

FITNESS and SPORTS PRIME

季刊誌プライム 2017冬号

まだまだこれからが寒さの本番。
ランニングの魅力と初心者ランナーへの心得を紹介します。

特集

マラソン完走への道

マラソン準備ガイド

その他のトピックス

短期教室等のご案内

1.2.3 月の行事予定

施設便り

県民総合運動公園:公園の守人Ⅲ

県立総合体育館:Bリーグ オールスターゲーム

藤崎台野球場:ソフトバンク野球教室

射撃場:大会結果報告

など

みどり通信

【指定管理施設】

熊本県民総合運動公園

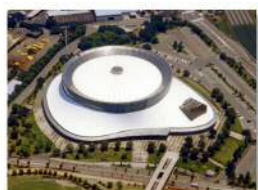
陸上競技場

パークドーム熊本

熊本県立総合体育館

藤崎台県営野球場

熊本県総合射撃場



KSPA



熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ

〒861-8012

熊本市東区平山町 2776 番地 陸上競技場 内

TEL:096-380-0782 FAX:096-389-7280

<http://www.kspa.or.jp> E-mail:kkwing@kspa.or.jp

マラソン準備 GUIDE

熊本城マラソン等に象徴されるように、各地域で大会が開催され、目標も様々に大会へ挑戦できる「チャレンジ精神」が魅力のマラソン。当運動公園でも年々走る人が増えてきているようです。今回はマラソン大会に出場する初心者ランナーへマラソン完走の心得を紹介します。

熊本県民総合運動公園 施設管理課
ランニング学会指導員 小山 賢太郎

マラソンへ挑戦するうえで大切な心得

① KEEP（続ける）

ランニングはタイムや距離などを通して成果を実感しやすいスポーツです。はじめは遠くに思える目標も、少しずつ確実にステップアップしていくことができます。練習を継続して続けることが、完走への近道です。

② FUN（楽しむ）

走り続けるためには、自分なりの楽しみをみつけることが大切。（ラン友を作る、お気に入りのコースを作る、素敵なウェアを着る、音楽 etc）「楽しむ」ことがモチベーションを保つ秘訣です。

③ SAVE（無理しない）

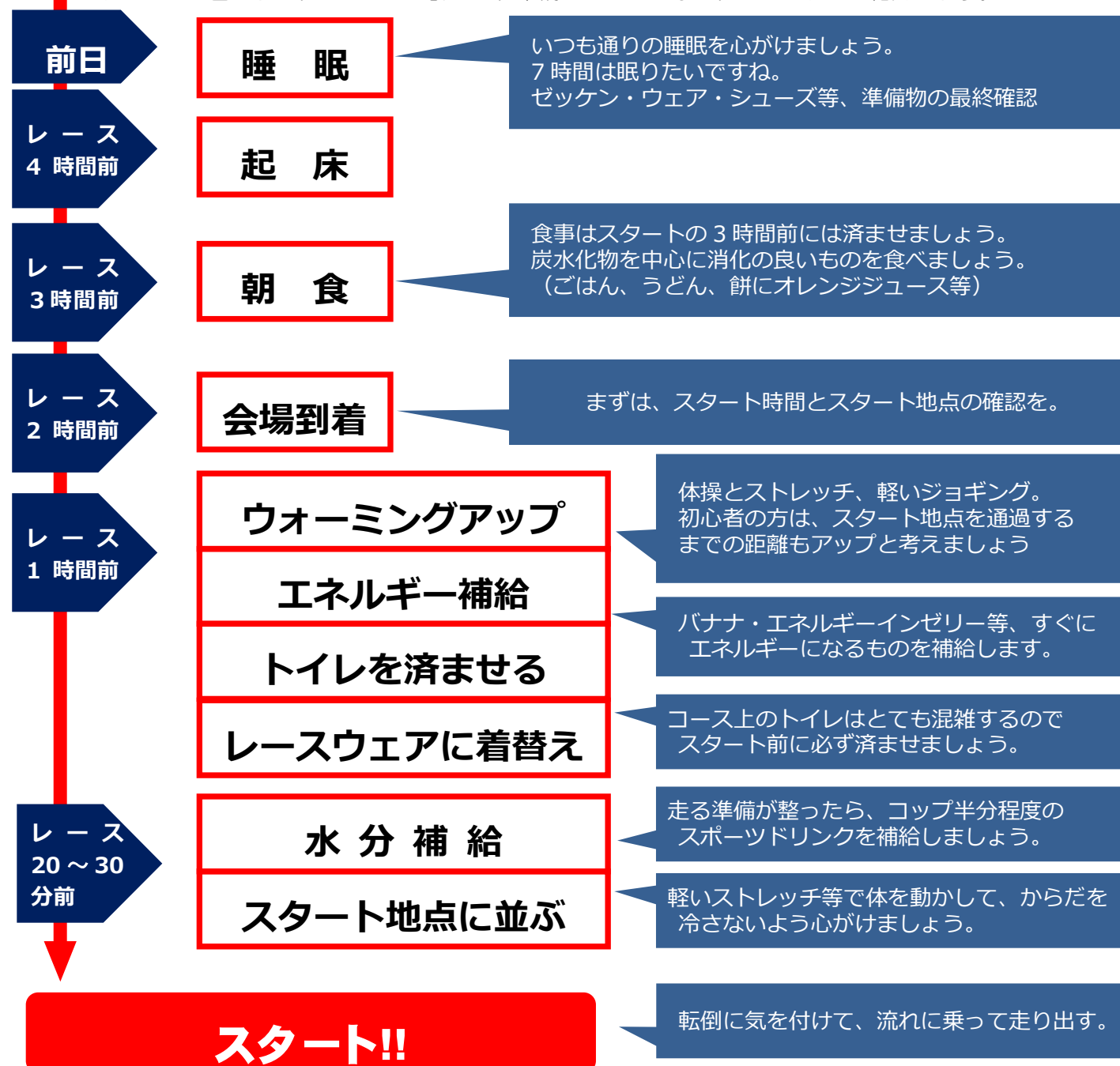
意外と多いのが、「練習をがんばりすぎてケガをし、それが原因でやめてしまう」ケース。無理せず休息をはさみながら、あせらず着実に練習を重ねていきましょう。

