



H.S.T.A

広島県シニアテニス連盟



連盟だより 第13号

2019年11月1日発行

ウォーミングアップしてテニスを楽しみましょう!!

広島県シニアテニス連盟 会長 加藤 和博

暑い夏が終わり、徐々に寒くなってきますので、お身体には気をつけてください。寒くなると、血管が収縮し、腱や筋が硬くなります。ウォーミングアップし、体温を上げ身体を温めて「ウォーム」、心拍数を上げ血流量を増やして「アップ」しましょう。

事前に、軽い運動をすることで心臓や肺への急激な負担を軽減することができますし、肉離れや腱断裂などの傷害を防ぐことができます。是非、実践してテニスを楽しんでください。

今年も、秋季大会に多くのご参加をいただき、盛況のうちに終了しました。皆様のご協力に感謝いたします。

さて、今年最後となる冬季大会（団体戦）がびんご運動公園で開催されます。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

今年も、会員の皆様のご協力により、多くの新入会員をお迎えしています。新しい仲間との出会いを楽しみ、親睦をさらに深めてくださるようお願いいたします。

また、今後とも本連盟のためにご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

大会案内



会員の皆様はどなたでも参加できます。

1 第19回 広島県シニアテニス連盟冬季大会

開催日時	令和元年11月27日(水)	9:00~17:00
会場	びんご運動公園テニスコート（砂入り人工芝9面）	
申込期間	11月8日(金)～11月17日(日)（必着）	
申込方法	募集要項参照（後記）	
その他	eメール登録者に当日の開催情報（一斉メール）を配信します。	

練習会（親睦交流会）案内



会員の皆様はどなたでも参加できます。

1 第68回 広島県シニアテニス連盟 西地区練習会

開催日時	令和2年1月8日(水)	9:30~17:00（集合9:00）
会場	佐伯運動公園テニスコート（五日市倉重；砂入り人工芝6面）	
申込期限	1月5日(日)（必着）	
申込方法	年間申込書(会場で配布)、はがき、FAX、携帯メール	
	宛先 〒731-5138 広島市佐伯区海老山南1-11-9	
	中川 正敏 TEL/FAX 082-921-8250（携帯090-6849-2906）	
その他	参加料 300円（グループ対抗戦W）	
	練習会当日の連絡先（8時30分～9時30分）	
	脇坂 090-8530-9878	畑野 090-2288-4421

大会・練習会 結果

1 第17回広島県シニアテニス連盟秋季大会 (令和元年9月4日;東広島運動公園テニスコート)

(男子の部)		優 勝	準 優 勝	第 3 位
60歳 以上		丸岡 昌水	住井 賢一	高本 章
65歳 以上		幡山 静夫	河野 博史	竹添 功三
70歳 以上	A	歌田 豊	大林 正博	秋本 貞雄
	B	小室 順	伊賀 雅生	向井 龍義
75歳 以上		林 幹盛	井上 末登	山本 勝昭
80歳 以上		四田 政則	吉川 信	藤井 賢三
(女子の部)				
		優 勝	準 優 勝	第 3 位
55・60歳 以上		杉内 左知子	柴田 香織	蒲谷 真弓
65歳 以上		脇坂 洋子	松長 あや子	河野 まり子
70・75歳 以上		楠本 百合	小西 すま子	小島 悦子

2 第19回中国地区シニアテニス連盟オープン山口大会

(令和元年9月18日;山口維新百年記念公園テニス場)

(男子の部)		優 勝	準 優 勝
70歳以上	A	—	加藤 和博 (広島) 広本 宣彦 (広島)
	B	歌田 豊 (広島) 碓 愛治 (広島)	—
	C	岡峰正二郎 (広島) 大林 正博 (広島)	—
65歳以上		中川 正敏 (広島) 中丸一十士 (広島)	—
60歳以上		—	高本 明 (広島) 丸岡 昌水 (広島)
(女子の部)			
種 目		優 勝	準 優 勝
75歳以上		—	小島 悦子 (広島) 木戸由美子 (広島)
70歳以上	A	今里 博子 (広島) 神宮寺恵子 (岡山)	伊川まゆみ (広島) 永井 礼子 (広島)
65歳以上	B	脇坂 洋子 (広島) 信川 妙子 (広島)	—
55歳以上		—	清水真由美 (広島) 杉内左知子 (広島)
50歳以上		—	小出 容子 (広島) 三浦ひとみ (広島)

3 第20回広島県シニアテニス連盟備後地区親睦交流会

(2019.5.9 ; びんご運動公園)

