



絆

心ひとつに明るい輪

会長 東内原とも子



二〇一七年(平成二十九年)年を迎え、夢と希望に胸をふくらませ、会員の皆様も公私ともに頑張っていることを思います。

あらためて皆様のご活躍に感謝と敬意を表し、新年のご挨拶を申し上げます。

さて、平成二十八年度は、当連盟の計画された事業やボランティア活動以外に、沖縄県ママさんバレーボール八重山大会がありました。十九年ぶりの八重山大会ということもあり、事前準備から大会当日まで、当連盟での打ち合わせはもとより、県連盟との連携などご尽力いただき感謝申し上げます。また、停電トラブルで市総合体育館が使えないかも、という不安もありましたが、多くの方々の熱い思いが通じて、無事に八重山大会を終えることができました。

県内のママさんバレーボールが集結した八重山大会及び交流親睦会、皆様の笑顔と心からのおもてなしは最高です！大会運営については課題もありましたが、それ以上に学ぶことが多々あったと思います。「喜びは創り出すもの」という詩を心に留め、何物にも代え難い経験を心の糧に、それぞれのポジションで頑張っていただけることを期待します。

今年はまだ以上に、各チームや会員の皆様が、天高く飛翔できますことをお祈り致します。

第32回オリオンビールママさんバレーボール大会

7月24日(土) 市総合体育館



三位 白保クラブ



準優勝 はあと



優勝 なかよしクラブA

敢闘賞 仲里 安子



技能賞 鳩山佳奈枝



殊勲賞 宮本かおり

発行
八重山ママさんバレーボール連盟
広報部
広報部長
本村久美子
広報副部長
前元尚子
—第33号—

♡ オリオンビール関係者様 ♡

参加賞のおいしいビールやたくさんの副賞をありがとうございました。



ハッスルチーム賞 ふたばクラブ
ファミリー賞 オーシャンクラブ



あやばに1名、はあと3名、白保1名、マリン1名、ふたば3名、Happy3名、コスモ3名、前木3名
18名の方がご協力くださいました。ありがとうございます。



オリオンビールフェスタの販売協力
七月十六日(土)午後四時~九時
新栄公園(午後三時~三〇分集合)

平成28年度 沖縄県ママさんバレーボール八重山大会

◆参加28チーム◆

北部連盟	なきじんクラブ	名護オリオン		
中頭連盟	あすなろ	美寿クラブ	吉の浦クラブ	
うるま市連盟	赤道クラブ	高江洲クラブ		
沖縄市連盟	美東クラブ			
浦添市連盟	浦城スパークス	さわやか		
那覇市連盟	石嶺ひまわり	さつきクラブ		
南部連盟	長嶺クラブ	渚クラブ		
宮古島市連盟	Peace	ひがしクラブ		
八重山連盟	あやばにクラブ	オーシャンクラブ	コスモクラブ	白保クラブA
	白保クラブB	なかよしクラブA	なかよしクラブB	はあと
	Happy	ふたばクラブ	フレッシュクラブ	前木クラブ



離れていても仲間、ママさんバレーを愛する仲間、生涯スポーツ・ママさんバレー、家ぐるみ・ママのバレーで明るい輪
 沢山のフレーズを胸に、大好きなバレーができることに…、支えてくださる全ての方に……、心から感謝申し上げます
 沖縄県ママさんバレーボール連盟 大会冊子より

～ 開会式 ～



大会役員



参加チーム



選手宣誓



始球式



開会のことば
大会委員長 平川 美知枝



あいさつ
沖縄県ママさんバレーボール連盟
会長 池原 正美



あいさつ
石垣市長 中山 義隆



歓迎のことば
八重山ママさんバレーボール連盟
会長 東内原 とも子



～ 試合風景 ～



ごめんなさい
でも
勝ちたい
思っただけ
です

ことぶき親善交流試合
結クラブ(八重山)
あすなる(沖 縄)

優勝
なかよしクラブA



準優勝 はあと



三位 Happy



～ 大いに盛り上がった交流懇親会 ～



リサイタル(県余興委員会)



Parfect Woman(謎の美女軍団)



あぐがばな どうすがばな(Peace)



歓迎の舞(八重山連盟)



謎の司会者(ひみつ)



かぎやで風(でいご座)



平成マミド～マ(畑人シスターズ)



