

# 5年ぶりの開会式 学・中・高 記念大会

第30回大和市野球選手権記念大会・第30回大和市内高等学校交流記念大会(主催・一般社団法人大和市野球連盟、後援・大和市内中学校校長会、大和市内高等学校交流会)の開会式が5年ぶり(25回は台風、26回～29回はコロナ禍)に10月14日、大和スタジアムで行われ、育成部、大和クラブジュニア主将山口佳太君(写真右)が「我々選手一同は、ここで野球ができることに感謝し、全員野球で最後まであきらめずに戦いぬくこと、全力で野球を楽しむことをここに誓います」と力強く宣誓した。

30回大会の節目を記念し、本大会に永年にわたり尽力された五氏に表彰状と記念品が贈られた。

[ 写真下 左から浅野敏明氏(前会長・現顧問)、姉崎正男氏(前副会長)、小澤裕之氏(現中学校校長)、西沢律雄氏(現中学校教頭)、清水健二氏(現理事長) ]



[ 写真上 大会を祝い始球式が行われ、投手は古谷田力大和市長、捕手は前田教育部長。 ]



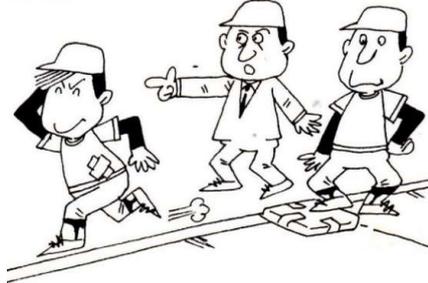
## ボールデッド中のリタッチ

二塁走者が盗塁を試みた、捕手が素早く三塁に送球してきたので、走者は飛び上がって、待ち構える三塁手のタグをかわしたのだが、ファウルグラウンドに飛び出しました。さらに、三塁手がタグに来たので、今度は本塁へ走り出した、しかし、捕手がボールを持って待ち構えている、仕方なく三塁に逆戻り、また、誰かが待ち構えている、再度本塁に走り出したとたんにボールを持たずにランダウンプレイに参加していた野手にぶつかってしまったのである。

当然、審判員は素早く「タイム」とコールし、「オブストラクション」を宣告して、走者を本塁に進めたのであった。

## MondayHotNews

ここからが少し厄介で、走者は三塁を踏んでいないのではと思えるのである。案の定、三塁手がアピールをすべく投手にボールを要求し、三塁ベース踏んでア



ウトを求めてきた。しかし、今はオブストラクションによるボールデッド中である。

三塁手審は「ボールデッド中です」と伝え、アピールを受け付けなかった。ならばと、監督が出てきて球審に「ベースを踏んでいない」と詰め寄ってきた。経験の浅い球審は、そのことを二人(3人制)の審判に相談をしてしまった。

もともと、三塁手審が対応しているし、プレイを再開させ、アピールをしなおさればよいことなので、相談などする必要はなかった。

一方、審判ブースでは、控え審判員が「ボールデッド中でも走者は三塁を踏みなおすことができるのか」と侃々諤々である。さて、さて、いかがでしょうか？

こたえは、5.09Cにある。

## 心臓を危険にさらす 病気に要注意

### ◆高血圧の人は

◆高血圧が続くと、その圧力で血管壁がいたみ、血管の老朽化が起こります。その結果、コレステロールなどが血管壁に侵入、沈着しやすくなり、動脈硬化がすすみます。

◆また、動脈硬化で血管の弾力が失われてくると、血管が狭くなって、さらに血圧をあげるといった悪循環が起こってきます。

◆35～40歳になれば定期的に血圧を測り、また、血縁者に高血圧の人がいる場合や、頭痛、肩こり、めまいなどの自覚症状のある人は要注意です。

### ◆糖尿病の人は

◆糖尿病は、放っておくと、四百四病が暴れだすというくらい、多くの合併症が現れます。

◆30～35歳を過ぎたら、一年に一度は血液検査や尿検査が必要。その段階で発見できたものは、特別な治療をせずとも、食事の注意や運動などの生活習慣の改善で、正常に戻すことが可能です。

## 健康の知恵

### ◆高血圧症の人は

◆血液中のコレステロールや中性脂肪が多い状態が高脂血症です。LDL(悪玉コレステロール)とHDL(善玉コレステロール)に分け、LDLが動脈硬化を促進。HDLは防ぐことがわかっています。

◆長寿の家系の人は、血液中のHDLコレステロールが多いといわれます。HDLを増やすには、食物繊維や赤身の魚を食べること、適度な運動が良いとされ、タバコや塩分のとりすぎはHDLを減らすとされています。

◆また、中性脂肪が多いと、余分なコレステロールが血管にたまりやすくなるので、糖分やアルコールなどのとりすぎに注意が必要です。

### ◆肥満の人は

◆余分な脂肪は、心臓にそれだけ負担をかけ、皮下脂肪となって血液にもたまり、動脈硬化をひき起こします。

◆食事を調整したり、積極的に運動をしたりして減量に努めることです。

## 長芋の冷製パスタ

作り方

①長芋は皮をむきすりおろしておく。②スパゲッティを表示時間より1分長く茹で、冷目で冷やし、水気を切っておく。③めんつゆ、レモン汁、オリーブオイル、塩コショウを混ぜ合わせておく。④②と③を混ぜ合わせ、①といくらをのせる。⑤白いりごまをかけて出来上がり。

(2人分)

