



# ドルフィン

2006  
8

## 楽しかった「海」 2006 サマーキャンプ

ずっと雨が続けていたので、心配したけど、30日から大気が良くなって、海でたくさん泳げて遊べるなあと、ほっとしました。

三瀬海岸は、去年行った笹川流れにくらべて、浜がせまくてみんなが見えたり山形から近いので、たくさん海で遊べました。三瀬海岸は、すながさらさらしていて気持ちいいので、何度もうめてもらいました。何回かは身動きがとれなくてほってもらったけど、すごく楽しかったです。

海の水は、思っていた以上に冷たくて深い所の方が暖かかったです。口に入るとすごくしょっぱかったです。時々足のつかない所まで行って楽しかった。

30日の夜にした花火では、手持ち花火も楽しかったけど、打ち上げ花火の方が私は楽しかったと思います。30連発の花火や、お城の花火もあってすごくきれいでした。

旅館もすごくきれいで、私達の部屋からは、海がながめられてすごく気持ちよかったです。それに、一つ一つの部屋に名前がついていてすごいなあと思いました。料理もすごくごうかで、食べきれないほどの量で、コーチや友達にも分けてあげたけどすごくおいしかったです。

また来年のサマーキャンプも楽しみにしています。

G1コース 桂木 和花子 4年生



# 全国ジュニアオリンピックカップ 夏季水泳競技大会山形県予選会

平成17年7月2日(日)

寒河江市民プール

## <男子> (3位までの入賞者のみ)

200m個人メドレー				
13~14才	石澤 大行	2'25"47	3位	
男子CS	佐藤 颯	2'36"10	2位	
400m個人メドレー				
13~14才	石澤 大行	5'15"40	2位	
男子CS	佐藤 颯	5'32"53	3位	
50m背泳ぎ				
10才以下	江口 幸希	41"47	3位	
男子CS	深瀬 翼	33"11	1位	
100m背泳ぎ				
男子CS	青木 雄	1'08"12	1位	
	深瀬 翼	1'10"95	2位	
200m背泳ぎ				
男子CS	青木 雄	2'28"84	1位	
	深瀬 翼	2'32"90	2位	
100m平泳ぎ				
13~14才	富澤 亮平	1'16"17	2位	
200m平泳ぎ				
13~14才	富澤 亮平	2'38"57	1位	
50mバタフライ				
10才以下	江口 幸希	39"48	3位	
100mバタフライ				
13~14才	江口 大樹	1'03"50	1位	
	三澤 正太	1'09"41	2位	
200mバタフライ				
13~14才	江口 大樹	2'24"12	2位	
50m自由形				
男子CS	青木 大	27"33	1位	
200m自由形				
男子CS	三澤 正太	2'26"69	3位	
1500m自由形				
男子CS	本田 幸雄	18'26"67	2位	

## <女子>

200m個人メドレー				
13~14才	簾内菜々子	2'49"15	1位	
	佐藤 瑠利	2'50"10	2位	
400m個人メドレー				
13~14才	渡辺 耶唯	5'15"36	1位	
	佐竹 倫代	5'39"83	3位	
50m平泳ぎ				
13~14才	大宮 千裕	39"53	3位	
100m平泳ぎ				
13~14才	大類 麻未	1'19"50	1位	
女子CS	青木 沙織	1'22"38	1位	
200m平泳ぎ				
13~14才	大類 麻未	2'52"74	1位	
女子CS	青木 沙織	2'57"43	1位	
50mバタフライ				
11~12才	須藤明日香	33"36	3位	
100mバタフライ				
11~12才	須藤明日香	1'16"44	2位	
13~14才	渡辺 耶唯	1'06"26	1位	
	松本いづみ	1'11"37	2位	
	町田 優理	1'14"09	3位	
200mバタフライ				
13~14才	簾内菜々子	2'43"33	1位	
100m自由形				
11~12才	渡辺 新奈	1'07"34	3位	
200m自由形				
女子CS	山中さゆり	2'21"49	1位	
400m自由形				
女子CS	安達なのは	4'59"91	3位	
800m自由形				
女子CS	安達なのは	10'21"54	2位	



