



ドルフィン

2009
7

山形県高校総合体育大会 水泳競技大会結果

6月19日～21日 米沢市営プール



山本 和幸くん
(日大山形3年)



渡辺 耶唯さん
(日大山形2年)

100・200m背泳ぎ 2冠3連覇

<男子>

☆50m自由形	五十鈴川駿	27"16	8位
☆100m自由形	井幡 雅文	56"79	3位
☆200m自由形	江本 遼	2'01"08	3位
	井幡 雅文	2'04"74	6位
	佐藤 颯	2'07"31	7位
☆400m自由形	江本 遼	4'15"30	4位
	佐藤 颯	4'26"32	7位
	栗田 譲	4'31"96	8位
☆1500m自由形	栗田 譲	17'49"00	5位
☆100m背泳ぎ	山本 和幸	59"45	優勝
	尾崎 康平	1'04"60	3位
☆200m背泳ぎ	山本 和幸	2'10"47	優勝
	尾崎 康平	2'26"37	7位
☆100m平泳ぎ	土田 哲哉	1'08"60	2位
	富澤 亮平	1'08"81	4位
	渡部 翔太	1'10"71	5位
☆200m平泳ぎ	土田 哲哉	2'28"05	2位
	富澤 亮平	2'34"00	6位
	渡部 翔太	2'36"31	8位
☆100mバタフライ	江口 大樹	57"85	2位
	白田 拓真	1'01"15	8位
☆200mバタフライ	江口 大樹	2'09"24	2位
	白田 拓真	2'17"07	6位
☆200m個人メドレー	吉田 凌	2'17"81	5位
☆400m個人メドレー	吉田 凌	4'52"87	2位
☆400mフリーリレー	日大山形	3'45"04	2位
	(吉田・山本・江口・江本)		
☆800mフリーリレー	日大山形	8'09"23	3位
	(山本・江口・江本・佐藤)		
☆400mメドレーリレー	日大山形	4'02"37	優勝
	(山本・吉田・江口・江本)		

100mバタフライ 東北高校新V

<女子>

☆400m自由形	山中さゆり	4'52"19	5位
☆800m自由形	山中さゆり	10'00"38	3位
	安達なのは	10'15"39	3位
	佐藤 朱里	10'54"57	8位
☆100m背泳ぎ	大類 麻未	1'07"91	優勝
	伊勢村真乃	1'09"38	4位
	庄司 華絵	1'14"23	8位
☆200m背泳ぎ	伊勢村真乃	2'24"06	優勝
	大類 麻未	2'25"57	2位
☆100m平泳ぎ	矢澤 美穂	1'17"09	優勝
	中村 美冴	1'24"80	5位
	横倉 映	1'24"75	8位
☆200m平泳ぎ	矢澤 美穂	2'43"44	優勝
	中村 美冴	2'58"13	4位
	横倉 映	2'59"51	7位
☆100mバタフライ	渡辺 耶唯	1'00"96	優勝
	(東北高校新・県新)		
	松本いづみ	1'10"24	5位
	鈴木 郁	1'10"60	7位
☆200mバタフライ	渡辺 耶唯	2'13"55	優勝
	(大会新)		
	鈴木 郁	2'34"87	5位
	松本いづみ	2'43"47	6位
☆200m個人メドレー	渋井 彩希	2'38"20	4位
☆400m個人メドレー	安達なのは	5'40"32	4位
☆400mフリーリレー	日大山形	4'09"13	2位
	(渡辺・大類・伊勢村・山中)		
☆400mメドレーリレー	日大山形	4'32"89	優勝
	(伊勢村・矢澤・渡辺・大類)		

ご声援ありがとうございました

ジュニア・オリンピック・カップ山形県予選会結果

7月5(日) 寒河江市民プール

6位までの表彰者

<男子> (10才以下)

☆ 50mバタフライ	星川 慎吾	39秒89	6位
☆ 50m平泳ぎ	菊池 一真	48秒52	6位

<男子> (11~12才)

☆ 50m背泳ぎ	渡部 美音	36秒95	2位
☆ 100m背泳ぎ	渡部 美音	1分20秒89	4位
☆ 50m平泳ぎ	菊池 脩人	39秒11	2位
☆ 100m平泳ぎ	菊池 脩人	1分25秒76	5位
☆ 200mフリーリレー	(長岡・菊池・設楽・渡部)	2分13秒00	6位
☆ 200mメドレーリレー	(渡部・菊池・長岡・佐藤)	2分24秒65	4位

<男子> (13~14才)

