

# 開幕に向け 審判講習会が初動

一般社団法人大和市野球連盟審判部は、大和市民総合スポーツ選手権大会の開幕(3月27日)に向け2月20日、大和スタジアムで第1回審判講習会が神奈川大和ポイズと綾瀬ポイズの協力を得て行われた。参加者は23名(外部者を含む)。

前日からの雨は講習会開始直前まで降り続いていたが、開講後は徐々に回復し、晴れ間もある中で行われた。

[写真右 講習会の模様]



## 2022年度 野球規則改正

日本野球規則委員会より、2022年度の野球規則改正が発表される。

今回の規則改正では、投手のフインドアップポジションおよびセットポジションに関する5.07(a)(1)(2)について日本のアマチュアだけに適用する【注】を削除して国際基準に合わせたこと、打者または走者の妨害の規則の6.01(a)(1)に第3ストライク以外の打者にも適用されることが追記されたことなどの改正が行われている。

改正点は次の通り。

(1) 3.09【注3】③の第2段落を次のように改める。(下線部を追加) マーク類を布片、刺繍または樹脂製の成型物、あるいはスタンプによって表示する場合

(エナメル素材のように光る素材での表示は認められない)は、親指のつけ根に近い個所に限定し、その大きさは、縦3.5センチ、横3.5センチ以下でなければならない。

(2) 5.07(a)(1)【注1】を削除し、同【注2】を同【注】とする。

## MondayHotNew

(3) 5.07(a)(2)【注1】を削除し、同【注2】以降を順次繰り上げる。

(4) 5.09(b)(1)【注1】および【注2】を削除する。

(5) 6.01(a)(1)の最終段落として次を追加する。

もし、捕球されずに本塁周辺にとどまっている投球が、打者または審判員によって不注意にそらされた場合、ボールデッドとなって、塁上の走者は投手の投球当時占有していた塁に戻る。この投球が第3ストライクのときは、打者はアウトになる。

(6) 6.01(i)を次のように改める。

①【6.01i原注】を追加する。

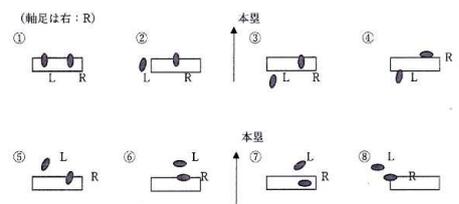
【6.01i原注】本項の“捕手”については、本塁のカバーに来た投手を含む野手にも適用される。

②同(1)本文中の「または本塁のカバーに来た野手(投手を含む、以下「野

手」という)と、同(1)および同(1)【原注】中の「または野手」を削除する。

(7) 巻頭(13ページ)の「投球姿勢」を改める。

投球姿勢  
(本文5.07a1:同a2参照)



1. 走者がいないとき

①~④のいずれもワイルドアップポジションとして投球することができる。

(軸足が投手板に触れてさえいれば、自由な足はどこに置いてよい)

2. 走者がいるとき

(1) ①~⑤はワイルドアップポジション。

(2) ⑥~⑧は時期足を投手板に並行に触れ、自由な足を投手板の前方に置いているのでセットポジション。

## 転ばぬ先のカルシウム

老後への「貯金」を

◆摂取量の不足は、骨や歯を溶かす

◆カルシウムの必要量は一人一日当たり0.6gです。もしカルシウムの摂取量が少なければ、骨や歯を溶かしでも、つじつまを合わせようと思します。

◆年をとると、骨からカルシウムが抜け出しやすくなります。ことに女性は閉経後、急に骨に「す」が入り始め、軽石みたいになってしまいます。つまり、骨粗鬆症です。

◆骨端が擦れ減るので、まず身長が低くなり、さらに体重のかかる背骨や腰骨が痛み出します。そして、つまづいて転んだだけで、簡単に骨折します。

◆いま、全国で寝たきり老人は、脳卒中の後遺症が一番多いですが、次は足首や太ももなどの足の骨折です。

◆老人の場合、治るまでに時間がかかり、長い安静を強いられているうちに、筋肉が衰え、症状も進行します。リハビリに励む意欲的な人は別として、治っても大半は寝たり起きたりを繰り返す、やがて起きられなくなってしまうケースが多いようです。

◆運動で骨やせ防止を

◆カルシウムは、食品ではトップが牛乳・乳製品(23.2%)で、野菜・果物(20.73%)、豆類(15.4%)、魚介類(14.6%)、穀類(6.4%)、海(4.6%)と続きます。満遍なく食べていけば不足することはありませんが、手っ取り早く間に合わせようと思えば、できるだけ牛乳を飲むようにつとめます。

◆カルシウムは、とりっぱなしでは身に付きにくいので、運動が必要です。スポーツなどができれば申し分ありませんが、せつせと歩いたり、動き回ったりすることでも、骨のやせにブレーキがかかります。