# 県中学水泳大会結果

## 女子

100mバタフライ	渡辺 耶唯	山形三中・2年	1分05秒20	第1位	東北・全国大会出場
400m個人メドレー	渡辺 耶唯	山形三中・2年	5分10秒68	第1位	東北大会出場(県中新)
100m平泳ぎ	大類 麻未	山形十中・3年	1分17秒70	第1位	東北大会出場
200m平泳ぎ	大類 麻未	山形十中・3年	2分46秒51	第2位	東北大会出場
200m自由形	山中 さゆり	山形一中・3年	2分17秒60	第2位	東北大会出場
400m自由形	山中 さゆり	山形一中・3年	4分52秒34	第6位	東北大会出場
800m自由形	安達なのは	山形五中・3年	10分11秒00	第3位	東北大会出場
100mバタフライ	松本いづみ	上山北中・1年	1分10秒19	第6位	東北大会出場
100mバタフライ	町田 優理	山形二中・1年	1分12秒37	第8位	東北大会出場
200mバタフライ	簾内菜々子	山形五中・2年	2分35秒90	第3位	東北大会出場
200m個人メドレー	加藤 瞳	山形四中・3年	2分43秒24	第2位	東北大会出場
200m個人メドレー	簾内菜々子	山形五中・2年	2分44秒30	第4位	東北大会出場
400m個人メドレー	松本いづみ	上山北中・1年	5分34秒04	第5位	東北大会出場
400m個人メドレー	佐竹 倫代	山形九中・2年	5分36秒67	第6位	東北大会出場
400m個人メドレー	斉藤 道子	山形十中・1年	5分38秒83	第8位	東北大会出場
400m個人メドレー	中野 まや	高橋中・1年	5分40秒00	第9位	東北大会出場
100m平泳ぎ	大宮 千裕	山形十中・3年	1分25秒20	第9位	
200m個人メドレー	佐藤 瑠利	山形七中・1年	2分47秒27	第8位	
400mフリーリレー	山形五中	(簾内菜々子・安達なのは)	4分29秒36	第4位	東北大会出場
400mフリーリレー	山形十中	(大類麻未・栗林世)	分30秒73	第5位	東北大会出場
		(大宮千裕・斉藤道子)			
400mメドレーリレー	山形十中	(大類麻未・大宮千裕)	分53秒95	第2位	東北大会出場
		(斉藤道子・栗林世)			
400mメドレーリレー	山形五中	(安達なのは・簾内菜々子)	5分08秒05	第9位	

## 男子

400mメドレーリレー	山形三中	(石澤大行)	4分25秒86	第1位	東北・全国大会出場
50m自由形	青木 大	山形五中・3年	26秒39	第2位	東北大会出場
100m自由形	青木 大	山形五中・3年	57秒94	第2位	東北大会出場
400m自由形	本田 幸雄	金井中・2年	4分38秒60	第7位	東北大会出場
1500m自由形	本田 幸雄	金井中・2年	18分11秒75	第5位	東北大会出場
100m背泳ぎ	青木 雄	山形五中・3年	1分07秒09	第2位	東北大会出場
200m背泳ぎ	青木 雄	山形五中・3年	2分24秒15	第2位	東北大会出場
100m平泳ぎ	富澤 亮平	山形一中・2年	1分14秒02	第3位	東北大会出場
200m平泳ぎ	富澤 亮平	山形一中・2年	2分37秒85	第1位	東北大会出場
100mバタフライ	江口 大樹	金井中・3年	1分02秒40	第2位	東北大会出場
200mバタフライ	江口 大樹	金井中・3年	2分24秒43	第4位	東北大会出場
100mバタフライ	小林健太郎	山辺中・3年	1分06秒41	第7位	東北大会出場
200mバタフライ	小林健太郎	山辺中・3年	2分29秒87	第7位	東北大会出場
200mバタフライ	中村 允人	山形二中・2年	2分30秒45	第8位	東北大会出場
200m個人メドレー	石澤 大行	山形三中・3年	2分27秒83	第5位	東北大会出場
400m個人メドレー	石澤 大行	山形三中・3年	5分11秒82	第4位	東北大会出場
400m個人メドレー	佐藤 颯	山形十中・3年	5分23秒75	第9位	東北大会出場
1500m自由形	安藤 大貴	山形三中・2年	21分05秒44	第10位	
100m背泳ぎ	深瀬 翼	山形四中・3年	1分10秒86	第6位	
200m背泳ぎ	深瀬 翼	山形四中・3年	2分33秒38	第6位	
200m平泳ぎ	熊谷 聖仁	金井中・2年	2分46秒75	第7位	
100mバタフライ	中村 允人	山形二中・2年	1分08秒12	第9位	
200m個人メドレー	佐藤 颯	山形十中・3年	2分31秒98	第7位	
400mフリーリレー	山形三中	(石澤大行)	4分01秒27	第3位	東北大会出場
400mフリーリレー	金井中	(本田幸雄・江口大樹)	4分08秒48	第4位	東北大会出場
400mフリーリレー	山形四中	(深瀬翼・小鹿悟)	4分12秒52	第6位	東北大会出場
400mメドレーリレー	金井中	(江口大樹・本田幸雄)	4分27秒70	第4位	東北大会出場
400mメドレーリレー	山形四中	(深瀬翼・三澤正太・小鹿悟)	4分39秒44	第7位	東北大会出場
400mメドレーリレー	山形一中	(富澤亮平・坂上遼)	分51秒03	第9位	
		(井幡雅文)			

