

コロナ禍の第26回神奈川県知事杯争奪軟式野球大会



[写真左上は、球審を務めた石井恒夫氏=22日、座間市民球場]
 [写真右上は、二塁々審を務めた江崎英俊氏=22日、座間市民球場]

コロナ禍の中、第26回神奈川県知事杯争奪軟式野球大会兼第2回秦野市長杯争奪軟式野球大会は、8月21日から中栄信金スタジアム秦野を含む4会場で行われた。

新型コロナウイルス(デルタ株)の猛威は今大会に大きな打撃を与えた。当初出場を予定していた、前年度優勝の湘南信用金庫、前年度準優勝(株)リコー厚木事業所、優勝候補の一角の日立Astemo(株)厚木工場を含む5チーム(1チームは代替え出場)が出場辞退する異例の大会となった。今大会に大和支部から審判員3名を派遣した。

福田スターズ 勝利ならず

大和支部代表の福田スターズは8月21日、1回戦が不戦勝となり、翌日の22日、中栄信金スタジアム秦野で、厚木市役所(厚木)と対戦、終盤の攻防で崩れて勝ち進むことができなかった。

◇ 2回戦

福田スターズ(大和)	0	3	0	0	0	0	2	0	5
厚木市役所(厚木)	0	0	4	1	0	0	1	3	9
(大)秋山-長利									
(厚)鈴木-清宮									
◇本塁打 秋山(大)									
◇二塁打 近藤(大)									



[写真上=球審を務めた早川昌和氏=22日、サーティーフォー相模原球場]

時間よ、とまれ! 老化対策あの手この手

老化を防ぎ、長寿を保つために気をつけなければならないことに、食事、運動、睡眠という3つの要素があります。これらがバランスよく保たれ、しかも生活上の養生をきちんと守れば、快適な生活が送れます。

一方、心の老化を防ぐことは、高齢化社会にきわめて重要な問題です。

◆肉体の老化を防ぐために

- ① **バランスのよい食事** 量は体重を目安に。良質タンパク質を体重1kgあたり1g以上とり、生野菜を十分に。
- ② **運動はつけて** 毎日の積み重ねが大切。体操などは効果的です。
- ③ **よく歩く** 足は第二の心臓ともいわれます。運動の効果が現れ内臓が活発化してくるのは約400m位からです。
- ④ **冷睡眠を十分にとる** 睡眠は疲労回復の母。最低7時間はとります。
- ⑤ **無理をしない** 若い時とは違って、何事にせよ、節制が大事。

◆心の老化を防ぐために

脳の老化の原因は、細胞の退化と、血行の不良にあります。しかも脳は、使わないでいると、その重さまで減少します。老人ボケといわれないためにも、頭を回転させ、頭脳の老化を防ぎましょう。

- ① **仕事を持つ** 人間の精神能力は50~60歳位がピーク。いわば定年期は人生の円熟期。第二のスタートは若さを保つ秘訣です。
- ② **趣味、研究に打ち込む** 絶えず心にふれる感動。一つの事に没頭する集中力が老化を遅らせます。
- ③ **新聞、本をよく読む** 常に世の中に対して好奇心を持ち、目から知り得たものは心を豊かにします。
- ④ **若い人と話し合う** 若い人たちとの付き合いは、とかく慰め合いになりやすい老人の付き合いとは違った新鮮な刺激が得られるでしょう。

健康の知恵

なすとシーフードの チリソースそうめん

作り方

①なすは半月切り、長ネギは1cm長に切る。②シーフードミックスはさっと茹でておく。③大きな鍋にたっぷりの湯をわかし、そうめんを入れて茹でる。冷水にとり、水洗いをしてザルにあげ、よく水気を切る。④フライパンにサラダ油を熱し、①のなすを炒める。⑤①の長ネギを加えてさっと炒め、エビチリの素、水を入れて煮立て、②のシーフードミックスを加えてさって煮る。⑥器に③のそうめんを盛り、⑤をかけ、大葉の千切りを添える。

(2人分)

- なす.....2本
- 長ネギ.....1/2本
- シーフードミックス.....120g
- そうめん.....200g
- サラダ油.....大さじ1
- エビチリの素.....2人分
- 水.....200ml
- 大葉(千切り).....4枚

