

謹賀新年

ご家族の皆様には、よいお正月をお迎えのこと
とお喜び申し上げます

昨年は、皆様のご協力で審判部の運営が円滑に
行うことができ誠にありがとうございました
今年も何卒宜しくお願いいたします

◇準決勝戦

陽原Jrパイレーツ(相模原)

0 0 0 0 0 0 0 | 0
0 0 0 0 0 1 X | 1

南林間ファイターズ(大和)

(相) 白井-佐藤

(大) 水野、上野-高野

◇本塁打 上野(大)

◇試合時間 1時間07分

◇審判 鈴木賢、藤本、竹林、山田

[写真下左=初優勝の座間パイレーツ]

◇準決勝戦

座間パイレーツ(座間)

0 0 3 1 0 3 0 | 3 | 10
1 2 4 0 0 0 0 | 1 | 8

三田フレンズ(厚木)

(座) 伊藤啓、澤田壮-澤田壮、伊藤啓

(厚) 山口、清水、露木-大和

◇本塁打 片桐(厚)

◇三塁打 岩崎(厚)岡田、片山(座)

◇二塁打 野口、片桐(厚)

◇試合時間 2時間04分

◇審判 位田、石井、鈴木賢、小島

◇決勝戦

座間パイレーツ(座間)

0 0 2 4 0 2 0 | 8
0 2 0 2 0 1 2 | 7

南林間ファイターズ(大和)

(座) 飯島、伊藤、岡田-澤田壮

(大) 岸川、山火、上野-高野

◇本塁打 徳田、橋本(大)

◇三塁打 上野(大)

◇二塁打 澤田翔2、澤田壮(座)

◇試合時間 1時間51分

◇審判 竹林、位田、石井、山田

[写真下=決勝戦 球審竹林嘉和氏]



[写真下=南林間ファイターズ 岸川投手]



◇一回戦

[写真上中央=準優勝の南林間ファイターズ]

成瀬少年野球教室(伊勢原)

2 1 1 0 1 | 5
1 0 7 0 4 X | 12

南林間ファイターズ(大和)

(伊) 石黒、小倉、草薨-中山

(大) 岸川、水野-高野

◇本塁打 石黒(伊)

◇二塁打 中山、草薨、根本、小倉、濱野(伊)高野3、野村、山火2、高井(大)

◇試合時間 1時間27分

◇審判 位田、鈴木賢、阿部、今野

◇一回戦

陽原Jrパイレーツ(相模原)

2 4 0 1 0 0 0 | 7
4 1 1 0 0 1 0 | 6

吉岡サプリング(綾瀬)

(相) 白井、小笠原-佐藤

(綾) 檀棒、加藤-加藤、鈴木

◇二塁打 佐藤、佐々木、小笠原(相)山中(綾)

◇試合時間 1時間29分

◇審判 前田、小滝、鈴木賢、田代

◇一回戦

三田フレンズ(厚木)

1 4 0 1 0 0 2 | 8
0 0 0 0 0 0 1 | 1

秦野少年野球部コメッツ(秦野)

(厚) 片桐、露木、山口-大和、岩崎

(秦) 三枝、高屋光-伊東

◇三塁打 山下、露木(厚)

◇二塁打 岩崎、野口(厚)片山、上田(秦)

◇試合時間 1時間33分

◇審判 竹林、小島、阿部、今野

◇一回戦

海老名ドルフィンズ(海老名)

0 0 1 0 0 | 1
5 3 1 0 X | 9

座間パイレーツ(座間)

(海) 工藤、柏原-高山

(座) 伊藤啓-澤田壮

◇三塁打 伊藤(座)

◇二塁打 岡田、山田陽、片山(座) 柏原(海)

◇試合時間 1時間06分

◇審判 鈴木賢、水野、前田、田代

酒の悪い飲み方 上手な飲み方

健康の知恵

大根のから揚げ

年末から年始にかけては、酒と付き合う機会が増えます。

『百薬の長』といわれる酒を、『健康をむしろ悪物』にしないために楽しく上手に飲むコツを。

◆楽しくゆっくり飲む

◆悪酔いや二日酔いになってしまったりは、せっかく飲んだ楽しいはずの酒も台無しです。酒の肴を大いに食べること。胃の中に食物が入ってくると、アルコールの体内への吸収が遅くなるからです。特にチーズや天ぷらなどの脂肪は、胃の内壁を油の膜でおおうので効果があります。