みなさん入賞おめでとう！ 東北大会・全国大会頑張ってください。

# 東北高校水泳大会結果

7月21日～23日 (秋田県立総合プール)

## 女子

200m自由形	古頭 奈美	山形商業高校・2年	2分06秒99	第1位	インターハイ出場
100m自由形	中野 まゆ	日大山形高校・1年	1分00秒04	第2位	インターハイ出場
200m自由形	中野 まゆ	日大山形高校・1年	2分07秒87	第3位	インターハイ出場
100mバタフライ	山本 聖子	日大山形高校・1年	1分05秒14	第2位	インターハイ出場
200mバタフライ	山本 聖子	日大山形高校・1年	2分24秒10	第2位	インターハイ出場
200m自由形	山中佑希子	山形商業高校・3年	2分12秒48	第8位	
200m個人メドレー	田村 梨紗	山形東高校・2年	2分32秒06	第8位	
400m個人メドレー	田村 梨紗	山形東高校・2年	5分20秒57	第6位	
400mフリーリレー	山形東高校 (田村梨紗・植松香織)		4分10秒00	第6位	

## 男子

100mバタフライ	齋藤 宏文	日大山形高校・2年	57秒46	第3位	インターハイ出場
200mバタフライ	齋藤 宏文	日大山形高校・2年	2分06秒43	第4位	インターハイ出場
200m個人メドレー	斉藤賢太郎	日大山形高校・3年	2分10秒80	第2位	インターハイ出場
400m個人メドレー	斉藤賢太郎	日大山形高校・3年	4分41秒53	第3位	インターハイ出場
100mバタフライ	大類 渉	日大山形高校・3年	58秒22	第7位	
400mメドレーリレー	日大山形高校 (斉藤賢太郎・小野修・齋藤宏文・大類渉)		4分05秒44	第5位	インターハイ出場
800mフリーリレー	日大山形高校 (斉藤賢太郎・大類渉・齋藤宏文・渡邊輝)		8分09秒84	第6位	

8/17～20に大坂でインターハイが行われます。  
選手のみなさんの頑張りに期待します。  
応援よろしくお願い致します。



なるほど!

# SWIMMING



&



塩素って、髪や肌にも影響はあるの？



前回は塩素が水着等を傷めてしまう事をお話しましたが、もちろん髪や肌にとっても影響があります。みなさんもプールに入って、髪がパサついた経験がありますよね。それは、塩素によって髪のキューティクルが傷んだり、メラニン色素が溶けたりするため、パサつきや脱色がおこるためなのです。対策としては、シャワーをしっかりと浴びて塩素を落とすのが第一です。シャンプーも中性から酸性に近いものをお勧めします。もしシャンプーが使えない場合でも、シャワーでよく塩素を落としてから、軽くタオルドライして、洗い流さなくてもよいトリートメント剤を使ってドライヤーで乾かしましょう。

肌も同じで、シャワーをよく浴びて塩素を落としましょう。皮膚の表面は、普段は皮脂で覆われていますが、長時間水に入ると角質とともに皮脂もとれるので乾燥がおこりやすくなるのです。そこに塩素の刺激が加わり、さらに肌が乾燥してしまいます。シャワーを浴びたらタオルでよく拭き、乾燥対策として保湿剤を使いましょう。化粧水は肌を引き締めてくれますが、保湿効果を考えると乳液やクリームがお勧めです。オリーブオイルを主体にした物や、ヒアルロンサンや海草エキスを含んだ物が効果的です。スプレーやコットンを使うよりも、自分の手でしっかり押さえるようにぬり込みましょう。