☆ 50m自由形	奥山 翔太	27秒22	2位
	漆山 達哉	28秒15	6位
☆ 100m自由形	奥山 翔太	59秒72	優勝
	漆山 達哉	1分00秒09	2位
☆ 400m自由形	長岡 拓見	4分55秒08	2位
☆ 100m背泳ぎ	奥山 翔太	1分06秒74	優勝
	江口 幸希	1分09秒08	2位
	三浦 鷹	1分12秒61	3位
☆ 200m背泳ぎ	江口 幸希	2分36秒11	優勝
☆ 100mバタフライ	佐藤 風太	1分04秒85	2位
☆ 200mバタフライ	佐藤 風太	2分23秒77	2位
☆ 50m平泳ぎ	新宮 琢未	35秒48	3位
☆ 100m平泳ぎ	新宮 琢未	1分15秒33	5位
☆ 200m個人メドレー	高橋 修一	2分29秒13	6位
☆ 400m個人メドレー	高橋 修一	5分10秒56	3位
	三浦 鷹	5分22秒57	4位
☆ 400mフリーリレー	(江口・奥山・高橋・漆山)	4分03秒98	2位
☆ 400mメドレーリレー	(江口・新宮・高橋・佐藤)	4分34秒10	2位

<男子> (チャンピオンシップ)

☆ 100m自由形	設楽 和宏	1分01秒79	6位
☆ 200m自由形	設楽 和宏	2分15秒67	4位
☆ 100m背泳ぎ	安達 駿	1分12秒34	3位
☆ 200m背泳ぎ	安達 駿	2分35秒55	2位
☆ 100mバタフライ	小林 颯太	1分05秒57	優勝
☆ 200mバタフライ	小林 颯太	2分27秒53	4位

<女子> (10才以下)

☆ 50mバタフライ	中井川 燿	38秒40	3位
------------	-------	-------	----

<女子> (11~12才)

☆ 100m自由形	松本さとみ	1分06秒45	5位
	佐藤 直子	1分07秒91	6位
☆ 200m自由形	松本さとみ	2分20秒85	2位
	佐藤 直子	2分26秒31	5位
☆ 50mバタフライ	佐藤 直子	33秒75	優勝
	矢萩 晴	36秒48	6位
☆ 200mフリーリレー	(佐藤・岡部・武田・松本)	2分10秒85	4位
☆ 200mメドレーリレー	(松本・岡部・佐藤・武田)	2分29秒80	3位

<女子> (13~14才)

☆ 100m自由形	小神 美菜	1分03秒71	3位
☆ 200m自由形	小神 美菜	2分18秒29	2位
☆ 400m自由形	安達 雪鈴	4分39秒92	優勝
☆ 100m背泳ぎ	中野 まよ	1分13秒78	3位
☆ 200m背泳ぎ	中野 まよ	2分37秒88	2位
☆ 200mバタフライ	白野 姫子	3分01秒03	5位
☆ 200m個人メドレー	佐藤 優	2分45秒34	3位
	深瀬 真由	2分46秒82	4位
☆ 400m個人メドレー	橋本 優希	5分42秒45	6位
☆ 400mフリーリレー	(小神・佐藤・中野・安達)	4分18秒91	2位
☆ 400mメドレーリレー	(中野・佐藤・兼村・小神)	5分05秒06	4位

<女子> (チャンピオンシップ)

☆ 100m自由形	井幡 葉月	1分05秒98	4位
☆ 200m自由形	渡辺 新奈	2分22秒72	3位
	井幡 葉月	2分23秒87	4位
☆ 800m自由形	安達 雪鈴	9分38秒39	2位
	松本さとみ	9分59秒63	3位
	橋本 優希	10分07秒78	4位
☆ 100m背泳ぎ	會田 夏子	1分13秒61	2位
☆ 200m背泳ぎ	會田 夏子	2分36秒08	優勝
☆ 100m平泳ぎ	高橋 二葉	1分23秒90	3位
☆ 200m平泳ぎ	高橋 二葉	2分55秒89	優勝
☆ 200m個人メドレー	渡辺 新奈	2分40秒34	優勝



