



いきいき茨城ゆめ国体2019

第74回国民体育大会 翔べ 羽ばたけ そして未来へ

いばラッキーNews♪No.18



2019年9月28日(土)～2019年10月8日(火)



茨城国体まであと100日

6月20日でよいよ茨城国体開催100日前となります。
高萩市実行委員会では、4月に競技・式典専門委員会、5月に常任委員会及び総会を開催し、各委員の皆様、各関係者の皆様のご協力のもと、一致団結により、本大会に向けて着々と準備が進んでいます。



第2回競技・式典専門委員会



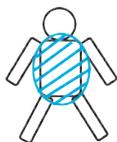
第3回総会

45年ぶりの茨城県開催。次に茨城県で国体が見られるのは45年後?になるかもしれません。皆さんで盛り上げて、思い出に残る茨城国体にしましょう!



今月のあなたを持ち上げるウエイトリフティング通信

「体幹」は体のどの部分を指す言葉か知っていますか?競技の特性により、違いはあるかもしれませんが、ウエイトリフティングにおいては右図の部分の指します。いかに体幹を崩さず、力を伝えるかが、重要なポイントです。



範囲が広いので、体幹トレーニングはたくさんありますが、1つ簡単な例を紹介します。



上図のように寝た状態から、手で腿を触りながら上体を徐々に起こし、手が膝についたら、同じ動きでもともどります。ゆっくり10数えながら起き上がり10数えながらもどしてみてください。10回3セットなど無理のない範囲でお試してください。



茨城国体・障害者スポーツ大会の開会式・閉会式の観覧者募集中!

募集期限 6月28日(金)まで

観覧には事前申し込みが必要です。

(応募者多数の場合は抽選になります。)

申込用紙は、高萩市役所1階総合受付、高萩市総合福祉センター窓口を設置してあります。また、茨城県実行委員会ホームページからもダウンロードできます(インターネットで検索する場合は、「茨城国体・大会」で検索してください)。

【総合開会式】9月28日(土)

観覧料金: 大人(中学生以上)1,000円、子ども500円

出演予定者: 磯山純、城之内早苗、鈴華ゆう子、マシコタツロウ、渡辺徹、渡辺裕之

【総合閉会式】10月8日(火) 観覧料金: 無料

出演予定者: 渡辺徹

【大会開会式】10月12日(土) 観覧料金: 無料

出演予定者: 磯山純、田中玲子、NEVA GIVE UP、ねば〜る君、渡辺徹、渡辺裕之

【大会閉会式】10月14日(月・祝) 観覧料金: 無料

出演予定者: 石井竜也、磯山さやか

※各式典には、茨城県にゆかりのある著名人が出演予定 敬称略、50音順、その他県民の方々も多数出演・参加

【会場】笠松運動公園陸上競技場

【募集人数】各式典約5千人

【申込方法】

- ①茨城県国体・大会実行委員会のホームページから申込
- ②専用申込用紙を県実行委員会に郵送又は持参

【お問合せ】0120-181-591(平日9時～18時)

いきいき茨城ゆめ国体・いきいき茨城ゆめ大会お問い合わせ窓口

高萩市開催競技

《ウエイトリフティング》2019年10月2日(水)～6日(日)／高萩市文化会館

《軟式野球》2019年10月4日(金)～5日(土)／高萩市民球場



いきいき茨城ゆめ国体高萩市実行委員会事務局(高萩市教育委員会国体推進課)

〒318-8511 高萩市本町1-100-1 TEL: 0293-23-2019 FAX: 0293-23-1126

【ホームページ】<http://www.city.takahagi.ibaraki.jp/page/dir001194.html>

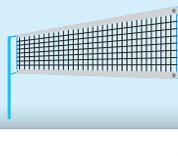


スポーツのお知らせ

●問合せ 国体推進課 ☎23-2019



結果 平成31年高萩市バレーボール連盟 女子春季リーグ大会



期日：4月21日(日)
場所：高萩市民体育館
結果：優勝 B-フレンズ
準優勝 ナインスターズ
第3位 RUSH



結果 第7回たかはぎさくら宇宙公園クロスカントリー大会

期日：4月21日(日) さくら宇宙公園の特設コースで市体育協会主催のクロスカントリー大会が行われました。
場所：さくら宇宙公園 今年で7回目となる大会には、昨年を上回る324人のランナーが参加。ランナーは家族や友人たちの声援を受けながら、桜並木の下を力走しました。各部門の結果は以下のとおり。

親子の部

第1位 小室 孝・亮人
第2位 水上 勝・蓮
第3位 寺西 昇三・唯衣

小学生女子の部

第1位 田山 希海
第2位 銭谷 菜音
第3位 黒羽 柚妃

中学生女子の部

第1位 生井沢 優奈
第2位 長瀬 日向
第3位 三代 花姫



一般女子の部

第1位 高橋 雅子
第2位 大森 正子
第3位 掛札 千聖

小学生男子の部

第1位 黒羽 洋希
第2位 寄川 滉正
第3位 小室 寛太

中学生男子の部

第1位 武田 陸
第2位 生大目 温
第3位 舟生 充希



男子39歳以下(高校生含む)の部

第1位 秋谷 駿太
第2位 秋谷 大輝
第3位 齊藤 直希

男子40歳～59歳の部

第1位 寄川 盛男
第2位 平山 護太郎
第3位 木村 哲也

男子60歳以上の部

第1位 山口 泰広
第2位 野村 幸広
第3位 木村 哲

結果 第47回 高萩バドミントン大会

期日：5月19日(日)
場所：高萩市民体育館

参加人数：25組(50人)
(うち男子：12組)
女子：13組



ダブルス 男子1部

優勝 柴崎 雄紀・藁谷 徹
準優勝 宮崎 秋行・大越 裕治
第3位 小川原英樹・渡辺 博之

男子2部

鈴木 裕一・小茂田元貴
白岩 由行・伊藤一芳
大森 芳史・沖沢 和彦

ダブルス 女子1部

優勝 青木 恵美・柴崎 由紀
準優勝 榎本 明子・草薙 敦子
第3位 佐々木ひろみ・加藤 みほ

女子2部

志賀 晴美・竹ノ下理奈
橋本 由紀・根本 淳子
金田嘉津子・川崎 幸枝

この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。

明秀学園日立高等学校
MEISHU HITACHI

夢を目標に変え 目標を確実にする
そのために明秀日立は 3コース

特進 ST コース
特進 S コース
特進 A コース

〒317-0064 茨城県日立市神峰町 3-2-26
TEL 0294-21-6328 URL <http://www.meishu.ac.jp>

有料広告

JUNDA 認定ドローンスクール TAKAHAGI You FIELD

主役は キミだ! ドローンスクール開校
6・7月期生徒募集!!

体験型ドローンスクール無料説明会開催
10:00~14:00 希望のお時間で説明会。当日は飛行体験も出来ます。

“驚きの映像体験”ドローン自撮り体験会開催
10:00~14:00 1名様 500円 体験会は随時開催中!

ドローン エンジニア ラボラトリー
高萩市大字下君田682 高萩ユーフイールド(旧君田小中学校)
<https://www.you-field.com> ☎0293-28-0071

有料広告