## ガンバレ キッズ インタビュー



氏名 設楽ひかるさん  
C2コース  
現在10級

Q、水泳の楽しいところはどこですか？

- ・泳ぐのが楽しい。

Q、プールがない日は何をしていますか？

- ・ゲームをしている。

Q、自分の得意な泳ぎは何ですか？

- ・クロールです。

Q、水泳でこれからどんな事を頑張りますか？

- ・何でもがんばる！

Q、ことしの目標を教えてください。

- ・早く4級になりたい。

Q、ドルフィンでの水泳は楽しいですか？

- ・楽しいです！

楽しい理由は何ですか？

- ・お友達といっばい泳げるから  
楽しいです！

## あたまの体操 きみはできるかな？

なぞなぞおもしろ百科！

山の上にはなにがある？

では、その上にはなにがある？！

空飛ぶパンってどんなパン？

いつ行ってもかねがなっている外国の都市は！

国民のいない国はどこだ！

さて、いくつわかったかな！

こたえは、どこかにあるよ。

## 一級入魂！

「人生に乗り越えられない山はない」  
夢はあなたをすてないよ！あなたが夢を  
捨てなければね...。頑張ってください！



広谷 知美さん D1コース  
一級進級おめでとう！  
進級めざし朝練習にも積極的に  
参加しました。さぁ選手コース  
では体力をつけていこう！！



川合 瑛美さん D1コース  
一級進級おめでとう！  
ちょっと休みがちですが...泳ぎ  
にパワーがついてきました。こ  
れからは休まずこよう



高橋 実里さん D2コース  
一級進級おめでとう！  
苦手だった平泳ぎを克服したら  
あとは順調に進級してきましたね  
。次はスピードに磨きを



松井 優くん D2コース  
一級進級おめでとう！  
泳ぎが丁寧でとても綺麗なフォー  
ームです。次は選手コース目指して  
頑張ってください！！



伊藤亜希子さん G2コース  
一級進級おめでとう！  
泳ぐ楽しさを知って、これからも  
自分の泳法に磨きをかけて、水泳  
を極めてください！



設楽 一人くん G12コース  
一級進級おめでとう！  
頑張りました！パタは少し時間が  
かかりましたが、その後は順調！  
前の方でガンガン泳いでください！



菊池 脩人くん G12コース  
一級進級おめでとう！  
素晴らしいテクニックの持ち主。  
何を泳がしてもGOODです。  
一流目指してがんばれ！



竹田 有希さん G2コース  
一級進級おめでとう！  
自信をもって泳げば結果は必ず後  
から付いて来ます。成せば成る！

# 育成コース（年齢別・種目別）7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	深瀬 孝介	39.11	G12
2	中川 洸弥	40.79	D1
3	細川 勝矢	43.64	D2
4	高橋 諄己	44.12	D2
5	西川 大地	44.72	D2
6	矢萩 丈	45.12	D1
7	坂本 奨太	45.14	G1
8	関 聖史	45.42	D1
9	池田 優貴	46.01	D2
9	設楽 一人	46.07	G12

50m 背泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	矢萩 丈	46.91	D1
2	深瀬 孝介	47.71	G12
3	細川 勝矢	49.75	D2
4	設楽 一人	49.85	G12
5	中川 洸弥	50.43	D1
6	戸田 幹	50.87	D2
7	吉田 航輝	51.31	G2
8	菊池 脩人	51.50	G12
9	土屋 優	51.72	D1
10	武田 圭司	51.76	D1

50m 平泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	深瀬 孝介	50.28	G12
2	細川 勝矢	51.50	D2
3	加藤 椋介	52.31	D2
4	大清水 楓太	52.60	D2
5	菊池 脩人	53.58	G12
6	星川 隼人	53.95	D2
7	設楽 一人	53.98	G12
8	中川 洸弥	54.16	D1
9	鈴木 達郎	54.17	D2
10	渡辺 翼	54.91	D2

50m バタフライ			
	氏名	記録	コース
1	中川 洸弥	46.55	D1
2	深瀬 孝介	48.37	G12
3	細川 勝矢	50.16	D2
4	関 聖史	51.57	D1
5	渡部 美音	54.70	D1
6	阿部 郁人	54.94	D1
7	加藤 椋介	55.42	D2
8	設楽 一人	55.74	G12
9	鈴木 達郎	56.15	D2
10	大清水 楓太	56.69	D2

## 男子 11歳以上

50m 自由形			
	氏名	記録	コース
1	田苗 剛己	31.81	D1
2	多田 司	32.41	G2
3	高橋 尚史	34.28	G2
4	寺崎 響	35.31	G2
5	五十嵐広一	36.33	D2
6	志田 峻佑	39.28	D2
7	庄司 龍夫	39.69	D1
8	金山 純一	39.90	D2
9	小林 颯太	40.15	D2
10	奥山 尚樹	40.48	D2

50m 背泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	多田 司	40.53	G2
2	寺崎 響	41.63	G2
3	高橋 尚史	41.94	G2
4	田苗 剛己	42.38	D1
5	五十嵐広一	43.90	D2
6	武長 慧介	44.67	G2
7	庄司 龍夫	45.14	D1
8	清野 祐輔	46.63	G12
9	志田 峻佑	46.69	D2
10	鈴木 祥太	46.91	G2

