香りは、脳内でエンドルフィンを分泌することで痛みが軽減されると示唆された。また、ラベンダーの香りは、睡眠の質を向上させる効果も期待ができることから、帰宅後にラベンダーオイルの香りを部屋に充満させたり、肌に塗るオイルやシャンプーを使用したりすることでコンディショニングが期待できる。

日本はようやく、性に関する教育が導入され浸透し始めた。当施設でも、今年からフェムケア(膈周りのケア)のサービスを開始した。今回のコラムはフェムケアを導入する前に私が勉強したものである。個人により、相性があることや過剰摂取は逆効果であることは覚えておいていただきたい。大切なのは性別問わず自己を分析し、どの様な対処方法を持つべきかである。女性アスリートが女性らしく輝けるようサポートしていけたらよいと考える。本コラムが一人でも多くの指導者や女性アスリートの役に立つことを心より願う。



あなたを変える
脳とからだのトレーニング
Change your life, training with the brain

Dr.Brain トレーニング研究所

健康になりたい。痛みのないからだを目指したい。

生活の質をアップさせたい。見た目を整えて自分に自信を持ちたい。
そんな皆様をパーソナルトレーニング、ピラティスでサポートします。

さらに叶えるために、エステ美容も完備しています。

〒471-0025 豊田市西町4-25-15 中根ビル2 B1F

お電話でのお問い合わせ

営業時間 10:00~21:00

070-1710-2467

HP



公式 LINE



Instagram





株式会社エスホープス
代表取締役 内田直希

岡崎市出身 / 愛知県立豊野高等学校卒業 / 東海学園大学人間健康学部卒業 / 製造業の会社員からトレーナーへ転身。ストレッチサービス S.HOPES グループ代表トレーナー。現在、豊田市の少年野球チーム「ドリームボーイズ」のトレーナーを務める。サポートする女子ソフトボール選手が東京オリンピック代表に選出、金メダル獲得。中学時代サポートしていた選手が選抜高校野球甲子園大会に出場、優勝。

スポーツをする子どもたちにつなぐたい。
AthleteNews
2024.January vol.8



継続について

運動やストレッチは、継続をすることが必要です。その理由は、運動学習は中学習より連日学習の方が効果的といわれているからです。体の使い方の技術の習得や、その使い方を脳が覚えるためには、短期的に行うことよりも、細くても長期的にコツコツ行うことが必要です。

また、継続するために、習慣化させることが大切です。習慣化の日は、18日から254日といわれています。習慣の難易度や個人差により変わりますが、最短で2週間強繰り返し返すことで、意識的に進めていたことが無意識的にできるようになります。今日やるのを毎日続け、継続を習慣化できるようにしましょう。

ストレッチとは

体のコンディションを保つには、手入れが必要です。方法としてストレッチが有効的です。日常の体の歪みや、緊張をストレッチによってリセットすることで、運動のパフォーマンスを上げたり、日常をより良く過ごすことに繋がります。ストレッチは夜寝る前に行うことがお勧めです。また、20から30分を目安に行うようにしましょう。

親子ストレッチ

寒い季節、オフシーズンに入るスポーツや、体の硬さを感じる方が多くいると思います。ストレッチをすることで柔軟性を高めて、パフォーマンスアップ、健康維持に努めましょう。今回は、親子ストレッチのご紹介です。コミュニケーションが生まれたら一石二鳥です！

毎日、継続して行うように心がけましょう。

体側のストレッチ

【やり方】仰向けになり伸ばしたい足を曲げる
補助は伸ばす足を自分の足の付け根に持っていき
支え、反対の足は浮いてこないように手で抑える
ゆっくりと上から押して伸ばす