第1位	平 嘉雄, 中川 伸良, 真田 秀和, 松本 信子, 脇本 由恵, 野崎 和子
第2位	岡峰 正二郎, 初崎 宏治, 大塚 忠夫, 後藤 まり子, 山田 悦子, 藤井 明美
第3位	秋本 貞雄, 田中 保善, 中川 哲夫, 池尻 ちえ子, 今川 初美, 森上 裕子

4 第21回広島県シニアテニス連盟備後地区親睦交流会

(2019.10.22 ; びんご運動公園)

第1位	松本 信子, 蒲谷 真弓, 森上 裕子, 竹本 博, 松原 光利, 三浦 敏之
第2位	濱田 達子, 脇坂 洋子, 加藤 智子, 山本 高, 金尾 剣一, 宍戸 謙二
第3位	松下 光子, 藤井 明美, 中村 繁子, 岡峰 正二郎, 天野 博史, 塩出 京子

5 第67回広島県シニアテニス連盟西地区練習会

(2019.10.23 ; 佐伯運動公園テニスコート)

第1位	三宅 俊生, 坂本 忍, 畑野 直, 杉内 左知子, 徳永 八千代
第2位	中野 義憲, 歌田 豊, 脇坂 洋子, 江草 登喜子, 山本 昌子
第3位	塚田 邦人, 栗村 博, 小室 順, 越智 典子, 江盛 美鈴

★ 変更届, 休会届, 復会届及び退会届について

次の場合は, 会長あてに届出をしてください。届出は, 事務局で受け取ります。

- 1 住所, 氏名, 電話番号及びeメールアドレスを変更したとき
- 2 本連盟を休会するとき及び休会者が復帰するとき
- 3 本連盟を退会するとき

★ eメールアドレスの登録について

eメールアドレスの登録をしていただくと, 大会当日の開催案内(雨天中止等の情報)や連盟だより(スマートフォン, パソコンのみ)を事務局からの一斉メールで受け取ることができます。特に, 大会参加者の方は, スマホ等携帯での登録をしていただければ, 当日の開催情報がお手もとでわかりますので大変便利です。

なお, eメールアドレス登録者(パソコン登録のみ)には, クロネコDM便での「連盟だより」の発送を行わないこととさせていただきます。ご協力をお願いします。

従来どおりのクロネコDM便をご希望の方は, その旨事務局までご連絡ください。

【登録方法】

事務局 (sumii@fureai-ch.ne.jp)宛に次の情報を入れてメールしてください。

会員No、氏名、eメールアドレス、区分(スマホ、ガラケイ、パソコン)

★ 大会, 練習会(親睦交流会)申込み後のキャンセルについて

大会, 練習会等にエントリーした者が出場を取りやめる場合は, 必ず主催者(申込先)に届出をしてください。特に, 西地区練習会では, 1年間分の出場申込みを受付けていますので, 忘れないようにしてください。

第 19 回 広島県シニアテニス連盟冬季大会

募 集 要 項

- 1 主 催 広島県シニアテニス連盟
- 2 公 認 NPO 法人日本シニアテニス連盟
- 3 日 時 令和元年(2019年)11月27日(水) 9:00~16:00
雨天中止 (当日の問合せ先 中村 080-1905-1103 山迫 090-9500-3497)
eメール登録者に当日の開催情報(一斉メール)を配信します。
- 4 場 所 びんご運動公園テニスコート(砂入り人工芝 9面)
尾道市栗原町 997
- 5 試合方法 チーム対抗戦(ダブルス:各チーム4試合)
6 ゲーム先取、ノードバンテージスコアリング方式
- 6 順位の決定 1 勝率、2 得失ゲーム数、3 得失ゲーム率、4 グループ総年齢の順
- 7 参加資格 NPO 法人日本シニアテニス連盟会員(男子60歳以上、女子50歳以上)
- 8 参加費 1,100円(当日、会場で納入してください。)
- 9 申込方法 別紙様式によって、ハガキ又は携帯ショートメールで **11月8日(金)**
~17日(日)の期間内に申し込んでください。
申込先 〒723-0144 三原市沼田東町末広 315-289
中村 正司 携帯 080-1905-1103
- 10 表 彰 各チームに賞品があります。
- 11 事故・傷害 参加者全員、1日傷害保険に加入します。
への対応 事故等で医師の治療を必要とする場合、救急車の出動を要請します。

広島県シニアテニス連盟

事 務 局

〒731-0211 広島市安佐北区三入 1-15-8 住井 賢一

TEL/FAX 082-818-5135 メール sumii@fureai-ch.ne.jp

ホームページ

<http://ja4mgv.html.xdomain.jp/> (新 URL)

編集 太田 紀代子



テニスを生涯スポーツとして元気に仲良く楽しみましょう!

