



「わた SHIGA 輝く国スポ・障スポ大会2025」[第24回全国障害者スポーツ大会]卓球競技 滋賀県代表として各々の目標を胸に奮闘!

10月25日(土)から26日(日)にかけて野洲市総合体育館で『わた SHIGA 輝く国スポ・障スポ大会2025』の「第24回全国障害者スポーツ大会・卓球競技」が開催。選手としてクラブ所属のチームKTから5名が出場。それぞれ奮闘し、結果は銀メダルが勝見健さん、磯崎浩美さん、土淵直太郎さん、川尻裕美さん。銅メダルが三部悟さんでした。

【勝見健さんのコメント】

「自分を信じて頑張りました。結果、銀メダルで悔しいですが、いい経験になりました。これをバネに今後も頑張りたいです。」

【川尻裕美さんのコメント】

「光栄にも障スポに出場させて頂き、皆さまのご支援、ご声援のお陰で銀メダルをいただく事が出来ました。本当に感謝しかありません。ありがとうございました。」

【土淵直太郎さんのコメント】

「初出場で緊張もありましたが、皆さんの応援おかげで銀メダルという結果を残すことができました。この経験を糧に、これからも頑張っていきたいと思います。」

【磯崎浩美さんのコメント】

「沢山の方に応援頂き、感謝の気持ちでいっぱいです。結果は残念な銀メダルで、返すだけでは金メダルは取れないと痛感しました。これからも精進いたします。」

【三部悟さんのコメント】

「目標の1勝は果たせませんでした。障スポの全国大会に出場できて僕はとても幸せでした。」



勝見健さん

川尻裕美さん



土淵直太郎さん

磯崎浩美さん



三部悟さん

野洲キッズスポーツ少年団 野洲川河川公園に手製のトンボを寄贈

11月3日(月・祝)野洲キッズスポーツ少年団は野洲川河川公園で「トンボ贈呈式」を行いました。団員お手製の木製トンボをメンバー全員で公園長に手渡しました。

【山口琉斗キャプテンのコメント】

「トンボを頑張って作ったので、ぜひ使ってください。」



メディカル事業 健康料理教室

「おせち料理教室」レシピを公開

YASUほほえみクラブは健康づくりの一環として「料理教室」用レシピの公開をしています。今回のテーマは「おせち料理教室」です。また「ヘルシー料理」のレシピも今年度中に予定していますので、興味のある方はクラブのホームページ等でチェックしてください。

【鶏肉のハム（2～3人分）】

・鶏もも肉 2枚（560g）

A ニンニク 2片
白ネギ 1本
水 1ℓ

B 醤油 60cc
みりん 60cc

（1）鶏肉は余分な脂を取り、厚みの部分に切り込みを入れ、胡椒をしっかり揉み込んで皮を外側にロール状に巻き、タコ糸でしっかり巻く。

（2）ニンニクは芽を取り包丁で叩きつぶす。ネギは10cmに切る。

（3）鍋に（1）と（2）と水を入れて蓋をし、中火で15分煮る。15分後予熱で10分置いて取り出す。

（4）別の鍋に「B」を入れ中火で2分アルコールをとばす。

（5）ポリ袋に鶏肉と（4）を入れ、粗熱が取れてから空気を抜き、口を閉じ冷蔵庫で一晩味を含ませる（時々揉み込む）

※タレと粒マスタードを付けても美味しい

【ごぼうの肉巻き】

・牛蒡 120g

・牛肉 200g

A 赤ワイン 大さじ4
みりん 大さじ4
醤油 //

B 醤油 大さじ1
酢 //

（1）ごぼうは長さ10cm.4つ割りに切り水に10分さらし、Aの合わせ調味料を入れ、やわらかく煮てそのまま冷ます。

（2）（1）の汁気をきり、肉で巻き片栗粉を振る

（3）フライパンにサラダ油小さじ2を温め、（2）を転がしながら表面に香ばしい色が付くまで焼き、Bを注いで煮詰める。

（4）長さ半分に切り器に盛る



【長芋とリンゴのチーズ和え】

・長芋 150g

・リンゴ 1/2個

・クリームチーズ 30g

・醤油 小さじ2

（1）長芋は皮をむき1cm角に切る。リンゴは皮付きのまま1cm角に切る。

（2）クリームチーズは室温で柔らかくし、醤油を加えて混ぜ合わせる。

（3）（2）に（1）を加えてザックリ混ぜ、器に盛る。

編集後記

滋賀県のビッグスポーツイベント『わた SHIGA 輝く国スポ障スポ2025』が10月27日に閉幕しました。クラブ所属・出身選手が大会に出場し、大いに盛り上がりました。我々もレガシーとしてスポーツを継続していきましょう。

