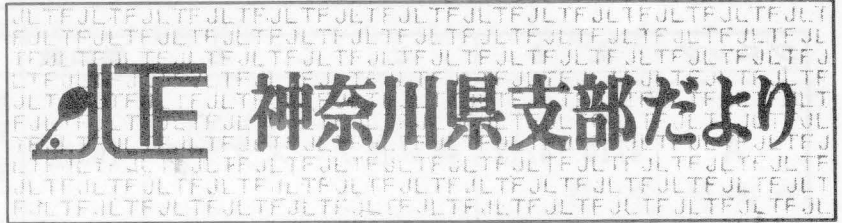


第11号



事務局 桑原 宏子

いつの間にか、まぶしさときらめきの季節がやってまいりました。会員の皆様には“美容”“健康”“技”にと楽しい毎日をお過ごしのことと思います。盛りだくさんな行事も無事に進行しております。皆様のご協力を役員一同感謝しつつ一層のご協力をお願いいたします。

第6回 県支部ダブルス

石田・山本組 3年目の初優勝

第6回県支部ダブルス・トーナメントは6月5日より高麗山テニスクラブに於て開催、観客の熱いまなざしの中を石田・山本組が初優勝に輝き、3連覇の夢をかけた小川・加藤組は惜しくも準優勝となりました。結果と優勝者の喜びの声をお伝えします。

- 優勝 石田・山本組
- 準優勝 小川・加藤組
- 第3位 高橋・宇野組
- 第4位 二宮・大谷組

◆ 喜びの声 ◆

「お互いの役割を果たせたことと3連覇を阻止できて嬉しいです」(石田談)



優勝した石田さん(右)と山本さん(左)

県支部大会に優勝して

山本 慈子

県支部大会は、テニスをやるからには是非勝ちたいと考えていた大会でした。昨年は力及ばず3位に終り、今年こそはと思っておりましたが、昨年優勝の小川・加藤組が好調で、満を持しての3連覇挑戦でしたので、正直言って、自信はありませんでしたが、パートナーとのコンビも良く優勝することが出来大変うれしく思っています。

特にダブルスでは、両名がそれぞれの持場をしっかりと守り、来た球を処理することのみに専念する事が、勝利への鍵だと今更に感じました。

今回の栄ある優勝を機に、今後一層頑張ろうと張り切っていますので、今後とも皆さんの御指導をよろしくお願いいたします。

第8回 コカ・コーラ杯

昨今めじろ押ししのトーナメントの中で、圧倒的な人気を得ているこの大会は、本年も450組余りという多数の参加者でした。県支部トーナメント同様に高橋・姫野組に3連覇がかかっている興味深い試合でしたが、山本・加藤組が新しいチャンピオンになりました。

- 優勝 山本・加藤組
- 準優勝 高橋・姫野組
- 第3位 白砂・足立組
- 関場・滝本組

県支部ブロック別トーナメント

ブロック	とき	と　こ　ろ	参加数	結　　果
A	4/10～4/12	霧が丘テニスクラブ	105組	優　勝　二　宮・大　谷 準優勝　清　水・吉　岡 第3位　　滝　本・小　橋 松　井・刈　屋
B	4/16	金沢グリーン テニスクラブ	139組	優　勝　　方　・勝　屋 準優勝　山　崎・池　部 第3位　　長　尾・菊　地 横　田・樫　村
C	4/23	高麗山テニスクラブ 寒川ローンテニスクラブ 平塚桃浜コート	162組	優　勝　板　谷・阿　部 準優勝　松　丸・鮫　島 第3位　　中　野・山　田 藤　原・平　野

テ　ニ　ス　講　習　会

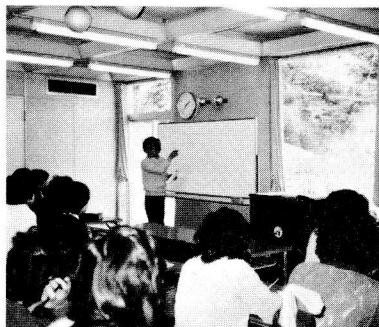
本井満講師を迎えてのテニス講習会も、今年で4回を数え、大好評のうちに、横浜スポーツマンクラブにて、162名の参加者で行われました。講師には、本井氏の他に、中西伊知郎氏、熊本昌宏氏、高橋克己氏。指導員として女子連会員の、伊波昭子さん、大場初子さん、宮城静代さん、加藤喜代子さん。初日の5月16日の午後は、あいにくの雨、講師の急用の為、予備日が使えず、翌17日に振り分けられました。