POINT

曲げた足は補助の足の付け根で支えましょう！

POINT

反対の足が浮いてこないように補助が手で抑えましょう！



POINT

伸ばす手の反対の手は、膝の上に置いてその上から足が浮いてこないように補助が手で抑えましょう！

【やり方】伸ばしたい方向の足は広げ、反対の足は曲げる。曲げた足の膝に反対の手を置く
補助は曲げた足が浮いてこないよう手で抑え、ゆっくりと押し伸ばしていく

【やり方】横向きになり、ほくしたい肩甲骨の反対の手は後ろに持っていく
補助は肩を支え、肩甲骨に手を置いて痛くない程度に動かしてほくしていく



POINT

ほくしたい肩甲骨の反対の手は後ろに持ってきましょう！

肩甲骨のストレッチ

股関節のストレッチ

エスホープスはスポーツをする少年少女を応援しています！

ストレッチで運命を変える！

ストレッチサービス S.HOPES グループ

スポーツパフォーマンスアップ

腰痛など不調の改善や予防 / 健康づくり / 疲れにくい身体づくり等
強くなやかな身体づくり

YouTube 開始！

『うちー先生チャンネル』 チャンネル登録と高評価をお願いします！



HPはこちら



体験コース ¥3,300 HPからお問合せください。

パーソナルストレッチ & トレーニングサービス



〒471-0865
豊田市松々枝町 3 丁目 4-1
ジャンホールミヤ 105 号室

Tel.090-6584-9425

- 営業時間 -
8:00~20:00 【不定休】
駐車場 3 台分有り

Instagram



セントラルゴルフ店



〒471-0819
豊田市宮前町 1-29-1
トヨタセントラルゴルフ内

Tel.070-4285-5634

- 営業時間 -
10:00~20:00 【不定休】

疲労回復パーソナル
ストレッチ & エクササイズ



〒471-0865
豊田市松々枝町 3 丁目 4-1
ジャンホールミヤ 203 号室

Tel.090-6584-9425

- 営業時間 -
8:00~20:00 【不定休】
駐車場 3 台分有り

豊田市スポーツ協会

「する」「楽しむ」「支える」

スポーツの振興

スポーツを「する」「楽しむ」「支える」ことは、精神的、身体的な充実感を得ることができ、活力に満ちた人生に繋がっていきます。「笑顔で未来へつなぐスポーツのまちとよた」を合言葉に、スポーツの普及と振興に尽力して参ります。

気になるスポーツを始めてみよう

スポーツをする機会が少ない方、スポーツをするきっかけに、まずは気になる教室に参加してみませんか。

●市民総体伝大会

■とき 2月3日(土) 午前8時30分～

■申込み 1月16日(火)までに豊田市運動公園陸上競技場

●市民総体バドミントン競技

■とき 2月18日(日) 午前9時～午後9時

■申込み 2月2日(金)

午後8時までに豊田市バドミントン協会HPより申込み

●バドミントン指導講習会

■とき 2月3日(土) 午後1時～5時

■ところ 松平体育館

■対象 市内在住・在勤・在学の方

■参加費 500円

■定員 なし

■申込み 当日参加費を添えて直接会場

●バレーボール

■とき 2月14日(水) 午後7時30分～8時40分

■ところ 松平体育館

■対象 18歳以上

■参加費 2000円

■申込み 1月11日(水) 午前9時から松平体育館

●日帰りスキー教室

■とき 2月25日(日) 午前6時～午後5時

■ところ へんすそのはらスキーワールド ※集合・解散は梅坪浄水スポーツクラブ

■対象 ①小・中学生、②未就学児以上(保護者同伴)

■内容 ①スキー教室 ②雪遊びなど現地でのフリースキー

■定員 先着40人

■参加費 9800円

※昼食費込み、ただしりフト券、各種レンタル代は別途必要

■申込み 1月9日(火) 午前10時から

名鉄観光 今井(TEL 0565・28・0090)

●五ヶ丘グラウンド・ゴルフ初心者講習会

■とき 3月5日(火) 午前9時～正午

■ところ 五ヶ丘運動広場

■対象 市内在住の60歳以上(五ヶ丘グラウンド・ゴルフ初心者)

■参加費 なし

■定員 先着30名

■申込み 2月6日(火) 午前9時から直接五ヶ丘運動広場

●五ヶ丘グラウンド・ゴルフ大会

■とき 3月12日(火) 午前9時～午後2時

■申込み 2月6日(火) 午前9時から直接五ヶ丘運動広場

スカイホール豊田 休館について

令和5年12月1日(金) から
令和6年4月30日(火) 予定

施設改修工事のため、豊田市総合体育館及び豊田市武道館(スカイホール豊田)が休館となります。改修工事期間中は、スカイホール豊田のすべての施設・設備がご利用いただけません。

豊田市地域スポーツクラブ

- 朝日丘SSC
- 梅坪・浄水SSC
- いさとSSC
- 高橋SSC
- 逢妻SSC
- 若園SSC
- 美里SSC
- さわやかSSCまえばやし
- すえのはらSSC
- かみごうSSC
- 松平SSC
- しもやまSSC

子どもから高齢者までの幅広い世代の地域住民を対象とした
スポーツ教室・健康教室・文化教室・イベントなどを開催!