12
月
予
定

◇ 6日（土）県総合型GG交流会 [野洲川河川公園]
◆ 18日（木）運営委員会 [会場未定]
◇ 20日（土）びわ湖若鮎駅伝大会 [野洲川河川公園]

2026年1月号は12月24日発行予定

★印:テニススクール土曜日は、10月～4月の期間は13時スタートです。

スクール名	開催日	曜日	時 間	と ころ	対象 (市内外問わず)	参加費		その他								
社交ダンス	1日 8日 15日	月	10:00～12:00	コミセンみかみ	どなたでも	会員 未会員	300円 600円	ダンスシューズか 体育館シューズ								
ほほえみ楽楽体操	2日 9日 16日 23日	火	10:15～11:45	野洲図書館	どなたでも	会員 未会員	100円 400円	バスタオル、上靴が必要です								
ほほえみ健康スポーツ 大学	2日 16日	火	13:00～15:00	総合体育館(大)	60歳以上	会員 未会員	100円 400円	室内でスポーツができる服装								
エンジョイ剣道	3日 17日	水	19:00～21:00	祇王小体育館	どなたでも	会員 未会員	無 料 300円	室内でスポーツができる服装								
ソフトバレーボール	3日 10日 17日	水	19:30～21:30	野洲小体育館	中学生以上	会員 未会員	無 料 300円	室内でスポーツができる服装								
太極拳	4日 18日	木	13:00～14:30	総合体育館(小)	どなたでも	会員 未会員	300円 600円	室内でスポーツができる服装								
ウォーク&リズム エクササイズ	5日	金	10:00～11:30	総合体育館(小)	運動を 始めたい方	会員 未会員	100円 400円	室内でスポーツができる服装								
太極柔力球 (ローリーボール)	26日	金	10:00～11:00	総合体育館(剣)	どなたでも	会員 未会員	100円 400円	室内でスポーツができる服装								
ジュニアバドミントン	3日	水	19:00～21:00	三上小体育館	中学生	会員で申込者のみ	室内でスポーツができる服装									
	5日	金														
	12日	水														
	17日	金														
ヤングバレーボール	5日 12日 19日	金	18:00～21:00	中主小体育館	小学生・中学生	会員 未会員	100円 400円	小学生 18～20時 中学生 19～21時								
	6日 20日	土	18:15～19:45	総合体育館(小)	小学生【初心者】 (低学年は保護者同伴)	会員 未会員	200円 500円	※新人歓迎 (会員・未会員は問わない) ※初回の参加は無料								
	卓球	6日 13日 20日 27日	土	9:00～11:45 9:00～10:30 ※お楽しみ会 ※通常の練習なし 9:00～11:45	祇王小体育館 総合体育館(大) 総合体育館(小)	小学生以上 (低学年は保護者同伴)	会員 未会員	200円 500円	室内でスポーツができる服装 ※所有者はラケット持参 ※硬式とラージ							
硬式テニス		毎週木曜日 毎週土曜日 (6日除く)	9:00～12:00 ★13:00～16:00	野洲川河川公園	15歳以上 (中学生除く)						会員 未会員	100円 400円	月例会：25日 ゲーム会：27日	※雨天の場合 は中止		
【大人対象】																
硬式テニス 【ジュニア対象】		20日	土	★13:00～15:00	野洲川河川公園						原則小学3年生 ～中学生	会員 未会員	100円 400円	※雨天の場合は中止		
ソフトテニス	13日 27日	土	★13:00～15:00	野洲川河川公園	小学4年生以上 (中学生は応相談)	会員 未会員	100円 400円	※雨天の場合は中止								
グラウンド・ゴルフ	毎週水曜日 (31日除く) 毎週土曜日 (20日除く) 20日	土	9:00～11:30	野洲健康福祉 センター 多目的広場 野洲川河川公園	どなたでも	会員 未会員	無 料 300円	※雨天の場合は中止								
	バドミントン	14日 21日		日						9:00～12:00	篠原小体育館 北野小体育館	小学生以上	会員 未会員	200円 500円	※室内でスポーツができる服装 ※所有者はラケット持参	
	キッズスポーツ	7日 21日		日						10:00～12:00	祇王小体育館	ニュースポーツ テニス	会員で申込者のみ (小学1～4年)	種目ごとに適した服装		
キッズサッカー	7日 21日	日	10:00～12:00	野洲川河川公園 (ゲートボール場)	小学3～6年	会員で申込者のみ	※雨天の場合は中止									
キッズバドミントン	6日 7日 14日 20日 21日	土 日 土 土 日	10:00～12:00	野洲小体育館	小学3～6年	会員で申込者のみ	室内でスポーツができる服装									
	自由参加のサークル															
	バスケットボール															
	スポーツサタデー	13日							土	19:00～21:00	祇王小体育館	会員：無料，未会員：300円 種目いろいろ・自由に選択				