水分とは？



これからだんだんと暑い季節になりますがよく、熱が高い時や下痢をしている時には水分を与えなさいと言われてますが、水分とは何でしょうか？

水？お茶？これも確かに水分ですがあまり良い水分ではありません。

熱が高い時によく汗をかきますが、汗の成分は水と塩です。

下利便も同様に水だけではありません。

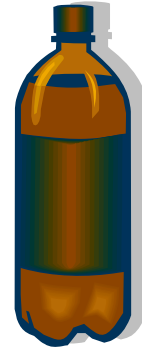
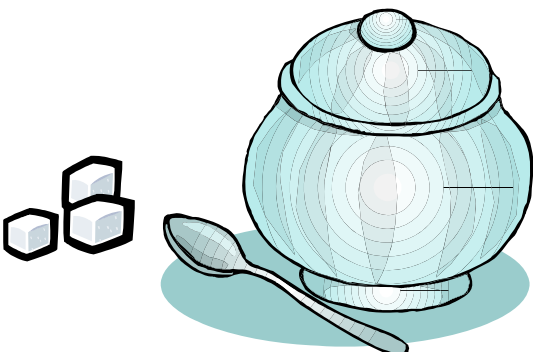
水分を補給するという意味は、失われた水と塩分を補充することです。

だから、口から水だけを与えていると、体では次第に塩分が不足しますので、必ず水と塩分の両方を補給しなければなりません。



もっと理想を言えば水に少々塩と少々砂糖が入ったものがベストです。

なぜ、塩と砂糖の両方が必要かと言いますと、塩と砂糖の両方が混じった物は腸管からの吸収がとてもいいからです。



さて、どんな飲み物がベスト？

1. ポカリスエット
2. アクアライト
3. アクアサーナ
4. おすまし
5. スープ
6. 味噌汁
7. りんごジュース
8. スイカ
9. メロン
10. など・・・。



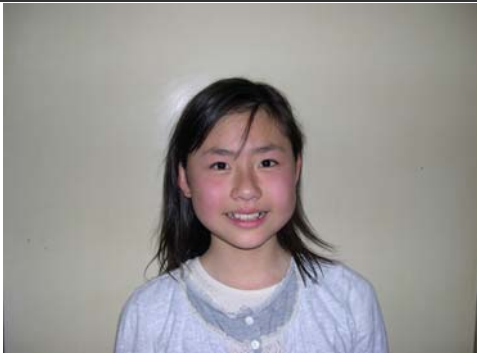
もし、手元になにもなかった時にはお茶に塩と砂糖を少し加えたものでも大丈夫です。

先ほども言いましたが、お茶だけでは不十分なのです。

お医者さんが水分を与えなさいと言った時は、単なる水を考えて与えてしまいましたが、そうではないということを覚えておいて下さい。

ちなみに、水にプラス塩・砂糖を入れた物を飲んでいると病院にいった時に点滴をあまりしなくてもいくなるそうです。

スイマー☆インタビュー



氏名 佐藤 由佳子さん
コース名 C3 コース
現在級 11 級

①なぜ、水泳を始めようと思ったのですか？

A：お父さん達に進められたからです。

②水泳で楽しいところはどんなところ？

A：みんなと練習が出来ることです。

③自分の得意な泳ぎは？

A：クロールです。

④水泳で、これからどんな練習がしたい？

A：クロールの練習をしたいです。

⑤これからの目標を教えてください。

A：50Mを楽に泳げるようにしたいです。

⑥水泳の他にどんな習い事をしていますか？

A：特にないです。

⑦習い事のない日は一週間に何日？

A：☆☆☆ 6日 ☆☆☆

⑧コーチに一言どうぞ！

A：こらからも上手に泳げるように
頑張ります。

?? なぞなぞ ??

①暗いところでおにごっこ。つかまえるとパッと明るくなるものってなーんだ？

②ブタはブタでも、みんなのかおの中にすんでいるブタはなーんだ？

③じぶんのかおなのにじぶんで見られない、これってなんで？

④体の中で、いつも何かにかんしんしているぶぶんはなーに？

⑤私はいくら体をあらっても、すぐに黒くなる。でもとってもスマートなの。なーんだ？

⑥私はいくらあらっても黒いまま。としをとると白くなるけど、なーんだ？

一級入魂 (育成コース)

気温もだんだん高くなって夏らしくなってきました。体操終わってすぐに、水分補給をするようにしましょう。プールの中でも汗はかきます。そのまま練習していると、足をつったり、気持ち悪くなったりしてしまいます。こまめに水分補給をするようにしましょう！

☆☆☆ 1級進級おめでとう☆☆☆

秋貞 舞衣 さん 一級進級おめでとう！



日曜日も休まず練習に来ていましたね。何事もコツコツ真面目に練習してきた成果が出ましたね！選手コースでも休まず練習に来てくださいね。これからも応援しています！！

松田あかり さん 一級進級おめでとう！



いつもニコニコ元気満点！本当に楽しそうに練習しています。話聞いていない時もあるけど、泳ぎ始めれば人が変わったように泳ぎます。いつも全力で泳ぐ事は大切なことです！これからも全力でいきましょう！！