各団体の詳細や問い合わせ先については
QRコードを参照

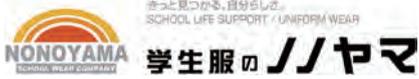
豊田市スポーツ少年団種目一覧

- 軟式野球
- 空手道
- バスケットボール
- 柔道
- ラグビー
- 硬式野球
- サッカー
- 剣道
- 少林寺拳法
- 卓球
- 体操・新体操
- バドミントン
- 陸上競技
- ドッジボール
- 弓道
- ハンドボール
- バレーボール
- フロアボール

各団体の詳細や問い合わせ先については
QRコードを参照



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS みんなの未来を応援してくれている企業一覧



サロン LeRush リラッシュ 株式会社ディライト建設 スターライフ株式会社 株式会社キョウエイファイン
 株式会社光 光写真真館 株式会社リンクスワン 中川給食株式会社
 リカーショップ板倉 UCHI KITCHEN 医療法人成信会さくら病院 つづき歯科
 株式会社山信商店 株式会社都筑 学習塾翠嵐 Dr.Brain トレーニング研究所 株式会社稲垣写真館
 小島プレス工業株式会社 ゼロナイントヨタ有限会社 井高建築株式会社 株式会社 PuzzLink

次号予告 3月号は3月7日発行予定



発行地域 / 豊田市・みよし市 発行部数 / 2 万部 発行月 / 隔月
 スタッフ / 中芝由希衣 深津洋

[編集・発行] UNBATE [広告のお問合せ] 担当: 中芝 Mail: toyota@jr-athlete.jp

■本誌の編集にあたり、ご協力いただきました関係者各位に厚く御礼申し上げます。■本誌に掲載されている写真は、団体、各チームの指導者、もしくは保護者に許可、お送りいただいたもののみ掲載しております。■本誌に掲載されている記事、写真、デザイン等の無断掲載、複製、転載は固くお断りいたします。掲載されている学校関係者、チーム関係者はこれに該当いたしません。

■住所・電話番号の公表はしておりません。お問い合わせはメール又は公式 LINE からお願いいたします。

編集後記 Editor's Note



1月号発行にあたり、ご協力・ご協賛いただいた関係者の皆様、誠にありがとうございます。目次ページでも宣伝した通り、今月号を境に、取材範囲を豊田市の小中学生という枠から、みよし市、さらに高校生まで広げることになりました。私たちの届く範囲の学生さんたちに、少しでも嬉しい気持ちや頑張る活力をお届けするためです。1月号の取材も新しい出会いにワクワクしました。これからも出会いに感謝しながら頑張る子どもたちを応援していきます！ 中芝由希衣

まずは、能登半島地震により被災された皆様、そしてご家族の皆様にご心からお見舞いを申し上げます。昨年はたくさんの方々の支えにより、無事1年間発行することができました。今年からみよし市と高校生の取材もしていくことができました。よりレベルアップしたスポーツマガジンにしていきたいために、全身全霊で取り組んでまいります。たくさん挑戦と失敗をして、少しは成功するような1年間にしていきたいと思っております。改めて、今年も宜しくお願いいたします。 深津洋

設置一覧場所

■地区ごとに記載しております。 ■配布店舗は予告なく変更する場合がございます。
 ■ジュニアアスリート豊田を設置いただける企業やお店を募集中です。設置ご希望の方は編集部までご連絡ください。