毎回、クラスを4つに分け、グランドストローク、ボレー、スマッシュ、サービスについて、各々4つのポイントを解説しながら、複雑な動きをとり入れた充実した内容でした。終了後に、皆様から、又ぜひ企画をとの声を、たくさんいただいて、当局、うれしい悲鳴というところです。

西尾記

※ 人数の調整の為、皆様には、大変御協力いただきました。

審判講習会に参加して



講習会風景

3月12日、午後1時より、鎌倉の商工会議所で行なわれた審判講習会に参加しました。講師は、女子連盟の神奈川支部長、伊波さんでした。昨年日本テニス協会の試験問題を参考に、レットのコールや、30秒ルール、90秒ルール、その他について、『コート友』を参照しながら、1問1問、わかり易く説明して下さいました。

テニスを始めてまだ経験の浅い私ですが、最近、少しずつ試合にも出るようになり、セルフジャッジを実際に行なう機会も、ふえてきました。でも見よう見ま

ねのセルフジャッジでは自信が持てないので、一度はきちんと講義を受けたいと常々思っておりまして、今回の講習会は丁度良いチャンスでした。やはり、楽しくテニスをプレイするためには、まずルールを良く知ることだと思います。お互いに正しいルールを守ってこそ、テニスを楽しむことができるのでしょう。

年に一度は、こうした講習会が開かれているそうですので、まだ受けられていない方は、次の機会に参加なさってみてはいかがでしょうか。（ドンスポーツ 今井記）

第1回全国レディースに出場された岩本さんが最近アキレス腱を切られました。そこでテニスと怪我について体験から注意事項をいくつか掲げていただきました。



『テニスと怪我について』

岩本登志子

学生時代から、テニスに親しんで今日まで過して来ましたが、今になってアキレス腱切断という思ってもみなかった事態に直面し、改めて怪我という事に対する考えの甘さに自分ながら情けない思いをしている始末です。そこで皆さんと一緒に怪我について考えてみたいと思います。

まずアキレス腱について話しますと、アキレス腱というのは、ふくらはぎの下腱三頭筋という筋肉と踵の骨とをつなぐ腱で、大体自分の親指ほどの太さで、体で最も大きく丈夫な腱だそうです。この様な太い腱がなぜ切れるのかというと、徐々に力がかかるのならばなかなか切れなけれど、衝撃的に強い力で引っぱられると切れるのです。腱が切れると踵の上を棒でなぐられたか蹴られた様な、又ボールが当たった様な鈍い音がします。そして足首がブラブラして踏んばれなくなります。もし切れてしまったら、手術をするのが一番良い方法だとの事です。でも怪我をしますと長い間、支障をきたしますので、なるべく予防したいものです。それにはテニスの前に必ず十分なウォーミングアップをする事です。肉ばなれとか捻挫に関しても同じです。アキレス腱の周囲が痛むのは切れる前兆かも知れないので十分注意が必要です。

それからテニスエルボですが、ラケットを持つ腕の肘の筋肉に炎症を起こすものです。これはラケットの持ち方を変えたり、フォームを直したりちょっとした事でもかかる事がありますが、特に初歩の段階で正しいグリップ、正しいフォームを身に付ける事、又少しでも暇を見付けて素振りをする事だそうです。それにコートコンディションが悪い雨の時など、無理して悪いフォームで重いボールを打つ事が、肘に負担をかける原因にもなります。手首の腱症炎も同じような事が原因でなるそうです。

とに角、30代を過ぎたら急に跳んだり走ったり、特に若い頃スポーツ経験があると、運動能力を過信して失敗しがちです。準備運動は、必ず忘れないで下さい。

それから最後になりましたが、プレー中、他のコートにボールを取りに入り、ラケットに当たり怪我をしたり、ボールが目当たり失明した例もあります。プレー中は、コートの後を通ったり、ボールを拾いに行かないこと、これらはプレーヤーとしてのマナーであり、最底の怪我をしない条件ではないでしょうか。皆さんも健康と怪我に注意して、楽しくテニスをしましょう。

青春が帰って来た!