マラソンを安全に走るためのトレーニング

準備期（6ヶ月前）	まずは、走るために必要な基礎的な体力、筋力をつける。 ランニングは跳ぶ動作の連続です。自分の体重を支えられる筋力をつけることが重要。 日頃、運動を行っていない方がいきなり長い距離を走ると故障に陥ります。ストレッチを練習の前後に必ず行いましょう。
導入期（5～4ヶ月前）	ウォーキングやスロージョギングがスムーズに無理なく行えてきたら、少しずつウォーキングの間に少し走ってみたり、30～60分程度のジョギングをする上でフォームを意識し、息が上がらない程度のペースで行ってみる。
走り込み期（3～1ヶ月前）	ゆっくりなペースで40～60分ジョギングを基本に、週末などは60～120分程度まで伸ばしてスタミナを養います。無理なく走り続けることができたなら、ビルドアップ走、ペース走等を取り入れ、レベルアップを図ります。ただし、走り過ぎて疲労を溜めないよう休養をしっかりと取り入れ故障に気をつけましょう。
調整期（2週間前～レース前日）	徐々に走る距離を減らし、疲れを抜いていきます。スタートラインに立った時に、疲れや足の痛みがない状態にするよう心がけましょう。マッサージや整骨院等を活用するのもオススメです。身体のメンテナンスを心がけましょう。また、走る距離が減ると体重が増えがちですので、ウエイトコントロールにも気を付けましょう。

明日のレースに向けての過ごし方

良いトレーニングを積んだら、あとは万全な状態でレースを迎えるだけです。
スタートラインに着くまで、どのように計画し、準備していくかなど、ポイントをご紹介します。



フォームが気になる方はコチラ👉 F.O.R.M.診断

熊本県民総合運動公園陸上競技場の地下トレーニングルームにて実施中！
ミズノオリジナル理論をもとに、ランニングフォームをコンピューターで診断。5つの評価項目と総合点数、アドバイスやフォーム写真が記載された診断シートをもとに、専門スタッフが説明します。
価格は30分3,150円、インターネットからの完全予約制です。