柳川瀬公園	豊田信用金庫堤支店	ひまわりネットワーク ひまわりショップ若草店	豊田信用金庫陣中支店	トヨタすまいるライフ すまいる館四郷店
コナミススポーツクラブ豊田南	スカイホール豊田(12月~4月未まで休館)	ひまわりネットワーク ひまわりショップ神田店	豊田信用金庫土橋支店	すーぱーやまのぶ四郷店
トヨタすまいるライフ すまいる館	西部体育館	ひまわりネットワーク ひまわりショップみよし店	豊田信用金庫田中支店豊田信用金庫下市場支店	いさご接骨院
フライトスポーツ本店	学生服のノノヤマ イオンスタイル豊田店	名古屋トヨベットのトヨタ 248 店	豊田信用金庫元町支店	名古屋トヨベットの猿投店
すーぱーやまのぶ上郷店	豊田挙母温泉おいでんの湯	名古屋トヨベットの豊田土橋店	豊田信用金庫豊田駅前支店	ホームドックタイキ
KAMIGOU BASE	アトリスパーク豊田丸山	豊田商工会議所	東山体育センター	豊田信用金庫青木支店
トヨタモータース本社	すーぱースポーツゼビオ豊田東新店	FUNNY BONE	豊田スタジアム	豊田信用金庫猿投支店
虎玄山之手本店	フライトスポーツ 248 店	梅坪・浄水スポーツクラブ	すーぱーやまのぶ野見山店	豊田信用金庫井上支店
豊田信用金庫上郷支店	豊田中央図書館	豊田地域医療センター	すーぱーやまのぶ木店	松平体育館
豊田信用金庫大林支店	すーぱーやまのぶ梅坪店	はがらかふえ豊田地域医療センター店	S.HOPES セントラルゴルフ店	下山交流館
高岡公園体育館	JA あい豊田本店総務課	豊田プレステージホテル	名古屋トヨベットの御立店	すーぱーパレット
学生服のノノヤマ豊田若林本店	S.HOPES	えぶろん生鮮館 リブレ元宮店	えぶろん渋谷店	豊田信用金庫足助支店
豊田地域文化広場	S.HOPES zero	えぶろん宮上店	豊田信用金庫高橋支店	石野交流館
すーぱーやまのぶ若林店	ヒマラヤスポーツ & ゴルフリブレ豊田元宮店	えぶろん生鮮館 浄水店	豊田信用金庫神池支店	いなぶ観光協会観光案内所
名古屋トヨベットの高岡店	コマダ珈琲豊田梅坪店	豊田信用金庫本店営業部	豊田信用金庫野見山支店	稲武交流館
豊田信用金庫高岡支店	コマダ珈琲豊田本新町店	豊田信用金庫若宮支店	豊田信用金庫保見支店	豊田信用金庫稲武支店
豊田信用金庫八橋支店	精文館書店豊田西店	豊田信用金庫山之手支店	豊田信用金庫浄水支店	豊田信用金庫藤岡支店
豊田信用金庫堤支店	喫茶キノ	豊田信用金庫トヨタ町支店	豊田市運動公園体育館・陸上競技場	ケントストレッチ
豊田信用金庫八橋支店	光写真真館	豊田信用金庫朝日支店		

取材依頼は



からお問合せください!

豊田市・みよし市内で活動する **チーム**
 豊田市・みよし市で行われる **大会** **大きな夢・目標がある選手**
豊田市・みよし市の頑張る
子どもたち誰でも大歓迎です!

取材依頼・質問事項を STAFF へ
 ダイレクトに送ることができます!

左下にある、 マークを押すとキーボードが
 出現します。そこからメッセージをお送りください。

公式 LINE
 はこちら



自転車用ヘルメット使っていますか？



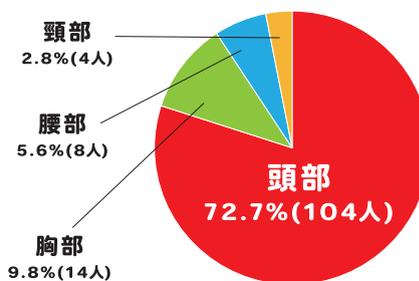
自転車ヘルメット着用が全年齢対象で令和5年4月より努力義務化がスタートしております。頭部を守ってくれますのでヘルメットをかぶりましょう！

自転車乗用中の事故で 死亡原因の72.7%が「頭部損傷」です。

ヘルメット着用時と非着用時の致死率の比較



愛知県内自転車死者の負傷主部位構成率
(平成29年～令和3年死者総数143人)



頭部が
約7割

その他 9.1%(13人)