第36回八重山ママさんバレーボール年齢別大会 12月18日(日) 白保中学校体育館

準優勝
HAPPY



優勝
なかよしクラブA

三位
白保クラブ



平成28年度 八重山郡体育協会賞表彰式 1月15日(日) 石垣市健康福祉センター



優秀競技者賞
なかよしクラブA



第15回 石垣島マラソン 1月21日(土) 準備作業、22日(日) 給水ボランティア

～ボランティアの流れ～



各給水地点の担当が、大会前日に集合して大会当日に使用する物品の仕分け作業をします。
 作業が終わったら、集合写真をハイ！チーズで撮ります。
 総務部があっか〜い飲み物や茶菓子を準備してくれるので食べて翌日に備えます。
 マラソン当日は、直接現地へ行って給水の準備やバナナを切ったりしてすごく忙しいです。
 最後に後片付けをして、お弁当をもらって帰ります。
 今年も、43名のママさんがボランティア協力をしてくださいました。
 ありがとうございます。おつかれさまでした。





ごあいさつ 会長 東内原 ともし



太陽サンサン本格的な夏！
オリオンビールが益々美味しく
なりますね。当連盟のチーム
の皆様には、日頃から連盟に
対するご理解ご協力を賜り心
から感謝申し上げます。

さて、当連盟は去った七月十日(月)
に石垣市制施行七十周年記念式典においてスポ
ーツ功労賞を受賞致しました。
チームの皆様が生涯スポーツとして頑張っ
ていることにおいて、石垣島マラソン等のボラン
ティア活動も笑顔絶やさず、繋がりを持っ
て石垣市に貢献して頂いているからだと思いま
す。石垣市からの受賞は初めての事で、あらた
めて連盟の皆様のご協力のお陰だとかから感謝
申し上げます。

また喜びは重なり、六月に行われた第四十八
回全国ママさんバレーボール大会沖縄県予選会
で『はあと』が初優勝しました。
嬉しいですね！おめでとうございます。
全国大会に向けて日々練習に励んでおられる
事でしょう。怪我、体調には十分気を付けて頑
張って欲しいです。八月二、五日、岩手県花巻
市での大会、皆で応援しましょう！
冒頭は、この夏最高の歴史が刻まれた喜びで
したが、心が痛む悲しい事もありました。
当連盟に多大なる貢献をしてくださったコス
モクラブの松山勝美さんが天の星となってしま
いました。きっと私たち連盟を見守ってくださ
ると信じ、ご冥福をお祈りいたしますよ！
人生山あり谷あり、たくさんの方々と繋がりを
を強め、自分を磨いて暑い夏を乗り切ってい
きましょう！

第34号

発行
八重山ママさん
バレーボール連盟
広報部
広報部長
中山 真理子
広報副部長
新城 あゆみ

平成二十九年度
定期総会
四月十五日(土)
野球場会議室



懇親会
居酒屋だじじ



顧問
真玉橋 宜子様
辻野 照子様
伊計 照子様
お忙しい中ご参加
くださいました。
ありがとうございます。



三位 なかよしクラブ



準優勝 コスモクラブ



優勝 はあと

平成二十八年度
吉田杯ママさんバレーボール大会
二月二十六日(日)
自保中学校体育館



三位 前木クラブ



準優勝 はあと



優勝 なかよしクラブ

第三十六周年
八重山ママさんバレーボール結成記念大会
三月十九日(日) 石垣市総合体育館



魔女の宅急便



辻野ヒロ子様伊計照子様



二年の任期が終わった
競技部「前木クラブ」



選手宣誓「HAPPY」
リボンがかわりましたね

平成二十九年度
役員紹介

会長
東内原とも子



副会長
東恩納さよ子



理事長
古見栄子



会計
大島愛子



副会長
豊里京子



副理事長
本村久美子



総務部長
花原厚子



審判部長
沢元真奈見



審判副部長
桃原千晶



審判副部長
宮本かおり



総務副部長
石垣牧子



競技部長
嶋山佳奈枝



審判副部長
具志堅 恵



審判副部長
大河原江利乃



競技副部長
嶋山佳奈枝



競技副部長
石垣里奈



広報部長
中山真理子



監事
上江洲仁美



顧問
真玉橋宜子



顧問
辻野七口子



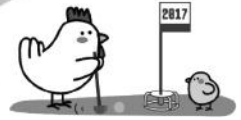
顧問
伊計照子



監事
木村綾子



役員親睦グラウンドゴルフ大会&バーベキュー



★5月28日(日) ★午後4時
★マサレグラウンドゴルフ場
★参加 17名



たくさん食べるぞう



いつ焼くの?今でしょ!!