◆そして、ゆっくりと楽しみながら飲むことも大切です。適度な酔いを楽しむには、血液中のアルコール濃度1%程度がいいとされています。これは1時間に日本酒なら銚子2本、ビールなら大びん1本半、ウイスキーなら水割りシングル3~4杯飲んだ状態です。これ以上はグッとペースを落として、会話や食べるほうを楽しみましょう。

◆ところで、飲みながらタバコを吸うのはよくありません。タバコのニコチンが胃の働きを抑え、酒の中にとけこんだタールが、口腔や食道、胃などの壁に付着します。

◆また、なんといっても一番大切なのは、自分の適量以上に飲まないことです。もし、体調が悪い時や疲れ気味の時は、悪酔いしやすいので特に注意が必要です。付き合いで、やむなく飲まなければならないときは、自分の時量より少な目ぐらいにしておきます。

◆二日酔いの時は

◆水やジュースなどを多く飲んで体内のアルコール濃度をうすめ、排尿につとめること。

◆味噌汁の中に含まれるビタミンB1はアルコールの分解を早める働きがあり、お茶やコーヒーは利尿効果、ハチミツ、柿、リンゴはアルコールを燃焼させるので有効です。

作り方

①Aを混ぜ合わせて袋に入れて下準備をする。
②大根は皮をむき、一口大に切り、Aに入れ、冷蔵後に15~30分ほど漬けます。
③薄力粉と片栗粉を混ぜ合わせ、②の大根にまぶして170℃の油で表面がカリッときつね色になるまで揚げます。④さらに盛り付けて出来上がりです。

※お好みでレタス、レモンを添えます。

(4人分)

A { すりおろし生姜.....小さじ1/2
みりん.....大さじ1
しょうゆ.....大さじ1
おろしニンニク.....小さじ1/2

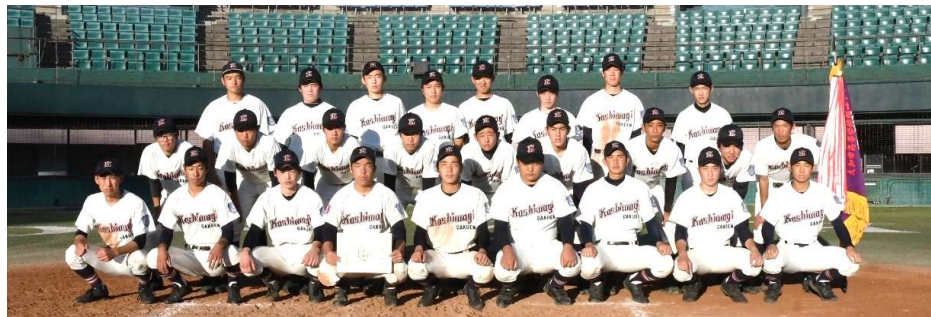
●大根.....400g
●薄力粉.....30g
●片栗粉.....30g
●油.....適量
●レタス.....適宜
●レモン.....適宜

柏木学園 3連覇達成

第28回大和市内高等学校交流大会は、開会式・閉会式を中止(2年連続)し、10月2日から11月13日まで7日間、大和スタジアム他で行われ、柏木学園が3連覇を達成した。同校は第6回大会から参加し、第24回大会に初優勝を果たした。同大会の3連覇は大和西高校が二度(2回～4回、9回～11回)達成している。

今大会の成績は、優勝:柏木学園、準優勝:大和高、3位:大和西高、4位:大和南高・瀬谷西高、5位:大和東高で昨年度大会と同じ順位となった。

[写真下=3連覇を達成した柏木学園ナイン]



[写真右=球審山田一輝氏=10月30日、大和スタジアム]

◇ 七日目(11月13日・大和スタジアム)
柏木学園

0	0	0	1	1	0	0	0	0	2
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

大和

(柏) 清水辺-松本

(大) 高橋-内田

◇ 試合時間 2時間00分

◇ 審判 今野、山田、前田、竹林

◇ 七日目(11月13日・大和スタジアム)

大和南・瀬谷西

0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
2	0	8	2	3	5	2	0		

大和西

(連) 栗野、上野-田中悠

(西) 高橋、阿部-伊藤

◇ 三塁打 高橋2、田口(西)