引用：愛知県警察本部 HP

自転車死亡事故の約7割が頭部に致命傷を負っています。自転車での転倒や事故から自分の身を少しでも守るためにもヘルメットを着用しましょう！また、せっかくのヘルメットも正しく着用しなければ、効果が発揮されません。頭のサイズに合ったものを選び、あごひもをしっかりと締めましょう。

記事の続きは、
サギサカ HP に掲載中！

コラム：株式会社サギサカ提供



笑顔で「ただいま」と言える、サイクルライフを提供する

株式会社サギサカは豊田市美山町にありサイクルパーツおよび自転車本体を、日本全国の自転車販売店に製造卸販売をしている会社です。

サギサカは楽しく快適に動きたい自転車ユーザーに対して、今、この瞬間の「できたらいいな」を「思い通り」にする商品との出会いを提供していきます。

Instagram



Homepage



通学通勤自転車からスポーツバイク・電動アシスト自転車など豊富な品揃え！

エッグス豊田店

エッグス豊田の特徴・サービス

FEATURE.01
優れた技術を誇る
自転車好きスタッフ

FEATURE.02
購入後もずっと頼れる
もっと楽しく

FEATURE.03
サイクリストフレンドリーな
サービス



サギサカが運営する
豊田市の自転車ショップ



〒473-0913
豊田市竹元町和光 16-1

TEL：0565-47-2110 営業時間 11:00～20:00 定休日 毎週火・水曜日



HP



こんなエアコンで生活していませんか？

効きが悪い

異音
がする

黒汚れが
目立つ

電気代
が高い

ほこり
っぽい



そんなお悩みはエアコンクリーニングで解決！
 エアコンは丁寧に分解を行い、高圧洗浄機で隅々まで洗浄を行います。



家庭用壁掛けエアコンクリーニング料金

お掃除機能なし **8,000円**
 作業時間：約 1 時間半

2 台目以降/台 **2,000円引き**

お掃除機能あり **12,000円**
 作業時間：約 2 時間半

2024年4月から8月の間は
 繁忙期のため現在価格から値上げいたします。
 お得なこの時期にぜひご依頼ください！

オプション料金

- 室外機清掃 **2,000円**
 - 防カビ抗菌コート **1,000円**
 - ドレンホース清掃 **2,000円**
- ドレンホースとは・・・エアコンの室内機から発生する水を、室外へ出すための排水管

価格は全て税込です。お支払いは現金のみとなります。なるべくお釣りがないようご準備をお願いいたします。領収書が必要な方は、予約時にお申し付けください。

注意事項

1. **駐車場について**・・・ご自宅周辺に駐車スペースがない場合は、近隣のコインパーキングを使用いたします。その場合、駐車料金の実費分をご負担いただきます。路上駐車はいたしません。尚、ガソリン代金・高速道路利用料金のご負担はありません。2. **エアコンについて**・・・故障等のトラブルがある場合は、事前にお知らせ下さい。(作業をお受けできない場合がございます。)変質や染色等はクリーニングでは落ちません。(洗浄時に本体カバーに貼られている注意喚起のシール類の剥がれが発生する可能性があります)8年以上経過している場合、クリーニングに伴う故障・破損については、現状復帰が出来ない可能性が高い為、どのような場合でも保障は出来ません。ご了承いただける場合、作業は可能です。3. **作業前のお願い**・・・エアコン下に荷物や家具がある場合は事前に移動をお願いいたします。(移動が困難な場合は、お手伝いいたします。事前にお申し付けください) **公式LINEの注意事項も必ずお読みください。**

予約方法

アンバイト
 - エアコンクリーニング専門 -
 愛知県豊田市
 事務所をまだ構えていないため、住所・電話番号を公表しておりません。公式LINEからご予約をお願いいたします。

予約までの
3ステップ
 はじめに
公式LINEを
 ご登録ください。



STEP 1
 会社概要・料金
 注意事項を確認
 トーク画面下のリッチメニューから3つの項目のご確認を必ずお願いいたします。



STEP 2
 メッセージで予約
 弊社からの最初のメッセージに記載の質問事項(氏名等)をメッセージで送信ください。
 ご予約の前にお見積もりをお出できます。またご不明点・ご質問もお気軽に申し付けください。



STEP 3
 担当者から返信
 →予約確定
 24時間以内に担当者からご返信いたします。