遠藤 千波 さん 一級進級おめでとう！



練習中はちょっと控えめだけど、記録会になるともの凄く頑張ります。普段の練習でも、もう少し頑張れるようになればもっと記録は伸びていくはずですよ！一回一回の練習を大事にしていこう！！

高橋 佑朔 くん 一級進級おめでとう！



今年に入ってから凄い頑張っているな、と思って練習を見ていました。週1回の練習でも、顔を真っ赤にしながらいでいました。一回の練習で力を出し切る事ができる、これは才能ですよ！いつでも全力！これからも続けよう！！

斉藤 哲朗 くん 一級進級おめでとう！



もの凄いスピードで進級しましたね。練習を真剣に取り組んだ成果ではないでしょうか。何事にも真剣で、出来ない事にもチャレンジする気持ちを持っているのではないのでしょうか。チャレンジ精神を常に持ちつづけてください！！



育成コース（年齢別・種目別）6月トップ10 ランキング

男子 10歳以下

50m 自由形			
	氏名	記録	コース
1	野村 雄昂	43-95	D2
2	佐藤雄一郎	45-82	D1
3	町田 稜人	46-15	D2
4	工藤 陸	46-25	D2
5	荒木 絢汰	46-53	D1
6	佐藤 克洸	46-62	D2
7	奈良崎一聖	47-09	D2
8	小笠原航太	47-22	D2
9	藤木龍之介	47-24	D2
10	加藤 広海	47-52	D2

50m 背泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	町田 稜人	46-76	D2
2	向田 祐輔	47-78	G2
3	田苗 大夢	48-79	D1
4	野村 雄昂	48-93	D2
5	荒木 絢汰	50-53	D1
6	山川 直輝	51-67	D2
7	藤木龍之介	52-14	D2
8	工藤 陸	52-23	D2
9	佐藤 克洸	53-46	D2
10	山川 魁哉	53-54	D2

50m 平泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	町田 稜人	53-19	D2
2	田苗 大夢	54-33	D1
3	荒木 絢汰	54-97	D1
4	野村 雄昂	55-12	D2
5	工藤 陸	56-49	D2
6	加藤 広海	57-99	D2
7	山川 魁哉	58-22	D2
8	藤木龍之介	58-63	D2
9	齋藤 智也	59-93	G1
10	奈良崎一聖	59-94	D2

50m バタフライ			
	氏名	記録	コース
1	町田 稜人	48-98	D2
2	野村 雄昂	53-30	D2
3	荒木 絢汰	53-92	D1
4	齋藤 智也	54-96	G1
5	小笠原航太	56-02	D2
6	奈良崎一聖	56-10	D2
7	新関 兼続	56-22	D1
8	工藤 陸	57-60	D2
9	山川 魁哉	58-44	D2
10	山川 直輝	58-56	D2

男子 11歳以上

50m 自由形			
	氏名	記録	コース
1	高橋 航	36-35	G12
2	佐藤 雄大	37-00	G2
3	高橋 颯	39-37	D2
4	神保 拳	39-55	D2
5	斎藤 哲朗	40-72	G12
6	高橋 星	40-85	D2
7	後藤 一輝	42-05	D2
8	加藤 悠平	42-55	D2
9	森谷 祐大	42-67	D2
10	細川 翔平	43-14	D2

50m 背泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	斎藤 哲朗	42-99	G12
2	佐藤 雄大	45-69	G2
3	佐藤 太一	45-78	G2
4	高橋 颯	47-28	D2
5	岡澤 英晶	47-48	D1
6	谷口 僚佑	48-08	D1
7	森谷 祐大	48-38	D2
8	高橋 航	48-43	G12
9	林 諒一郎	49-07	D1
10	高橋 星	49-09	D2
10	後藤 一輝	49-09	D2

50m 平泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	佐藤 雄大	45-39	G2
2	貝山 航大	48-15	D1
3	田苗 幸大	49-59	D1
4	加藤 悠平	49-76	D2
5	斎藤 哲朗	51-53	G12
6	岡澤 英晶	51-55	D1
7	後藤 一輝	51-65	D2
8	西村 祐樹	52-10	D2
9	菅江 浩平	52-72	G12
10	細川 翔平	54-49	D2

50m バタフライ			
	氏名	記録	コース
1	森谷 祐大	43-27	D2
2	高橋 航	44-18	G12
3	斎藤 哲朗	47-00	G12
4	佐藤 雄大	47-07	G2
5	高橋 兵吾	47-55	G1
6	谷口 僚佑	48-15	D1
7	神保 拳	48-36	D2
8	西村 祐樹	49-52	D2
9	高橋 颯	49-58	D2
10	加藤 悠平	49-83	D2