50m 平泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	田苗 剛己	42.68	D1
2	多田 司	45.67	G2
3	高橋 尚史	46.95	G2
4	五十嵐広一	47.34	D2
5	鈴木 祥太	49.34	G2
6	寺崎 響	49.54	G2
7	三浦 功大	50.32	D2
8	沼沢 駿介	50.46	D2
9	奥山 尚樹	50.68	D2
10	会田 克己	50.88	D1

50m バタフライ			
	氏名	記録	コース
1	田苗 剛己	38.72	D1
2	小林 颯太	39.27	D2
3	高橋 尚史	39.98	G2
4	多田 司	40.24	G2
5	寺崎 響	42.33	G2
6	伊藤 直人	45.67	G12
7	五十嵐隆太	45.84	D1
8	奥山 尚樹	46.78	D2
9	武長 慧介	47.28	G2
10	鈴木 祥太	47.62	G2

## 女子 10歳以下

50m 自由形			
	氏名	記録	コース
1	矢萩 陽子	39.55	D1
2	三澤 未憂	40.01	D2
3	鈴木 朱音	41.61	G12
4	杉本早侑美	42.77	D2
5	堤 理加	43.14	G2
6	奥山 詩帆	43.27	D1
7	高橋南々子	43.30	D1
8	石井 夏海	43.54	G12
9	竹内 友香	43.70	D1
10	安藤 愛	44.13	D1

50m 背泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	矢萩 陽子	45.41	D1
2	安藤 愛	45.43	D1
3	杉本早侑美	45.50	D2
4	竹内 友香	48.34	D1
5	奥山 詩帆	48.64	D1
6	三澤 未憂	50.20	D2
7	木村 郁美	50.46	D2
8	鈴木 朱音	50.56	G12
9	清水 優	51.11	G1
10	寺沢 裕希	51.42	G1

50m 平泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	矢萩 陽子	49.09	D1
2	三澤 未憂	49.88	D2
3	高橋南々子	54.00	D1
4	木村 郁美	54.32	D2
5	鈴木 朱音	55.55	G12
6	岸 良菜	56.33	D2
7	竹内 友香	56.48	D1
7	杉本早侑美	56.48	D2
9	石井 夏海	57.16	G12
10	佐藤亜緒衣	57.25	D2

50m バタフライ			
	氏名	記録	コース
1	矢萩 陽子	42.99	D1
2	三澤 未憂	44.68	D2
3	高橋南々子	48.07	D1
4	竹内 友香	50.32	D1
5	木村 郁美	51.04	D2
6	結城 美穂	51.41	D2
7	広谷 知美	52.12	D1
8	杉本早侑美	52.47	D2
9	湯口 聖菜	52.52	D1
10	山川奈津子	54.05	D2

## 女子 11歳以上

50m 自由形			
	氏名	記録	コース
1	三澤 瑠美	34.22	D2
2	安達 弥羽	37.15	D2
2	武田 歩美	37.15	D2
4	深井 紅葉	38.00	D1
5	太田 美里	38.17	D2
6	三浦 瑞季	38.83	D2
6	村田 琴乃	39.01	D2
8	伊藤亜希子	39.12	G2
9	菅江 美咲	40.25	G2
10	細谷 香奈	40.76	D2

50m 背泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	三澤 瑠美	43.84	D2
2	太田 美里	44.15	D2
3	安達 弥羽	44.46	D2
4	伊藤亜希子	44.48	G2
5	黒須 聡瑛	45.51	D1
6	深井 紅葉	46.14	D1
7	細谷 香奈	46.89	D2
8	渡辺 晴佳	46.95	G12
9	大宮 愛美	47.47	G2
10	大沼知可子	47.67	D1

50m 平泳ぎ			
	氏名	記録	コース
1	安達 弥羽	43.71	D2
2	三澤 瑠美	47.65	D2
3	川合 瑛美	48.23	D1
4	深井 紅葉	48.83	D1
5	相馬 理沙	49.02	D2
6	吉田 知礼	49.23	D1
7	武田 歩美	49.80	D2
8	渡辺 晴佳	50.73	G12
9	太田 美里	50.93	D2
10	三浦 瑞季	51.60	D2

50m バタフライ			
	氏名	記録	コース
1	三澤 瑠美	41.29	D2
2	相馬 理沙	44.70	D2
3	安達 弥羽	44.78	D2
4	太田 美里	44.80	D2
5	村田 琴乃	44.87	D2
6	菅江 美咲	44.90	G2
7	高橋 実里	46.38	D2
8	武田 歩美	46.58	D2
9	深井 紅葉	46.77	D1
10	伊藤亜希子	46.80	G2

# 進級おめでとう！

670大会

## 15級

吉田 一貴 A1  
山本 晃大 A1  
吉田 和生 A2  
榎本 陸人 A3  
東海林 里帆 C2  
高橋 北翔 C3  
大谷 圭亮 C3  
堀 裕悦 C3  
阿部 淑乃 C3  
渋谷 将人 C3  
小川 結菜 C3