- スパゲッティ……………200g
- 長芋……………120g
- いくら……………60g
- 大葉……………4枚
- 白いりごま……………適量
- オリーブオイル……………大さじ2
- めんつゆ……………適量
- レモン汁……………小さじ2
- 塩・コショウ……………少々

# ブラックジャガーズ6年生の頂点に

## ◆Aクラス決勝トーナメント

### ◇決勝戦

ブラックジャガーズ  
3 1 3 0 0 2 | 9  
0 0 1 0 0 1 | 2

### 桜森ベアーズ

(ブ)田口、後藤、佐藤翔-松岡  
(桜)小林、西田、小林、西田、  
小林、西田-藤村、石部

### ◇本塁打 松岡(ブ)

### ◇二塁打 小林2(桜) 鎗目(ブ)

### ◇審判 水野、小島、若本、小林

### ◇準決勝戦

ブラックジャガーズ 10-1 北大和ドリームス  
桜森ベアーズ 5-1 下福田南スターズ

### ◇1回戦

ブラックジャガーズ 5-4 ジャガーズ  
北大和ドリームス 8-8 南林間ファイターズ  
1 タイブレーク 0

桜森ベアーズ 10-0 ホワイトライオンズ  
下福田南スターズ 6-5 大和中央クラブ

### ◇予選リーグA

ブラックジャガーズ 13-0 ホワイトライオンズ  
ブラックジャガーズ 22-0 レッツ  
ブラックジャガーズ 23-0 桜ヶ丘ヴィクトーズ  
ホワイトライオンズ 12-12 レッツ  
ホワイトライオンズ 18-1 桜ヶ丘ヴィクトーズ  
レッツ 24-1 桜ヶ丘ヴィクトーズ

### ◇予選リーグB

北大和ドリームス 10-1 下福田南スターズ  
北大和ドリームス 9-0 大和シャインズ  
北大和ドリームス 8-0 林間野球クラブ  
下福田南スターズ 6-6 大和シャインズ  
下福田南スターズ 10-0 林間野球クラブ  
大和シャインズ 10-0 林間野球クラブ

### ◇予選リーグC

桜森ベアーズ 5-4 南林間ファイターズ  
桜森ベアーズ 9-8 緑野ピンチーズ  
大和クラブジュニア 8-3 桜森ベアーズ  
南林間ファイターズ 6-2 緑野ピンチーズ  
南林間ファイターズ 5-5 大和クラブジュニア  
緑野ピンチーズ 6-3 大和クラブジュニア

### ◇予選リーグD

大和中央クラブ 10-3 ジャガーズ  
大和中央クラブ 5-1 桜ヶ丘スラッガーズ  
大和中央クラブ 18-2 ホワイトキングス  
ジャガーズ 8-7 桜ヶ丘スラッガーズ  
ジャガーズ 11-1 ホワイトキングス  
桜ヶ丘スラッガーズ 8-0 ホワイトキングス

### 11月スケジュール

4日 選手権大会(高校) 大和スタジアム  
5日 強化試合大会 大和スタジアム・下福田  
5日 選手権大会(学童) つきみ野  
11日 選手権大会(中学・高校) 大和スタジアム  
12日 強化試合大会 大和スタジアム・下福田  
12日 選手権大会(高校) 大和スタジアム  
18日 選手権大会(閉会式) 大和スタジアム  
19日 強化試合大会 大和スタジアム・下福田  
23日 学童・中学・高校 懇親会 北京飯店  
26日 強化試合大会 下福田

### 12月スケジュール

10日 (一社)大和市野球連盟納会 北京飯店

第56回一般社団法人大和市野球連盟育成部秋季大会・第42回県央北学童軟式野球大会大和市代表予選会は、予選ブロックを勝ち抜いたAクラス8チームによる決勝トーナメントの決勝戦は10月1日、桜森スポーツ広場で行われ、ブラックジャガーズ(写真下)が桜森ベアーズをくだして優勝、11月19日から相模原で行われる県央北学童軟式野球大会の代表権を勝ち取った。10月8日に行われたCクラスは緑野ピンチーズがタイブレークで北大和ドリームスをくだし優勝した。

## ◆Cクラス決勝トーナメント

### ◇決勝戦

緑野ピンチーズ 0-0 北大和ドリームス  
1 タイブレーク 0

# 社員納会

期日：12月10日(日)

開宴：18時～

会場：北京飯店

会費：2,000円

(一社)大和市野球連盟

### ◇一回戦

緑野ピンチーズ 4-2 大和クラブジュニア  
北大和ドリームス 7-6 大和中央クラブ



## 大和市中体連秋季大会 南林間中が制す

令和5年度秋季大和市中学校軟式野球大会の決勝戦は10月14日、大和スタジアムで行われ、南林間中(写真下)が光丘中の追撃をしのいで優勝した。

南林間中と光丘中は10月28日から座間で行われる県央大会に出場する。

### ◇1回戦

南林間 11-0 下福田  
鶴間 3-2 引地台  
つきみ野 10-0 大和  
光丘 10-0 渋谷

### ◇準決勝戦

南林間 14-1 鶴間  
光丘 3-3 つきみ野  
2 タイブレーク 0

### ◇決勝戦

光丘中学校  
0 1 0 0 0 1 4 | 6  
1 4 0 1 0 0 1 | 7

### 南林間中学校

(光)吉村、本家-井上  
(南)水野、細野、木暮-上野  
◇二塁打 橋本(南)  
◇審判 関口、岡部、中丸



## 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

ゴマルヤニ