女子 10歳以下

50m 自由形			
	氏名	記録	コース
1	石垣奈津実	40-62	D2
2	和田かれん	44-07	D1
3	武田 彩	44-54	D1
4	赤坂 史奈	45-49	D1
5	増田 文香	46-25	D2
6	遠藤 朱華	46-61	D2
7	金澤紗理菜	46-87	D2
8	粕谷 美紅	47-10	D2
9	高橋 真歩	48-33	G12
10	鈴木 真奈	48-50	D2

50m 背泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	和田かれん	46-82	D1
2	半田 覚子	48-12	D1
3	赤坂 史奈	48-24	D1
4	石垣奈津実	49-21	D2
5	高橋 真歩	49-87	G12
6	松田あかり	51-37	D2
7	鈴木えみり	51-70	D1
8	遠藤 朱華	51-72	D2
9	武田 彩	52-00	D1
10	佐々木千紘	52-01	D1

50m 平泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	石垣奈津実	51-76	D2
2	松田あかり	53-33	D2
3	赤坂 史奈	54-79	D1
4	和田かれん	55-37	D1
5	熊谷 美羽	56-64	G12
6	遠藤 朱華	57-36	D2
7	増田 文香	57-67	D2
8	齋藤 光恵	58-02	D2
9	野村 笑	58-20	D1
10	石堂 琴乃	58-48	G12

50m バタフライ			
	氏名	記録	コース
1	松田あかり	48-95	D2
2	石垣奈津実	49-63	D2
3	熊谷 美羽	51-69	G12
4	赤坂 史奈	52-00	D1
5	野村 笑	53-12	D1
6	和田かれん	55-85	D1
7	武田 彩	56-09	D1
8	本地紗也佳	56-14	D1
9	遠藤 朱華	56-27	D2
10	増田 文香	56-81	D2

女子 11歳以上

50m 自由形			
	氏名	記録	コース
1	戸田 汐里	39-71	D1
2	安部さやか	40-31	D1
3	菅原 美貴	41-54	G2
4	土屋 里緒	41-59	D1
5	松岡はるる	42-77	D2
6	山川 菜摘	42-94	G2
7	寺沢 裕夏	43-21	G1
8	佐藤 静華	44-79	D2
9	永岡真生子	44-87	D1
10	吉田 実礼	44-96	D2

50m 背泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	戸田 汐里	46-35	D1
2	土屋 里緒	47-51	D1
3	遠藤 千波	48-03	G2
4	安部さやか	48-22	D1
5	志田 夏実	48-67	D1
6	小山 史季	49-02	G12
7	山川 菜摘	50-02	G2
8	吉田 実礼	50-41	D2
9	齋藤 瑞姫	50-45	D2
10	小野 葵	50-52	G1

50m 平泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	戸田 汐里	47-68	D1
2	太賀さゆり	49-41	D1
3	安部さやか	52-57	D1
4	吉田 実礼	53-11	D2
5	菅原 美貴	53-66	G2
6	志田 夏実	53-96	D1
7	洪間 澄子	54-38	G2
8	山川 菜摘	54-63	G2
9	三浦菜都子	54-94	D2
10	佐藤 静華	55-06	D2

50m バタフライ			
	氏名	記録	コース
1	戸田 汐里	45-42	D1
2	志田 夏実	46-53	D1
3	安部さやか	46-71	D1
4	土屋 里緒	46-84	D1
5	山川 菜摘	47-64	G2
6	小野 葵	48-30	G1
7	菅原 美貴	49-44	G2
8	吉田 実礼	49-82	D2
9	矢口まゆこ	50-23	D1
10	大宮 咲希	50-57	G2

進級おめでとう！

741大会

15級

野村 夏笑 A2
羽賀 歩 C2

14級

武田 幸大 B3
神保 花梨 B3
阿部 春輝 C1
佐藤 匡 C3
田中 琴音 C3
山口 陽也 F1

13級

吉田 天音 A2
安部 帆乃香 B1
池田 萌花 B1
塚本 ゆき B1
千秋 美智 B2
増川 佑輝 B3
武田 有芽香 C2
原田 光翼 C2
高橋 佑典 C3
江口 遼祐 C3
朝倉 大貴 C3

12級

鎌上 将大 A2
小山 広輔 B1
安達 ひかる B1
國井 亮都 B1
加藤 皐輝 B3
山川 詩織 B3
高橋 瑠佳 C2
金田 知也 C2
藤木 駿之介 C2
酒井原 匠 C3
武田 紘明 C3
阿部 遥奈 F1
荒井 優衣 F1
佐藤 杏海 F1