トング持つ姿がイカしてるっ

会長宅にて初BBQ



沖縄県予選会頑張ってきます



若い子と写りたいがる比嘉清美



おいしゅうございます〜



<p>【第1回戦】</p> <p>はあと 渚クラブ</p> <p>2 { 16-21 } 1 { 21-15 } { 21-14 }</p>	<p>【第2回戦】</p> <p>はあと 普天間クラブ</p> <p>2 { 21-5 } 0 { 21-18 }</p>
<p>【準決勝戦】</p> <p>はあと なざくら</p> <p>2 { 21-10 } 0 { 21-10 }</p>	<p>【決勝戦】</p> <p>はあと チームkei</p> <p>2 { 21-15 } 0 { 24-22 }</p>

初優勝
はあと

8月全国大会へ

第四十八回全国ママさんバレーボール大会沖縄県予選会が、六月三日うるま市兼原小学校で行われ、八重山代表の「はあと」チームが見事初優勝を遂げました。平成二十九年八月二日若手県花巻市総合体育館で開催する全国大会に出場します。



石垣市制施行七十周年記念式典

平成二十九年七月十日(月)

石垣市民会館大ホール

多年にわたり市政の発展、石垣市のまちづくり尽力に尽力した個人・団体に対し、自治功勞・特別表彰・市政功勞が贈られました。

八重山ママさんバレーボール連盟は、体育・スポーツ部門で表彰されました。



審判指導

★七月二日(日) 白保中体育館★

全国大会に出場するはあとへの審判指導の為、県審判委員会の皆様にご多忙の中、来島くださいました。わかりやすい指導をして頂きありがとうございます。

- ★野村寿美子様(写真中央)
- ★與儀勝美様(写真左側)
- ★新田貴代様(写真右側)



県審判委員会

モデルチームの皆さん



勉強会



線審指導



記録指導



打ち合わせ



はあと キャプテン 鳩山 佳奈枝

今回、全国大会へ向けての練習・記録の指導を受け、今年四月より沖縄県でも変更になったワンタッチジャッジの取り方、普段判断できていない部分がいかに多かったかを再認識することができました。

主審とのアイコンタクトの大切さや、練習四人が同じタイミングでジャッジしなければいけないことなど、まだまだ経験を重ねていかなければならないことが多いですが、自分自身がしっかりルールを把握して自信を持ってジャッジすることが大事だと感じました。また、今回私達はあとのために指導に来てくださった県連盟審判委員会の皆様、八重山連盟役員の皆様、またモデルチームとして集まってくれた各チームの皆様の温かいご協力が、何より全国大会へ行く私達を応援してくれているんだと感謝の気持ちでいっぱいでした。

本当にありがとうございました。これからも日々勉強しながらルールをしっかりと把握して自信を身につけていきたいと思えます。



はあと 金嶺 麻衣子

今回は、はあとの全国大会出場に合わせて、審判講習会を開催して頂きありがとうございました。県連盟(審判委員会)から石垣島までご指導に来て頂き、また八重山連盟、モデルチームと沢山の方々にご協力頂き、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。個人的には記録を主に練習しました。これまで何度か経験したことはあったものの、チカラの仕方や主審・副審とのやり取り、反則時の記載など、誤ったやり方で覚えてしまっていました。今回はマンツーマンで教えて頂き、全国大会へ向けて一つ成長することが出来たと自信にも繋がりました。

八重山の大会は、審判のレベルは県や全国にまだまだ及ばないと思いますので、今回習得したことを、手本となるようチームみんなが頑張っていきたいと思えます。ありがとうございます。

オリオンビアフェストの販売協力

7月8日(土)午後4時~9時15分 新栄公園

★本部席接客対応係★



販売コーナー(フレッシュ・マリン・オーシャン・はあと・白保・なかよし 合計18名) ご協力ありがとうございました





毎日を笑顔で

会長 東内原 とも子

街路樹の中でトックリキワタの花が咲きほこり、街にはクリスマススのイルミネーションが煌めき、まばゆい美しさが道行く人々の心を和ませていきます。

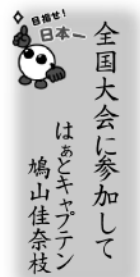
さて、十一月には五年ぶりに八重山で開催された沖縄県民体育大会があり、私達ママさん連盟も色々お手伝いをさせて頂きました。毎日忙しい中、十七名の役員、会員の皆様が総合開会式、役員懇談会に参加、協力して下さいました。心から感謝申し上げます。本当にお疲れ様でした。沢山の繋がりがある連盟の財産であり、繋がる事で私達人ひとりもいろいろな事に強くなると信じています。さて、今年も残すところ後わずか、これからもママさんバレーを通して繋がり、和を広げ、強い絆を深めて行けたらと願っています。