全国高等学校軟式野球選手権南関東大会 決勝戦齊藤佑太氏が一塁々審

令和3年度第6回全国高等学校軟式野球選手権南関東大会決勝戦が8月4日、中栄信金スタジアム秦野で行われ、齊藤佑太氏(大和支部)が一塁々審を務めた。



第55回神奈川県中学校総合体育大会 兼第73回神奈川県中学校軟式野球大会

第55回神奈川県中学校総合体育大会兼第73回神奈川県中学校軟式野球大会は、7月28日から3日間小田原球場、星槎中井スタジアムで行われ、1回戦、大和市立つきみ野中学校(県央ブロック2位)は、湘南地区2位の茅ヶ崎市立松林中学校(湘南ブロック2位)に1対1のタイブレークを競り勝った。2回戦は、横浜市立日野南中学校(横浜ブロック1位)に7回に決勝の1点をもぎ取ってサヨナラ勝ち。準々決勝戦は、川崎市立大師中学校(川崎ブロック2位)に5点を失って惜敗した。大和市立大和中学校(県央地区1位)は、2回戦からの登場、鎌倉学園中学校(湘南ブロック3位)に6回決勝点を奪われ、無念の初戦敗退となった。

[写真2枚は、投打に大活躍の百瀬匠選手=28日、星槎中井スタジアムにて]



◇準々決勝戦

川崎市立大師中学校
0 1 0 1 3 0 0 | 5
0 0 1 0 0 0 0 | 1
大和市立つきみ野中学校
(大)関、馬飼野-白川
(つ)長田、高田、百瀬-百瀬、畠山
◇二塁打 小川、関、村石、竹野(大)

◇1回戦

茅ヶ崎市立松林中学校
1 0 0 0 0 0 0 | 1 | 2
0 0 0 1 0 0 0 | 2 | 3
大和市立つきみ野中学校
(松)荒井、須長-和田
(つ)百瀬-畠山
◇三塁打 澤田(つ)
◇二塁打 杉本(松)澤田、百瀬(つ)

◇2回戦

横浜市立日野南中学校
0 0 0 0 0 0 0 | 0
0 0 0 0 0 1 X | 1
大和市立つきみ野中学校
(日)柴崎-越智
(つ)長田-百瀬
◇二塁打 渡邊(つ)

◇2回戦
大和市立大和中学校
0 0 0 1 0 0 0 | 1
0 1 0 0 0 1 X | 2
鎌倉学園
(大)島田-小川
(鎌)徳田、天野、徳田、秋山-西岡
◇二塁打 鈴木(鎌)

夏の祭典 中学校オールスターゲーム無念の中止

第26回大和市内中学校オールスターゲームは、緊急事態宣言のため、無念の中止となった。平成8年から始まった同ゲームが中止になったのは初めてである。なお、出場が決まっていた選手を記録として残すため、大会冊子を製作し、選手及び関係者に配布される。

中体連市内新人戦

つきみ野中が制す

令和3年度県央ブロック中学校夏季親善軟式野球大会大和市予選大会は8月18日からつきみ野野球場で行われ、決勝戦は20日つきみ野中が南林間中をくだし、優勝した。つきみ野中と南林間中は、8月28日から厚木市で行われる県央ブロック大会に出場する。

◇決勝戦

南林間中学校
0 0 0 1 0 5 0 | 6
3 0 2 0 1 4 X | 10
つきみ野中学校
(南)金子尚-金子敦
(つ)堀川、澤田、林-山本
◇三塁打 松本(つ)
◇二塁打 保科(南)澤田、光 丘 4-2 鶴 間 木村、長田(つ)

◇準決勝戦

南林間 3-2 引地台
つきみ野 4-2 光 丘

◇1回戦
南林間 10-0 下福田
引地台 18-7 渋谷
つきみ野 4-2 大和
光 丘 4-2 鶴間

9月スケジュール

5日 市内大会 下福田
11日 大和スタジアム交流戦 大和スタジアム
12日 市内大会 下福田
12日 強化試合大会 大和スタジアム
19日 市内大会 大和スタジアム・下福田
25日 大和スタジアム交流戦 大和スタジアム
26日 市内大会 大和スタジアム・下福田
26日 強化試合大会 下福田

10月スケジュール

2日 高校交流大会 大和スタジアム
2日 中体連秋季市内大会 下福田
3日 市内大会 大和スタジアム・下福田
3日 強化試合大会 下福田
9日 高校交流大会 大和スタジアム
9日 中体連秋季市内大会 下福田
10日 市内大会 下福田
16日 選手権大会(中学) 大和スタジアム
17日 市内大会 大和スタジアム・下福田
17日 強化試合大会 下福田
23日 高校交流大会 大和スタジアム
24日 市内大会 大和スタジアム
24日 強化試合大会 下福田
30日 高校交流大会 大和スタジアム
31日 強化試合大会 大和スタジアム・下福田

月曜会

開催日：毎週日曜日

会場：大和スタジアム

時間：試合終了後

スポーツ用品のご用命は275-5082

五丸屋スポーツ

大和市南林間6-4-26

TEL 275-5082

FAX 275-8475