## 14級

渡辺 健太郎 B3  
伊藤 嘉矩 C2  
遠藤 雅 C2

## 13級

宇野 萌花 B1  
高橋 鮎子 B2  
志斎 海斗 C1  
高橋 直也 C1  
大場 友貴 C2  
鈴木 菜々香 C2  
伊藤 笙馬 C3  
鈴木 美乃里 F1

## 12級

鈴木 真奈 A2  
佐々木 幸希 B2  
高橋 美晴 B3  
白壁 英莉 C2  
寒河江 拓郎 C2  
五十嵐 駿吾 C2  
渡邊 烈瑠 C3  
五十嵐 慧 C3

## 11級

新関 兼統 B1  
吉田 愛梨 B3  
吉田 尋哉 B3  
山本 祐大 B3  
会田 和俊 B3  
赤坂 史奈 B3  
高橋 花菜実 B3  
松野 皐 B3  
渡邊 克 B3  
粕谷 英生 C2  
高橋 遥 C2  
伊藤 竜成 C2  
保科 圭司郎 C2  
戸田 汐里 C2  
二宮 風雅 C2

## 10級

奥山 亜海 B2  
高橋 佑朔 B3  
池内 菜緒 C2

## 9級

齋藤 哲朗 B3

## 8級

高瀬 亜利菜 B1  
小関 一成 B3  
細谷 響 B3  
熊谷 英輝 C2  
関沢 夏月 F1

## 7級

山川 穂乃実 B3  
長谷川 拓海 B3  
志鎌 大地 C2  
山川 佳斗 C2  
山口 大樹 C2  
武田 万祐子 C2  
寺沢 裕夏 C3  
菅井 脩 C3

## 5級

寒河井 萌夏 C2  
鈴木 千晴 C3  
渡辺 達也 F1  
多田 亮 F1  
大宮 咲希 F1  
内藤 秀哉 F1

## 4級

三浦 颯太 C2  
杏澤 佑樹 F1  
伊藤 匠 F1  
江口 昂志 F1

671大会

## 15級

太田 楓生 A3  
五十嵐 晃貴 A3  
高橋 雄大 A3  
樋水 菜菜 C1  
高橋 真歩 C3

## 14級

成瀬 雅哉 A1  
石井 錬 A1  
樋口 瀬菜 A2  
菅原 美桜 A2  
土屋 美月 B1  
山田 悠平 B3  
渡部 大 C1  
丸山 理恵 C3  
秋葉 優佳 C3

## 13級

佐々木 諒 A1  
村上 優太 A2  
鈴木 彩加 B1  
加藤 広海 B1

粕谷 美紅 C2  
森山 弘貴 C2  
鈴木 洸 C2  
武田 浩輔 C3  
西村 哲登 C3  
木村 考希 C3

## 12級

高橋 涼 B3  
荒井 那都樹 B3  
福澤 光稀 B3  
佐々木 菜摘 C1  
松岡 はるる C1  
庄司 はるな C2  
庄司 京介 C2  
富樫 佑太 C2  
西村 祐樹 C3  
谷口 僚佑 C3

## 11級

大井 愛夢 B2  
小川 紗扶実 B2  
星川 由佳 B3  
今田 綾香 C1  
五十嵐 駿吾 C2  
齋藤 希望 C2

## 10級

鈴木 康太郎 B3  
三澤 くるみ B3  
小林 雛子 B3  
吉田 愛梨 B3  
吉田 尋哉 B3  
山本 祐大 B3  
高橋 花菜実 B3  
松野 皐 B3  
渡邊 克 B3  
田村 美来 C1  
安部 さやか C1  
札野 佑馬 C1  
粕谷 英生 C2  
加藤 一 C2  
佐藤 亨志郎 C2  
保科 圭司郎 C2

## 9級

安達 志帆 B3  
巨 沙樹 C1  
高橋 颯 C2  
古川 敬一郎 C2

## 8級

齋藤 哲朗 B3

## 7級

栗原 涼太 C1  
大泉 佑介 C1  
佐藤 静華 C2  
押切 和輝 C3  
佐藤 花菜子 C3  
向田 翔太郎 C3

## 6級

佐藤 裕季 C1  
後藤 沙由里 F1

## 5級

齊藤 諒三 C1  
芳村 研児 C1  
松田 桜 C1  
佐藤 雄基 C1  
石塚 光里 C1  
奥山 千穂 C3

## 4級

池田 結衣 C3  
荒井 虹夏 C3  
晋道 美和 C3  
青木 正太 C1  
阿部 蓮 C2  
金田 春菜 C3  
遠藤 沙希 C3  
武田 和己 C3  
吉田 智香 F1