第1回pennクラシックトーナメントが4月17日～19日湘南スポーツセンターで開催されました。大会は快晴とは言えませんでした。選手の熱い想いで会場は華やかでした。我が伊波支部長も宮城黎子さんと組まれて大ハッスル。会員の声援に応じて流石の名プレーでした。来年の再会を期して、それぞれの思いを胸に帰途につかれました。

お知らせ!

紀文レディースカップ報知ダブルステニス大会(仮称)が新しく日本女子テニス連盟主管ということで仲間入りしました。決勝大会は昭和60年4月に各月例のベスト8、72チームによって湘南スポーツセンターにて競われます。くわしくは報知新聞社事業部紀文レディース報知ダブルステニス大会事務局

第6回 朝日レディーステニス大会 神奈川県予選実施要項

期 間 9月1日～10月6日

場 所 第1次予選

横浜会場（本牧テニスコート）9月11・12日

平塚会場（桃浜テニスコート）9月11・12日

相模原会場（横山テニスコート）9月11・12日

第2次予選

川崎会場（等々力テニスコート）9月25・26・27日（予備日28日）

種 目 女子ダブルス

参加資格

- ①既婚者および満30歳以上（昭和29年12月末日以前出生）の独身女性。
- ②自己の居住する都道府県（住民票はもとより、生活の基盤を置かれている県）より出場して下さい。
- ③以下の大会に出場した人は参加できません。
 - 全日本選手権（予選も含む、ジュニアを除く）
 - 国民体育大会（本大会のみ、ジュニアと現在40歳以上の人は除く）
 - 同大会に監督としての出場者は可、選手兼監督での出場者は不可。
 - 都市対抗出場経験者は可。
 - 全日本学生選手権（予選も含む）
 - 昭和58・59年度全日本ベテラン大会出場者。（50歳以上の部については除く）
 - 第6回全日本レディース軟式テニス全国決勝大会出場者。
- ④本大会出場経験者の参加制限は下記の通りです。
 - 2年連続全国決勝大会に出場した選手は、3年目の出場はできません。
 - 全国決勝大会でベスト4に入賞した選手は、以降の大会には出場できません。
 - 全国決勝大会で5位から8位に入賞した選手は、2ヶ年間は出場できません。

試合方法 3セットマッチ（スコアリング方式）6オール12ポイントタイブレーク。
（天候不順の場合は8ゲームマッチ、または1セットマッチになることもあります。又、会場も変わることもあります。）
その他については、本年度日本テニス協会競技規定による。

使用球 バンクラフトイエロー（大会指定球を準備します。）
服 装 白地のテニスウェアとテニスシューズを着用して下さい。

申し込み方法 第1次予選の行なわれる会場の内、希望の会場を明記の上、参加料を所定の全国統一申込書（後日各クラブに配付）に添えて現金書留で、会場別申し込み先に送付して下さい。

会場別申込先

- 横浜会場 草生さえ子 [REDACTED]
- 平塚会場 平塚テニス協会朝日レディース係 [REDACTED]
- 相模原会場 相模原グリーンテニスクラブ 橋場京子 [REDACTED]

参加料 1組 3,000円。

申込期日 8月6日～8月25日、午前中。

問い合わせ先 草生さえ子 [REDACTED]

注意事項

1. 試合開始は各会場とも午前9時。出場者は指定時刻の20分前に、2人揃って試合のできる服装で本部に届けること。（定刻の呼び出しに応じられない組は、棄権とみなします。）
2. 天候その他により、試合の有無がはっきりしない時は、定刻までにコートに参集して下さい。試合日時の変更は、試合会場において発表いたします。（天候その他の理由により、日程及び会場を変更することがあります。尚試合方法も変更することがあります。）
3. 大会要項、参加申込書は、7月中旬までに、各クラブ宛配布の予定。

主催 (財)日本テニス協会朝日新聞社
 主管 日本女子テニス連盟神奈川県支部
 協賛 朝日生命保険相互会社

●お詫び● 先にお渡しした神奈川県支部会員名簿で保土ヶ谷ローンの大島さんの電話番号 [REDACTED] に訂正してお詫びいたします。