11級

野口 慶太 B3
大宮 愛生 B3
河野 莉大 B3
三嶽 陽 B3
齋藤 穂歌 C2
鈴木 琉生 C2
井上 大樹 C3
佐藤 加奈子 C3
百瀬 恭兵 C3

寺崎 美穂 F1

10級

佐竹 亮輔 B2
佐藤 俊太郎 B3
佐藤 汐菜 C2
吉田 里香 C3

9級

須藤 雅斗 B2
長澤 樹 B3
伊藤 由希子 C2
土屋 樹里 C2
小林 太一 C3

8級

横澤 和樹 B1
神尾 怜那 B2
井澤 秀太 B2
尾形 颯斗 B2
朝倉 玄喜 B3
伊豆田 崇 B3
多田 一輝 C2
田苗 聖香 F1

7級

鈴木 瀬里奈 C1
中野 里紗 C3
高内 澪奈 C3

6級

大山 和幸 C2
渡辺 美月 C2
吉田 和生 C2
松田 一将 C2
鈴木 雄大 C2
佐々木 晟 C2
吉田 萌夏 C2
鈴木 敦也 C3
高橋 七美 C3

5級

樋口 安未 C1
岩城 理沙 C1
佐藤 耕大 C1
井上 加奈子 C1
井出 湧也 C1
細川 貴史 C2
横澤 拓海 C3
佐藤 克洸 C3

4級

佐藤 雄一郎 C1
岩井 樹杏 C1

海和 青空 C1
佐々木 千紘 C1
沼澤 航太 C2
布施 舞子 C3
武田 和士 C3
三澤 くるみ G1
石堂 琴乃 G1
小関 彩日 G2

742大会

15級

清水 裕貴 B1
鈴木 利歩 B1
秋貞 那奈 B1
門田 一平 B2
安達 郁美 B2
木下 裕介 B3
設樂 実咲 C1

14級

岩村 和幸 B3
橋本 魁 C1
武田 花菜 C3
大泉 光 C3
安孫子 汀 C3

13級

小松 凜 A1
大室 里仁 A1
大泉 彰護 A3
三嶋 悠太 B3
横山 悠吏 C2
山本 かりん C2
児玉 洋夢 C3
佐藤 光成 F1
佐伯 遼太 F1

12級

芦野 里帆 A3
永見 健太郎 B1
田中 柊羽 B2
松下 莉子 B3
新野 まどか C1
村田 翔 C2
伊藤 龍一 C2
長岡 咲季 C2
金田 隆志 C3
東海林 亮平 C3

11級

岩井 さくら A2

鎌上 将大 A2
武田 一聖 A3
上田 健太郎 A3
奥山 えりか B2
加藤 皐輝 B3
山口 彩絵 B3
日下部 悠人 B3
鈴木 雅也 B3
安達 碧 C2
半田 優亜 C2
井上 諄 C3
熊谷 友貴 F1

10級

今野 初芽 B1
鈴木 若菜 B1
長瀬 巨亮 B1
小屋 拓豊 C2
渡辺 圭祐 C2

9級

吉宮 輝 A1
芳賀 大也 B2
小松 蓮 B3
渡邊 優里 B3
矢口 優希 C2
清野 光希 C2

8級

林 彩代 C1
榎本 陸人 C1
土門 大倫 C2
山本 聖也 C2
長岡 怜 C2

7級

安藤 梨緒 B2
高橋 千夏 B2
広谷 果奈美 C1
布川 賢登 C2
高橋 勇太 C2
海谷 梨音 C3

6級

金子 稚奈 C1
岩田 開拓 C2
小野 篤志 C2
吉田 卓未 C2
岩井 悠哉 C2
加藤 歩美 C2
後藤 桃果 C2
齋藤 陽太 C3
富樫 祐衣 F1
渡邊 和輝 F1