◆それに運動を続けていけば、バランス感覚が養われ、ちょっとつまづいたぐらいでは転んだりしなくなります。

## 健康の知恵

## 菜の花と塩昆布の

## 混ぜご飯

作り方

①鍋にお湯を沸騰させて塩を入れ、菜の花を茎の部分から入れて1分ほどゆでます。②菜の花の茎がやわらかくなったらお湯を切り、ザルなどにらせ、そのまま粗熱を取ります。③キッチンペーパーで水気を拭き取り、1cm幅に切ります。④ボウルにごはん、塩昆布、白いりごまを入れて混ぜ合わせます。⑤お茶碗によい完成です

(2人前)

- ごはん(温かいもの)…200g
- 菜の花……………50g
- お湯……………1500ml
- 塩(ゆで用)……………小さじ1
- 塩昆布……………10g
- 白いりごま……………大さじ1

### 審判部 敢闘賞表彰 齊藤佑太氏

1月30日の審判部会議で行われた表彰式で欠席した齊藤佑太氏の令和3年度敢闘賞(従来の努力賞)の表彰が2月13日、大和スタジアムで行われた。

[ 写真右 表彰状を手に喜びの齊藤佑太氏 ]



### 堀井邦男氏 松原悟氏が受賞 大和市表彰

大和市表彰を堀井邦男氏と松原悟氏が受賞した。表彰は大和市の市政施行日(昭和34年2月1日)に合わせて毎年2月1日に行われていたが、今年は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止になり、所属団体が行うことになった。

当連盟からは、平成24年度に浅野敏明氏、29年度に清水健二氏、石井政雄氏、岩田博氏、上野岩雄氏、30年度に丸山威夫氏、31年度に中村数豊氏が受賞している。



[ 写真上は堀井邦男氏 下は松原悟氏 ]

### 大和市体育協会功勞表彰

#### 江崎英俊氏 星野繁氏 高橋亮二氏

今年も、大和市スポーツ人の集い(主催・大和市体育協会)がコロナ禍で中止となり、同協会の功勞表彰の授与式が2月13日、育成部代表者会議の冒頭に行われ、江崎英俊氏、星野繁氏、高橋亮二氏(欠席)が受賞した。

[ 写真左下は星野繁氏 右下は江崎英俊氏 ]



今シーズン最初の審判講習会である神奈川県野球連盟中堅審判講習会が2月12・13日の2日間大和スタジアムで行われた。昨年は、新型コロナウイルス拡大防止対策のため中止され、今年は、まん延防止等重点措置の下での開催となり、参加人数の制限、開催時間の短縮などの対策を講じて行われた。

[ 写真下 2月13日の講習会 ]



### 神奈川県野球連盟中堅審判講習会



### 満31歳 審友新聞

平成3年3月、創刊号を発行以来、満31年が経ち今回で372号を発行することができました。

ワープロから始まった新聞づくりは縦書きからパソコンでの制作を期に横書きへと変更しました。

ここまで続けられたのは、みなさまのご指導のお陰と感謝しています。

昨年からホームページに掲載、PDFによる配信などをやってきました。今後も、ご支援のほどよろしくお願いいたします。

### 加盟団体登録申請受付

一般社団法人大和市野球連盟の加盟団体申請の受付が2月6日、大和スタジアム会議室で行われ、第54回大和市民総合スポーツ選手権大会の参加チームは100チームとなった。[ 写真左 団体登録受付の様 ]



### 育成部代表者会議

令和4年度一般社団法人大和市野球連盟育成部代表者会議は2月13日、シリウス6階会議室で開催され、令和3年度の事業報告・決算報告、令和4年度の事業計画案・予算案等のすべての議案が提案通り承認された。役員改選は一般社団法人大和市野球連盟の任期に合わせるため、4年度の1年間とした。



4年度役員  
部長:濱真吾、副部長:木下博義、大矢昭広、総務:星野繁、会計:岩淵松一、育成担当:木下博義、畑一彦、競技担当:大矢昭広、鎌倉俊文、大内基広  
[ 写真左 育成部代表者会議 ]

- 3月スケジュール
- 6日 市内審判講習会 大和スタジアム
  - 13日 市内審判講習会 大和スタジアム
  - 20日 市内審判講習会 大和スタジアム
  - 26日 県央ブロック予選 大和スタジアム
  - 27日 開幕式 大和スタジアム・下福田

- 4月スケジュール
- 2日 高松宮賜杯二部(予備) 大和スタジアム
  - 3日 市内大会 大和スタジアム・下福田
  - 9日 高松宮賜杯二部(予備) 大和スタジアム
  - 10日 市内大会 大和スタジアム・下福田
  - 17日 市内大会 大和スタジアム・下福田
  - 24日 市内大会 大和スタジアム・下福田

## 月曜会

3月27日  
から開催

スポーツ用品のご用命は275-5082

## 五丸屋スポーツ

大和市内南林間6-4-26

TEL 275-5082

FAX 275-8475

ゴマルヤニ