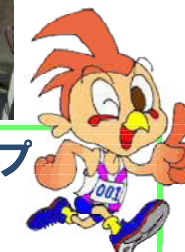


お問い合わせ



熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ

〒861-8012 熊本市東区平山町2-7-6 番地
TEL：096-380-0782 FAX：096-389-7280



短期教室紹介

パークドーム熊本

問合せ先：096-388-2180

ナイター水泳教室

初心者の方を対象にした水泳教室です。

楽しく安全に泳げるよう、クロールの息継ぎなど、基本的な技術の習得を目指します。



- ①開催期日：1月13日、20日、27日 2月3日、10日、17日（土）（全6回）18:30~19:30
- ②会場：温水プール
- ③定員：10名（18歳以上でクロールの息継ぎが苦手な方）※定員になり次第、締め切ります。
- ④参加費：3,600円

熊本県立総合体育館

問合せ先：096-356-1233

健康寿命を延ばすための筋力アップ教室

～加齢による筋力低下に歯止めをかけよう～

筋力アップをテーマに、トレーニング方法を学び、2種類の測定で身体能力と筋量の変化を分かり易くデータ化・評価しご提供します。



- ①開催日時：1月～3月予定（全12回）
- ②会場：県立総合体育館
- ③定員：10名
- ④参加費：10,000円



親子ふれあいスポーツ

子どもの健全なこころとからだを育むことを目的とした教室です。新聞紙やタオルなど、身近にあるものを使った楽しい遊びを通して、親子でふれあい、参加者全員で楽しく遊びましょう。おじいちゃん、おばあちゃんとの参加も大歓迎です！

- ①開催期日：3月予定
- ②会場：小体育室
- ③定員：10組
- ④参加費：500円（1組）
- ⑤対象：子ども（3歳～就学前幼児）と、その保護者



障がいのある子ども達のバスケットボール教室

障がいのある子ども達を対象に、バスケットボール教室を開催します。

スポーツを通して運動発達を促し、仲間と協調性を身につけ、ルールやきまりの中で社会性を育みながら今後のスポーツ活動を支援することを目的とした教室です。



- ①開催期日：3月予定
- ②会場：中体育室
- ③定員：10名
- ④参加費：無料
- ⑤対象：障がいのある小学生から高校生までの子ども

講習会等紹介

熊本県立総合体育館

問合せ先：096-356-1233

日本赤十字社 水上安全法救助員養成講習会

季節や場所を問わず起こる水の事故、多くの尊い命を守るよう、水難救助の知識と技術を学ぶ講習会です。

- ①開催期日：2月10・11・24・25日（土・日 全4回）
- ②会場：温水プール、会議室
- ③定員：20名
- ④参加費：3,500円
- ⑤その他：日本赤十字社熊本県支部より資格発行あり 資格名：日本赤十字社水上安全法救助員

中高齢者の健康・体力づくり指導者講習会

中高齢者の健康・体力づくり指導理論と指導実践についての講習会を開催します。効果的な実践ができる指導者としての資質向上を目指しましょう！

- ①開催期日：2月予定
- ②会場：会議室・元気体力測定室
- ③定員：30名
- ④参加費：3,000円
- ⑤対象：中高齢者の運動指導に携わっている方、または運動指導に興味のある方



イベント紹介

パークドーム熊本

問合せ先：096-380-2180

第14回KSPA・MIZUNOカップさわやかビギナーダブルステニス大会

初心者・初級者対象のダブルステニス大会を開催します。仲間づくりをした方やテニスの好きな方、皆さんが楽しめる交流会です。お気軽にご参加ください。

- ①開催期日：3月12日（月）
- ②会場：パークドーム熊本
- ③定員：30ペア（初心者・初級者対象）
- ④参加費：1ペア 2,000円
- ⑤その他：混合ダブルス・女子ダブルスのどちらかで※65歳以上の男子ダブルスは可



熊本県立総合体育館

問合せ先：096-356-1233

第4回KSPA・MIZUNOミニバレー大会

ミニバレー愛好家の方を対象としたミニバレーボール大会を開催します。新たな仲間をつくり、ミニバレーで汗を流す楽しさを共有しましょう！

- ①開催期日：2月25日（日）
- ②会場：中体育室
- ③定員：25チーム（初心者・初級者対象）
- ④参加費：1チーム 2,000円



INFORMATION 1月～3月の主な行事予定

陸上競技場(えがお健康スタジアム)・補助競技場 TEL:096-380-0782

月	日	行 事 名	施設名
1月	4～6日	第16回ハヤカワカップ高校生サッカー大会	補助競技場
	8日	第70回熊本市ロードレース大会	補助競技場
	14日	熊本30Kマラソン大会	陸上競技場
	21日	ダノンネーションズカップ2018（サッカー競技）	陸上競技場
	14・20日 27～28日	平成29年度県下高等学校サッカー大会	陸上競技場・補助競技場
2月	12日	RKK女子駅伝大会	陸上競技場・補助競技場
	24日	第31回マルショクサンリブS&Bちびっ子マラソン大会	陸上競技場
3月	3日	第71回熊本市駅伝大会	補助競技場
	17日	春季熊本県陸上競技記録会	陸上競技場・補助競技場