## 315回進級記録会

### 3級

矢萩 丈 D1  
丸山 詩織 D1  
星川 隼人 D2  
金山 純一 D2  
松田 琴 D2  
伊藤 直人 G1.2  
佐藤智友紀 G2

### 2級

関 聖史 D1  
三浦 瑞希 D2  
伊藤 壮汰 D2  
深瀬 理沙 G2

### 1級

広谷 知美 D1  
川合 瑛美 D1  
高橋 実里 D2  
松井 優 D2  
伊藤亜希子 G2  
設楽 一人 G1.2  
菊池 脩人 G1.2  
竹田 有希 D2

そら シド フライパン ヘルリン オランダ



## 400m個人対レ記録会

石澤 大行	E 2	5 - 02 - 20
青木 大	E 2	5 - 05 - 25
青木 雄	E 2	5 - 10 - 62
江口 大樹	E 2	5 - 10 - 71
深瀬 翼	E 2	5 - 10 - 98
田村 梨紗	E 2	5 - 10 - 98
渡辺 耶唯	E 2	5 - 13 - 95
大類 麻未	E 2	5 - 14 - 58
中村 允人	E 2	5 - 17 - 95
安達なのは	E 2	5 - 18 - 86
佐藤 颯	E 2	5 - 19 - 52
本田 幸雄	E 2	5 - 20 - 36
佐竹 倫代	E 2	5 - 24 - 21

斉藤 道子	E 2	5 - 25 - 75
富澤 亮平	E 2	5 - 27 - 08
佐藤 駿	E 2	5 - 27 - 13
植松 香織	E 2	5 - 28 - 10
熊谷 聖仁	E 2	5 - 29 - 06
中野 まや	E 2	5 - 29 - 49
三沢 正太	E 2	5 - 32 - 40
篠内菜々子	E 2	5 - 34 - 50
五十鈴川駿	E 2	5 - 34 - 80
町田 優理	E 2	5 - 35 - 82
中川 悠斗	E 2	5 - 37 - 11

Best-Time

## 200m個人対レ記録会

佐藤 瑠利	E 1	2 - 38 - 56
青木 沙織	E 1	2 - 37 - 12
加藤 瞳	E 1	2 - 37 - 39
藤澤 優樹	E 1	2 - 39 - 90
井幡 雅文	E 1	2 - 39 - 90
佐藤 朱里	E 1	2 - 41 - 22
川又 友彰	E 1	2 - 41 - 56
小鹿 悟	E 1	2 - 41 - 98
渡辺 新奈	E 1	2 - 42 - 43
田中 優衣	E 1	2 - 42 - 46
中村 美冴	E 1	2 - 45 - 48
須藤明日香	E 1	2 - 45 - 94
栗林世理菜	E 1	2 - 46 - 22
安藤 大貴	E 1	2 - 46 - 33
広谷 麻美	E 1	2 - 46 - 55
会田 夏子	E 1	2 - 47 - 22
鈴木 祐	E 1	2 - 47 - 31
鈴木 啓王	E 1	2 - 47 - 46
橋本 優希	E 1	2 - 47 - 60
向 周太	E 1	2 - 48 - 25
佐藤 友治	E 1	2 - 48 - 52
大宮 千裕	E 1	2 - 50 - 12
海谷 優太	E 1	2 - 50 - 16
井幡 葉月	E 1	2 - 52 - 99
安達 雪鈴	E 1	2 - 53 - 38
武田 直也	E 1	2 - 53 - 77
安達 駿	E 1	2 - 55 - 03
設楽 和宏	E 1	2 - 56 - 08
池野まりん	E 1	2 - 56 - 34
渡部 翔太	E 1	2 - 56 - 34
湯口 洋輔	E 1	2 - 56 - 51
鈴木 健司	E 1	2 - 56 - 81
遠藤 希恵	E 1	2 - 57 - 61
伊藤 謙吾	E 1	2 - 59 - 77
渡部 里奈	E 1	3 - 00 - 31
佐藤 遥	E 1	3 - 00 - 50
中川 結生	E 1	3 - 00 - 70
土屋 美咲	E 1	3 - 01 - 06
小嶋 佐和	E 1	3 - 01 - 13
佐藤 優	E 1	3 - 02 - 05
田中 雄大	E 1	3 - 02 - 68
江口 幸希	E 1	3 - 03 - 43
庄司 壮諒	E 1	3 - 03 - 80