5級

榎 夏未 C1
鈴木 雄大 C2
清水 嶺 C3
小林 雛子 C3
金田 温子 C3
荒井 琢冶 C3

4級

今野 桃子 C1
伊藤 万生 C1
田苗 大夢 C1
前田 淳 C2
漆山 翔也 C3
北澤 朗斗 F1

350回進級記録会

3級

遠藤 朱華 D2
工藤 陸 D2
熊谷 美羽 G12
東海林 のん G1

2級

安部 さやか D1
松田 あかり D2
熊谷 美羽 G12
東海林 のん G1

1級

秋貞 舞衣 D1
松田 あかり D2
遠藤 千波 G2
高橋 佑朔 G2
齋藤 哲朗 G12

なぞなぞのこたえ
電灯のひも(スイッチ)
まぶた
寝顔
へそ(へえ~、そお~)
ごほう

E 1 コース記録会 200m個人対決

松本さとみ	E 1	2-39-83	⑨
佐藤直子	E 1	2-38-43	⑨
赤坂雄一郎	E 1	2-39-02	④
深瀬真由	E 1	2-40-01	⑦
飛塚佑輝	E 1	2-41-81	⑤
富谷茜	E 1	2-43-64	⑥
黒須聡瑛	E 1	2-44-21	⑥
渡辺美音	E 1	2-46-87	⑧
藤田麻矢	E 1	2-48-18	⑥
土屋優	E 1	2-48-49	⑥
阿部郁人	E 1	2-48-49	⑤
矢萩丈	E 1	2-49-10	⑥
湯口洋輔	E 1	2-49-14	③
菊池脩人	E 1	2-49-21	⑥
奥山詩帆	E 1	2-49-38	⑥
星川隼人	E 1	2-50-51	⑥
三澤ひかり	E 1	2-50-81	⑥
佐藤佳央理	E 1	2-51-02	⑥
白田姫子	E 1	2-51-08	⑥
栗原涼太	E 1	2-51-40	⑥
広谷知美	E 1	2-52-06	⑥
武田真優	E 1	2-52-99	⑥
石垣亮	E 1	2-53-00	④
深瀬孝介	E 1	2-53-61	④
多田亮	E 1	2-53-85	②
鈴木真奈美	E 1	2-54-78	④
金澤ひかり	E 1	2-55-37	④
渡辺達也	E 1	2-56-31	③
大宮愛美	E 1	2-56-98	④
村井志帆	E 1	2-57-84	④
市合理子	E 1	2-57-84	④
伊藤祐弥	E 1	2-58-12	④
山川佳斗	E 1	2-58-24	④
白田真織	E 1	2-59-80	④
池内孝平	E 1	3-00-55	②
矢萩晴	E 1	3-00-73	⑥
和田昂騎	E 1	3-01-18	
井場涼介	E 1	3-02-03	
設楽茉莉花	E 1	3-02-09	④
佐藤亨志郎	E 1	3-03-17	⑤
平りさ子	E 1	3-03-44	⑥
船田裕哉	E 1	3-03-59	②
佐藤空哉	E 1	3-05-10	⑤
多田美菜	E 1	3-05-55	④
野村悠起	E 1	3-05-93	⑤
志田遼太郎	E 1	3-06-44	③
岡部朋佳	E 1	3-06-44	⑤
設楽一騎	E 1	3-06-63	①
湯口聖菜	E 1	3-06-89	④
橘洋司	E 1	3-07-41	⑦
中井川耀	E 1	3-07-44	⑦
小林真美子	E 1	3-08-35	②
鈴木映那	E 1	3-08-67	①
高橋梓	E 1	3-08-26	⑧
西塔舜也	E 1	3-08-84	④
菊池一真	E 1	3-09-08	⑥
佐々木光	E 1	3-09-18	
峯田菜央	E 1	3-09-78	④
武田幸奈	E 1	3-09-78	⑤

村上瑛理子	E 1	3-09-80	①
星川慎吾	E 1	3-10-15	⑥
相田栞里	E 1	3-11-34	③
東海林岳	E 1	3-11-35	④
朝倉美希	E 1	3-11-51	⑤
鈴木真叶	E 1	3-12-00	①
工藤凌	E 1	3-12-11	②
青木正太	E 1	3-12-36	④
晋道美和	E 1	3-12-95	④
奥山祐菜	E 1	3-15-28	④
三浦由希	E 1	3-15-64	
古内晴貴	E 1	3-16-30	③
前田駿	E 1	3-16-76	①
磯邊寧々	E 1	3-16-96	①
齋藤彩佳	E 1	3-17-01	①
菊地賢展	E 1	3-18-56	⑤
鈴木雄也	E 1	3-19-10	③
兼村聡大	E 1	3-20-20	⑤
小関郁果	E 1	3-21-60	⑤
平幡妃七	E 1	3-21-83	③
佐藤優衣	E 1	3-21-84	②
深瀬理子	E 1	3-23-46	③
三部諒太	E 1	3-23-48	
野口桃香	E 1	3-24-16	③
設楽ひかる	E 1	3-24-62	④
遠藤冨夏	E 1	3-25-52	①
松浦未翔	E 1	3-25-79	
五十嵐駿吾	E 1	3-27-50	
川又カンナ	E 1	3-27-87	④
荒井虹夏	E 1	3-31-93	③
奥山亜海	E 1	3-39-68	②
増川紘太	E 1	3-43-53	①