平成29年12月10日発行
第35号

八重山ママさんバレーボール連盟
広報部
部長：中山 真理子
副部長：新城 あゆみ

楽しい気分の先には成果がある強みを活かして「ウキウキ・わくわく・いきいき」と新しい年も望みたいものです。

一人ひとりの笑顔が、組織の勢いをもたらします。ステキな絆を信じて来年も頑張りましょう！みなさんにとって新しい年も良い事がいっぱいありますように・・・



沖縄県代表として参加した全国大会は、本番の舞台に立つまでにたくさんの方々にご協力いただき、迎えることができました。チーム一同支えてもらった皆様に感謝の気持ちでいっぱい입니다。県予選を勝ち上がり全国大会への切符を手にし

たときは、正直言って沖縄県代表としての責任の大きさを甘く見ていたなと痛感することが多々ありました。短期間でやるべきことがたくさんあり、心折れそうなきも何度かありましたが、その都度周りの協力や激励で、自分たちだけじゃなく周りの応援してくれている全ての人のために、一杯できることをやろうとチームがまとまることのできたように思います。

今回、全国大会へ向けて力を入れた取り組みの一つとして審判(線審)ですが、八重山連盟の審判部に勉強会をしていただいたり、県役員の皆様に来島していただき、しっかりと基礎を教えてもらいながら、また各チームの皆さんの協力の元、実践形式で練習をしたことで、より意識を高く持つことができました。バレーの技術はもろろんですが、ルールを把握することや立ち居振舞いを堂々とすることで自信に繋が

さらに身を引き締めることができました。迎えた全国大会のトーナメント戦では長崎県代表(シスターズ)と対戦し、一セット目を先取ることができましたが、二・三セット目は接戦の末敗れてしまいました。しかし、コートのメンバ―や応援席にいる沖縄からの関係者だけでなく、一点を重ねることに他県の方や会場全体が一体となつて私たちを応援してくださり、試合中もとても感動しました。試合後に長崎県代表の皆さんと握手をした際には「本当にいい試合ができました」と涙ぐんでいて、選手同士抱き合いながらお互いの健闘を称え合うことができました。県代表として試合に挑み、負けた悔しさはありましたが、清々しく大会を終えることができたように思います。

この『全国ママさんバレーボール大会』は一生に一度しか参加できない大会ですが、この貴重な経験ができたこと、本当に嬉しく思います。周りのご協力に感謝して、また私たち『はあと』がこの経験をバレーを通して貢献することができるとともに精進していきたいと思

審判研修会に参加して

Happy 桃原 千晶

平成二十九年七月九日(日)に宜野座村総合体育館で、県連盟による審判研修会がありました。審判に慣れていない人を中心に、基礎基本から皆で学ぶ研修会ということもあって、約二五〇名(八重山から六名)もの参加者がいました。研修内容は、まずコート設置の仕方が必要な器具の名称、ネットの張り方の手順の説明を受けました。また、今年度より変更になるワンタッチのハンドシグナルについて教えてもらいました。次に全員で吹笛・ハンドシグナル・フラッグの練習をしました。ここでは、主審のハンドシグナルについて、全バトナー一つ吹笛しながらハンドシグナルの出し方を勉強しました。次にフラッグの持ち方や姿勢、振り方を学習し、午前の部は終了しました。午後からは各地域連盟毎に審判の実践をしました。試合形式でそれぞれの役割の審判に付き、後ろには他の連盟の人も一緒に並んで審判の練習をしました。最初は緊張してパニックになったりもしましたが、徐々に慣れてきて自信に繋がりました。細かい所までご指導いただきとても勉強になりました。そこで習得したものを八重山ママさんバレーの皆に伝達講習し、改めて皆で学習していけたらなあと思います。一人ひとりが審判に興味を持ち、失敗しても意識しながら何度もチャレンジすれば、きっと自信を持って審判が出来るようになると思います。