三浦 鷹	E 1	3 - 04 - 61
深瀬 真由	E 1	3 - 04 - 97
松本さとみ	E 1	3 - 05 - 93
村井 志帆	E 1	3 - 06 - 11
小神 美菜	E 1	3 - 06 - 83
高橋 修一	E 1	3 - 10 - 32
佐藤 掌樹	E 1	3 - 10 - 56
吉田美菜子	E 1	3 - 12 - 10
庄司 華絵	E 1	3 - 12 - 20
新宮 琢未	E 1	3 - 14 - 94
高橋 寿弥	E 1	3 - 15 - 34
松永 和	E 1	3 - 15 - 34
稲垣 潤	E 1	3 - 17 - 08
赤坂雄一郎	E 1	3 - 17 - 08
渡辺 若葉	E 1	3 - 17 - 19
荒井 優太	E 1	3 - 17 - 77
中嶋さや香	E 1	3 - 18 - 08
佐藤 杏	E 1	3 - 18 - 57
鈴木真奈美	E 1	3 - 18 - 80
鈴木 瑠花	E 1	3 - 19 - 27
佐藤 風太	E 1	3 - 20 - 60
伊藤壮太郎	E 1	3 - 20 - 95
齋藤 達也	E 1	3 - 22 - 30
阿部 勇樹	E 1	3 - 22 - 38
高橋 二葉	E 1	3 - 22 - 85
市中 理子	E 1	3 - 23 - 20
加藤 咲季	E 1	3 - 23 - 23
三澤ひかり	E 1	3 - 23 - 88
中野 まよ	E 1	3 - 24 - 02
吉田 実祝	E 1	3 - 30 - 24
鍋倉 崇宏	E 1	3 - 30 - 49
石垣 亮	E 1	3 - 31 - 85
金澤ひかり	E 1	3 - 32 - 89
知念 沙紀	E 1	3 - 35 - 93
篠内萌々子	E 1	3 - 36 - 45
鈴木里佳子	E 1	3 - 40 - 36
佐藤 直子	E 1	3 - 42 - 16
富谷 茜	E 1	3 - 45 - 51
佐藤佳央理	E 1	3 - 45 - 51
長岡 拓見	E 1	3 - 46 - 78
村山 敦紀	E 1	3 - 47 - 55
阿部 周太	E 1	3 - 57 - 87

Best-Time



# 行事日程 (平成18年 8月・9月)

## 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。

14(月) 17(木)に振替練習

15(火) 18(金)に振替練習

16(水) 19(土)に振替練習

8/1～15	316回進級記録会(育成)
8/3～5	674回クラブ大会
8/17～19	675回クラブ大会
8/9～11	東北中学校水泳競技大会(山形)
8/20	山形県学童選抜記録会(落合)
8/27	山形県選手権大会(寒河江)
8/17～20	全国高校総体水泳競技大会(門真)
8/21～23	全国中学校水泳競技大会(高知)
8/26～30	全国JOC水泳競技大会(辰巳)

## 9

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

9/18、23は祝日の為お休みになります。

18(月) 21(木)に振替練習

23(土) 20(水)に振替練習

9/1～15	317回進級記録会(育成)
8/31～9/2	676回クラブ大会
9/14～16	677回クラブ大会
9/28～30	678回クラブ大会
9/2	村山地区高校新人水泳競技大会(落合)

## 大ベスト賞決定

今月の大ベスト賞は、中嶋さや香さんです。選手コースに行くのはイヤだって言っていたけど、毎日練習に来ています。中学での部活でしごかれたのかな?一ヶ月でこんなにも早くなりました。もっともっと早くなれるよ。これからも頑張ろう!大ベスト賞受賞おめでとう!!

中嶋 さや香さん

3分34秒26




3分18秒08




## 8月の目標!

食べ歩きはしないように  
にしましょう!



## 安全!

シャワー、目洗い、ウガイを  
しっかりしましょう!



## お知らせ

毎日暑い日が続き、熱中症になったりしている人もいるのではないのでしょうか。こう毎日暑いと、日頃プールに入らない人も入ってみたいくなるのではないのでしょうか。ドルフィンクラブのプールなら、会員とその家族なら無料で泳げる日があるんです。日頃運動不足のお父さん、お母さん、お子様と一緒に泳ぎに来ませんか!!

毎週日曜日

12:30～15:00

## 編集後記

県学童記録会、全国中学、インターハイと、夏の大舞台が続きます。毎年これらの大会を目指して練習してきたみんなにとっては、日頃の練習の成果を十二分に発揮して、今年一番のいいタイムで泳いで欲しいと思います。県学童記録会には、95名の児童が出場します。去年よりも20名多い出場者数に、大変うれしく思い、みなさんの頑張りを期待しています。

山形ドルフィンクラブ 編集部

TEL 645-1616 FAX 645-1665