Best-Time

E 2 コース記録会 400m個人対決

川又友彰	E 2	4-57-45	⑨
高橋修一	E 2	5-06-99	⑨
佐藤風太	E 2	5-07-81	⑧
小林颯太	E 2	5-11-24	⑧
江口幸希	E 2	5-12-97	⑨
三浦鷹	E 2	5-16-88	⑧
安達駿	E 2	5-18-57	⑦
安達雪鈴	E 2	5-18-75	⑨
小神美菜	E 2	5-24-05	⑨
設楽和宏	E 2	5-24-23	⑦
会田夏子	E 2	5-26-27	⑧
漆山達哉	E 2	5-27-06	⑧
中野まよ	E 2	5-27-60	⑨
奥山翔太	E 2	5-28-81	⑦
渡辺新奈	E 2	5-30-02	⑧
安達なのは	E 2	5-30-70	⑦
佐藤優	E 2	5-32-47	⑧
橋本優希	E 2	5-34-47	⑦
新宮琢未	E 2	5-35-97	⑤
兼村郁美	E 2	5-35-97	⑦
井幡葉月	E 2	5-37-65	⑦
高橋二葉	E 2	5-40-71	⑦
細川勝矢	E 2	5-46-77	⑥

行事日程 (平成21年7月・8月)

7	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	31	

振替練習は、20 (月) → 23 (木) です。

8	日	月	火	水	木	金	土
							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30	31					

8/13～16までお盆休みになります。

振替練習は、13 (木) → 10 (月)
14 (金) → 11 (火)
15 (土) → 12 (水) です。

7/1～7	351回進級記録会 (育成)
7/2～4	747回クラブ大会
7/16～18	748回クラブ大会
7/30～8/1	749回クラブ大会
7/5	夏季JOC山形県予選会 (寒河江)
7/12	べにばな水泳教室 (3・4年) (落合)
7/12	夏季A・AA級記録会 (長井)
7/18～20	東北高校総体 (いわき)
7/20	市学童記録会 (5年) (落合)
7/24～26	県中学総体 (山形)
7/28	市学童記録会 (6年) (落合)

8/1～7	352回進級記録会 (育成)
7/30～8/1	749回クラブ大会
8/20～22	750回クラブ大会
8/2～3	サマーキャンプ
8/2	国民体育大会県予選会 (酒田)
8/8～10	東北中学校水泳競技大会 (秋田)
8/17～20	日本高等学校選手権大会 (大阪)
8/21～23	全国中学校水泳競技大会 (福岡)
8/23	山形県学童選抜記録会 (山形)
8/26～30	全国JOC夏季水泳競技大会 (東京)
8/30	山形県選手権大会 (寒河江)

大ベスト賞決定

今月の大ベスト賞は遠藤冨夏さんです。おめでとうございます。いくら水泳が速くても、学校で成績が優秀でもそれだけでは立派とは言いません。地位や財力があってもずるくて、人をだます者が立派なはずがありません。立派というのは心が強く、美しいことを指す言葉です。偉い人より、立派な人になって下さい。

- ・失敗しても悔しさから立ち上がり、頑張って自分の役割を果たす責任と勇気
- ・小さな者や弱き者を守り支える正義と優しさ
- ・人に尽くし、決して裏切らない誠実と信頼 そして卑劣を恥じる清い心

3分35秒78



3分25秒52



お知らせ

現在、C2コースのバスを利用している会員の方に、変更のお知らせです。2号車・4号車を利用の人が増えて、バスに乗り切れなくなっています。それで、新たに別曜日にバスのルートを増やして運行したいと思います。火・金曜日に来ていた人が別曜日に変更したい時、また、今はバスを利用していない人でもこれから利用が可能になります。くわしいルートや時間、利用できる曜日などは、受付までお問い合わせ下さい。

今月の目標!

玄関で脱いだ靴は
しっかり、下駄箱にいれましょう!



注意

使った道具は
しっかりと
元に戻しましょう!



編集後記

日本人はスポーツでも仕事でも「笑う・明るい＝不真面目」と考えるところがあります。苦しいときこそ笑う。辛いときこそ明るく振舞う。実はかなり難しいことです。笑顔は自分を前向きにし、周りを明るくします。辛いときほど笑っていようかなと思います。

山形ドルフィンクラブ 編集部
TEL 645-1616 FAX 645-1665
<http://www.yamagata-dolphin.co.jp/>