この審判研修会にチームから一人参加して、私も自身も多くの経験も勉強になりました。



第33回 オリオンビールママさんバレーボール大会

平成29年7月23日(日) 石垣市総合体育館



優勝 なかよしA



準優勝 コスモクラブ



三位 白保クラブA



【個人賞】

- 殊勲賞 平良夏姫
- 技能賞 新城明子
- 敢闘賞 森野実苗

【チーム賞】

- ルsslチーム賞 白保クラブB
- フェミリー賞 マリクラブ
- 60周年記念賞
前木クラブ
フレッシュクラブ



オリオンビール株式会社
亀田 浩 様



八重山バレーボール協会
富村 龍男 様



チーム一丸となって選手宣誓：コスモクラブ

オリオンビール関係者様

参加賞のおいしいビールやたくさんの副賞をありがとうございました。



試合終了、お互いに握手



必ず勝つ!!



第37回 八重山ママさんバレーボール年齢別大会



平成29年8月27日(日) 白保中学校体育館



優勝 なかよしクラブA



準優勝 白保クラブ



三位 コスモクラブ



開会式



あいさつ



New faceの紹介



40代以上も…打ちます!! 飛びます!! 抱いまくります!!



応急手当講習会

～心肺蘇生・熱中症・捻挫～

救急の日 9月9日(日) 市民会館中ホール(37名参加)



反応の確認 (声をかける)



心臓マッサージ (胸骨圧迫)
強く・速く・絶え間なく、しっかり押す



AEDは正しく使いましょう
音声案内に従ってください。

急性ねんざの処置

捻挫は、体の筋肉や関節が硬いまま激しい運動を始めると、捻挫の危険性が高くなります。運動を行う前には、必ず十分なウォーミングアップを行いましょう。また、日頃から、ストレッチを行い、筋肉の柔軟性を高めるとより効果的です。もし捻挫になったら、ライス(RICE)処置をして、応急処置後は病院で診察を受けましょう。



RICE 処置とは

Rest 安静

怪我をしたら床や椅子などに座って安静にし、二次的な悪化を防ぐことが大切です。

Icing 冷却

患部を冷やすことで腫れや痛み、筋の痙攣をやわらげます。

Compression 圧迫

適さる加減を本人に確かめながら、適度に圧迫することで腫れの進行を抑え、痛みを軽減します。

Elevation 挙上

患部を心臓よりも高く挙げて、内出血を防ぎます。

熱中症

どのような症状があるのでしょうか?

●熱中症重症度Ⅰ めまい・失神(立ちくらみ)

⇒対処法: 水分・塩分を補給

●熱中症重症度Ⅱ 頭痛・吐き気・身体がだるく感じる
ぐったりする、力が入らない

対応は・・・水分・塩分を補給...

⇒自分で水分・塩分を補給できなければすぐ病院へ

●熱中症重症度Ⅲ 呼びかけに対する返事がおかしい
高体温・けいれん・歩行困難

⇒対処法: 水や氷で冷やし、すぐに! 119 通報





第12回 恵山会杯バレーボール大会

平成29年11月12日(日) 石垣市総合体育館



一般の部



優勝 下地脳神経外科



準優勝 白保クラブ



3位 ふたばクラブ



殊勲賞★赤井奈葉(右)
技能賞★新城珠里(中央)
敢闘賞★与儀奈津子(左)

ママの部



優勝 HAPPY



準優勝 コスモクラブ



3位 なかよしクラブ



殊勲賞★桃原 千晶(右)
技能賞★金城真沙乃(中央)
敢闘賞★島袋志津佳(左)



下地脳神経外科顧問
高木 健様



力強い選手宣誓
コスモクラブ



今年より一般の部には
高校生(3名)も参加OK!



下地脳神経外科 VS
白保クラブ



心機にきて下さった
泉水 智様

第69回 沖縄県民体育大会～役員懇談会 (余興)

平成29年11月18日(土) ホテルミヤヒラ(2階)



美人受付嬢

受付はおまかせ〜



イエイ〜!!

イン! アウト!

オッパイでかつ!

鬼ピツタリ

ママドーマ

パブリーダンス



パブリー時代に变身〜
誰が誰だかわかりますか?



しも
しも

石黒嬢?

自前の衣装で・・・
華麗なる蝶のように