◇ 二塁打 近藤、須田、田口、新垣、中田(西)栗野

◇ 試合時間 1時間55分

◇ 審判 山田、荒井、竹林、鈴木賢

◇ 二日目(10月9日・大和スタジアム)

大和南・瀬谷西

0	0	0	0	0	0	0	0	0	13
1	5	0	6	0	1	×			

柏木学園

(連) 松井、長谷川-田中悠

(柏) 清水辺、長嶋-松本

◇ 三塁打 松本(柏)

◇ 試合時間 1時間50分

◇ 審判 齊藤、山田、鈴木賢、前田



◇ 五日目(10月31日・大和西高グラウンド)

大和西

1	0	2	0	0	1	0	0	0	4
1	0	0	0	0	1	0	3	×	5

柏木学園

(西) 高橋-伊藤

(柏) 清水辺-松本

◇ 二塁打 近藤、田口2(西)

◇ 試合時間 2時間09分

◇ 審判 鈴木浩、青木、位田、竹林

◇ 六日目(11月06日・大和スタジアム)

大和東

0	0	0	0	0	1	1	2
3	4	3	3	12	12	×	37

大和

(東) 牧、蛭間、深堀、高橋-深堀、

蛭間、深堀

(大) 松崎、柴田-内田

◇ 本塁打 松崎、内田(大)

◇ 三塁打 高橋(大)

◇ 二塁打 松崎、高橋、内田(大)

高橋(東)

◇ 試合時間 2時間34分

◇ 審判 荒井、今野、早川、堀井

[写真下=球審今野衛氏=11月13日、大和スタジアム]



◇ 四日目(10月30日・大和スタジアム)

大和南・瀬谷西

0	0	0	0	0	0	0	0	0	8
0	5	0	2	0	1	×			

大和

(連) 長谷川、松井-田中悠

(大) 高橋-内田

◇ 三塁打 山崎(大)上野(連)

◇ 二塁打 上野(連)

◇ 試合時間 1時間55分

◇ 審判 鈴木浩、鈴木賢、山田、前田



[写真上=柏木学園一塁清水辺投手=11月13日、大和スタジアム]

◇ 四日目(10月30日・大和スタジアム)

大和東

0	0	0	0	0	0	3	3
4	3	3	7	3	8	×	28

大和西

(東) 牧、蛭間、齋藤-深堀

(西) 阿部、町田-伊藤

◇ 三塁打 近藤、田口(西)

◇ 二塁打 池田、伊藤、近藤、田口(西)浅原、高橋(東)

◇ 試合時間 2時間13分

◇ 審判 山田、蜂須賀、前田、鈴木賢

◇ 三日目(10月23日・大和スタジアム)

大和東

0	0	0	0	0	0	3	3
0	1	2	4	8	5	×	20

大和南・瀬谷西

(東) 牧、高橋、蛭間、齋藤-深堀

(連) 松井、長谷川-田中悠

◇ 本塁打 菅村(連)

◇ 三塁打 田中悠(連)中村(東)

◇ 二塁打 天笠2、今津、上野、松井2

長谷川(連)片岡、蛭間(東)

◇ 試合時間 2時間08分

◇ 審判 櫻井、藤田、位田、今野

◇ 三日目(10月23日・大和スタジアム)

大和西

0	0	0	2	0	0	1	0	3
0	0	3	0	0	0	1	0	4

大和

(西) 高橋-池田

(大) 高橋-内田

◇ 三塁打 富田(大)菅井(西)

◇ 二塁打 高橋(大)榎戸(西)

◇ 試合時間 2時間01分

◇ 審判 荒井、長島、堀井、鈴木賢

1月スケジュール

14日 専門部長会	大和スポーツセンター
30日 審判部会	大和スポーツセンター
30日 社員総会	大和スポーツセンター

2月スケジュール

6日 加盟団体登録受付	大和スタジアム
6日 表彰委員会	大和スタジアム
6日 育成部卒業駅伝	大和スタジアム
11日 スポーツ人の集い	シリウス
12・13日 県連中堅審判講習会	大和スタジアム
19・20日 県連定時総会	箱根湯本

1月30日

審判部会・社員総会

◎審判部会: 13:00~

◎社員総会: 15:00~

大和スポーツセンター 2階会議室

マンデーホットニュースはお休みです

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