

江崎英俊氏 特別賞を受賞

優秀賞:荒井祥太氏 新人賞:鈴木賢次氏

喜寿祝:蜂須賀善明氏

令和4年度の夏の甲子園(第104回全国高等学校野球選手権大会)に審判員として出場した江崎英俊氏(大和支部所属)が3月26日総会開幕式で一般社団法人大和市野球連盟(会長・藤代優也)から表彰された。

同日、審判部でも、恒例の三賞の授賞式が大和スタジアム会議室で行われた。

注目の優秀賞は、荒井祥太氏。新人賞は、鈴木賢次氏。喜寿を祝っての感謝状を蜂須賀善明氏に贈られた。



特別賞を受賞する江崎英俊氏 総会開幕式にて



優秀賞:荒井祥太氏(左) 喜寿祝:蜂須賀善明氏(中央) 新人賞:鈴木賢次(右) 大和スタジアム会議室にて

審判講習会(一社)大和市野球連盟

(一社)大和市野球連盟審判部は令和5年度のシーズン開幕に向けて、3月12日、19日の両日、審判講習会を社会人チームの強化試合を兼ねて実践形式の講習会を行った。



春の健康を保つ食生活

◆まず朝食から

◆1分でも長く寝ていたい、春の朝。せわしなく忙しい出掛け前には、つい朝食もおろそかになりがちです。しかし、朝食をきちんととる食欲の有無が、働く人のスタミナを左右します。

◆ところが、朝食ぬきで昼食も軽食。そして、夕食にだけ集中的に食べるような食生活は、ぜひ改めたいものです。一般的に働く人の食事は、三食を平均して栄養をとることが最良です。

◆野菜を十分にとる

◆春向きにとくに必要な栄養を……と考えるより、ご飯や麺類をひかえめにして、脂肪、たん白質、有機野菜を少しでも多くとりいれます。とくに自炊や外食者は、野菜不足にならぬように努めてください。

◆胃を守るために

◆胃の病気は、食べすぎや飲みすぎだけが原因ではありません。精神的な緊張、不安、

健康の知恵

休養不足などが大きな要素になります。そこで胃を守るためにも、レクリエーション、運動、休養がぜひとも必要になります。

◆また、食事はゆっくり時間をかけ、よくかんで、楽しみながら食べること。楽しく食事することによって、食事はおいしく、消化も良くなります。

◆食中毒が多くなる

◆気温の上昇で食品衛生には要注意の季節。食べ残したものをしまっておく時には、必ず火を通しておきます。冷蔵庫が活躍し始めますが、殺菌庫でないことをお忘れなく。

◆行楽シーズンともなると弁当を作る機会もふえます。この場合も食中毒には気をつけて。おかずも魚、揚げ物、練り製品はさけたほうが安全です。古いお惣菜や余ったおかずを惜しまず捨てるのは、護身法といえます。

旨味たっぷり シーフードカレー

作り方

①あさは海水程度の水につけ砂抜きをしておく。玉ネギ、ニンジンのみじん切りにしておく。②エビはミントマトと一緒にソテーしておく。カキも小麦粉をつけてソテーしておく。③フライパンによく洗ったアサリを入れ白ワインを加えて蓋をし、貝が開くまで蒸し焼きに。アサリを取り出し、残った汁と別にしておく。④フライパンで玉ネギ、ニンジンを炒め、火が通ったら、水、アサリの煮汁、カレーを入れる。⑤④にアサリを戻しひと煮したら、ご飯に添える。⑥②を盛り付けて出来上がり。

(2人前)

- | | |
|----------------|----------------|
| ●玉ネギ……………1/2個 | ●ニンジン……………1/4個 |
| ●アサリ……………100g | ●カキ……………2個 |
| ●エビ……………6尾 | ●白ワイン……………大さじ3 |
| ●サラダ油……………大さじ1 | ●塩コショウ……………少々 |
| ●水……………350ml | ●カレー……………50g |
| ●ご飯……………適量 | ●ミントマト……………4個 |

一般社団法人大和市野球連盟 総合開幕式

小雨降る3月26日、令和5年度一般社団法人大和市野球連盟選手権大会・第55回大和市民総合スポーツ選手権大会・育成部令和5年度春季学童軟式野球大会(会長・藤代優也)の総合開幕式(35年目)は、前日からの雨が無情にも降り続いたため、大和スタジアム観客席(銀傘の下)で行われた。

当日予定していた一般社会人の7試合大会はすべて順延となり大会初日から日程の変更が検討された。育成部春季大会は、3月19日にすでにスタートし、今後の日程調整が順調に進めば4月17日、つきみ野野球場で決勝戦が行われる。

選手宣誓は、昨年の覇者、大和クラブジュニア主将吉田光政君と岡野電線露木蓮主将が「宣誓、我々選手一同は、コロナウイルスの蔓延により、さまざまな事が抑制され、当たり前前に過ごしてきた日々が、どれだけありがたい事なのかを学びました。今日、こうして総合開幕式を迎えられる事や、野球が出来る環境を作ってくださった人たちに、これまで以上感謝し、日本中を、歓喜の渦に包みこんだ、WBC日本代表のような熱い気持ちを胸に、最後まで正々堂々と戦う事を誓います。」と力強く宣誓した。(今年の口上は岡野電線露木蓮主将 写真右下の右側)



大会注意事項を述べる松原悟審判部長



開幕の挨拶をする藤代優也会長



開幕を祝う会

開幕を祝う会が3月26日、かごの屋大和店で27名(ゲスト2名を含む)の参加者で行われた。同会は、平成31年を最後にコロナ禍で中止が続き4年ぶりの開催となった。



開幕を祝う会で挨拶をする藤代優也会長 かごの屋大和店にて

4月スケジュール

1日 県央ブロック予選	大和スタジアム
2日 市内大会	大和スタジアム・下福田
8日 高校野球春季大会	大和スタジアム
9日 市内大会	大和スタジアム・下福田
15日 高校野球春季大会	大和スタジアム
16日 市内大会	大和スタジアム・下福田
23日 市内大会	大和スタジアム・下福田
29・30日 首都大学野球	大和スタジアム
30日 市内大会	大和スタジアム・下福田

5月スケジュール

7日 市内大会	大和スタジアム・下福田
13日～国民体育大会県予選	海老名球場他
13日～高松賜杯一部県予選	南足柄球場
13日～高松賜杯二部県予選	厚木玉川球場
13日～日本スポーツマスター	横須賀スタジアム
14日 市内大会	下福田
21日 市内大会	大和スタジアム・下福田
28日 市内大会	大和スタジアム・下福田

月曜会 LINE・Mailで開催

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

神奈川県野球連盟審判講習会

令和5年度神奈川県野球連盟審判講習会が3月12日、海老名運動公園野球場で行われ、大和支部からの参加者は、講師の江崎氏と受講生の荒井氏(2年目)、山田氏(1年目)の3名。[講習会の模様 海老名運動公園野球場にて]