サークルの部

12月の予定

※見学等を希望される方は、クラブ事務局にお問い合わせください。
※()の日時については、お問い合わせください。

サークル名	活 動 日	曜日	時 間	主な活動場所	内 容
日中一時支援	4,11,18,25 日	木	16:00 ～ 18:00	なかよし交流館	障がいのある人たちの 軽スポーツ
のびのびスポーツ（卓球）	-	-	-	-	
野洲ブレイブス	13,27 日	土	8:30 ～ 16:30	野洲川河川公園	中学生の軟式野球
滋賀マイティーエンジェルス	27 日	土	8:30 ～ 12:00	野洲川河川公園	中学生の女子軟式野球
YASUヤングクラブ	2,23 日	火	19:00 ～ 21:00	中主中学校	中学生以上の女子バレー
	3,10,17 日	水		三上小学校	
	4,11,18 日	木		中主中学校	
	5,12,19 日	金		中主中学校	
YCV Jets	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲市内小中学校	中学生の男子バレー
滋賀Jr.ラグビースクール	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲川河川公園	中学生以上のラグビー
野洲キッズスポーツ少年団	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲市内小学校	小学生の軟式野球
近江富士ボーイズスポーツ少年団	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲市内小学校	小学生の軟式野球
野洲ラグビースポーツ少年団	14,21 日	日	8:30 ～ 12:00	野洲川河川公園	小学生のラグビー
中主バレーボールスポーツ少年団	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲市内小学校	小学生のバレー
野洲北ミニバスケットクラブ	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲市内小学校	小学生のバスケット
野洲ミニバスケットクラブ	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲市内小学校	小学生のバスケット
慶守会	6,13,20,27 日	土	19:00 ～ 21:00	コミセンしのはら	小学生～大人の空手
野洲市空手道クラブ	7 日	日	9:00 ～ 16:30	コミセンしのはら	小学生～大人の空手
	14,21 日		9:00 ～ 12:00		
近江剣心会	10 日	水	19:00 ～ 21:00	祇王小学校	小学生～大人の剣道
エミーバドミントンクラブ	月～金（週2回）・土・日			三上小学校、 総合体育館他	小学生のバドミントン
Emmy Peace(エミーピース)	詳細は事務局にお問い合わせください				中学生のバドミントン
Funバド(ファンバド)	6,13,20 日	土	14:00 ～ 17:00	野洲小学校	大人のバドミントン
YBジュニア	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲中学校	中学生のバドミントン
Y.B.J-2	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲中学校	中学生のバドミントン
野洲北クラブ	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲中学校	中学生～大人のバドミントン
Unknown	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			野洲中学校	大人のバドミントン
フレンズ	6,13,20 日	土	19:00 ～ 21:30	北野小学校	ソフトバレー
ディーブブルー	4 日	木	19:00 ～ 21:00	野洲小学校	バレーボール
	3,10,17 日	水		北野小学校	
オールディーズ	3,10,17,24 日	水	13:00 ～ 16:00	野洲川河川公園	硬式テニス
プレイカース	4,11,18,25 日	木	13:00 ～ 16:00		
	13,20 日	土			
野洲TC	14,21 日	日	8:00 ～ 12:00		
LFC	13,20,27 日	土	8:00 ～ 12:00		
七間場TC	14,21 日	日	9:00 ～ 12:00		
AZ	13,20,27 日	土	10:00 ～ 12:00		
なかよしTC	13,20,27 日	土	9:00 ～ 12:00		
GTC	14,21 日	日	13:00 ～ 16:00		
LOL	13,20,27 日	土	8:00 ～ 10:00		
	14 日	日	8:00 ～ 11:00		
	21 日		8:00 ～ 12:00		
チームKT	2,9,16 日	火	18:00 ～ 21:00	祇王小学校	小学生～大人の卓球
	4,11 日	木	9:00 ～ 12:00 13:00 ～ 18:00	総合体育館	
	2,16 日	火			
	10,17 日	水			
	5,19 日	金			
ほほえみ社交ダンスサークル	22 日	月	10:00 ～ 12:00	コミセンみかみ	社交ダンス他
ショートテニスサークル	チームの練習日時・会場は事務局にお問い合わせ下さい			総合体育館	シニアのショートテニス