熊本県民総合運動公園 公園受付 TEL:096-380-7599 メインテニスコート TEL:096-389-2870

月	日	行 事 名	施設名
1月	4～5日	第16回ハヤカワカップ高校生サッカー大会	スポーツ広場
	6・27日	全九州高校新人ラグビー県予選	スポーツ広場
	6～7日	熊本県高等学校冬季ダブルステニス選手権大会	テニスコートA・B メインテニスコート
	13～14日	第29回九州小学生ソフトテニス親善大会	テニスコートA メインテニスコート
2月	3～4日	第10回熊本県学生テニス選手権	テニスコートA・B メインテニスコート
	10～11日 17日	第28回熊本県中学生新人テニス大会	メインテニスコート
	17～18日	熊本中央ロータリークラブ旗九州中学生大会 （ソフトテニス競技）	テニスコートA・B
	18日	熊本ジュニアテニスリーグ	メインテニスコート

3月	3～4日 10～11日 25・31日	熊本県国体一次予選兼九州ジュニアテニス選手権大会熊本県予選大会	テニスコートA・B メインテニスコート
	3日	熊本市軟式野球連盟少年部審判講習会	軟式野球場A・B
	4日	第36回熊本市クラブ対抗大会（テニス競技）	メインテニスコートC
	9日	第69回熊本県下市町村対抗ゲートボール大会	多目的A
	11日	熊本県総合サッカー選手権大会	スポーツ広場
	17・24日	第47回ゴーセン杯争奪ハイスchoolジャパンカップソフトテニス大会熊本県代表選考会	テニスコートB メインテニスコート
	18日	第25回全日本シングルス選手権大会熊本県予選兼第5回熊本県シングルス選手権大会（ソフトテニス競技）	メインテニスコート
	17～18日 21日 24～31日	第45回熊本キャッスルライオンズ旗少年軟式野球熊本市大会	軟式野球場A・B ソフトボール場A・B

パークドーム熊本 TEL:096-388-2180

月	日	行 事 名
1月	6～7日	熊本県高等学校冬季ダブルステニス選手権大会
	14日	第29回九州小学生ソフトテニス親善大会
	27～28日	九州ジュニアUー16対抗戦（テニス競技）
2月	3日	第5回東区小学校交流サッカー大会
	4日	第4回九州選抜中学生優勝大会（ソフトテニス競技）
	12日	バレンタインカップ団体戦（テニス競技）
	17～18日	第28回熊本県中学生新人テニス選手権大会（学年別個人戦）
3月	3日 10～11日 25・31日	熊本県国体一次予選兼九州ジュニアテニス選手権大会熊本県予選大会
	4日	第36回熊本市クラブ対抗大会（テニス競技）
	13日	第14回KSPA・ミズノカップさわやかビギナーダブルステニス大会
	17～18日	九州U10サッカーフェスティバル
	21日	ポカリスエット女子ダブルス（テニス競技）

熊本県立総合体育館

TEL:096-356-1233

月	日	行 事 名	施設名
1月	4～5日	第68回体育堂ラケットワークス杯九州高校春季リーグ戦（バドミントン競技）	大・中体育室
	14日	B・LEAGUEオールスターゲーム2018in熊本	大・中・小体育室
	27～28日	熊本県中学生新チーム卓球大会兼全国中学生選抜大会県予選	大・中体育室
2月	10～11日	第29回全日本選抜ソフトテニス熊本大会	大・中・小体育室
	25日	第4回KSPA・ミズノカップミニバレー大会	中体育室
3月	1～4日	Vプレミアムリーグファイナル3（バレーボール競技）	大・中・小体育室
	16～18日	全九州卓球選手権大会（一般の部）	大・中体育室

熊本ヴォルターズ ホームゲーム(熊本県立総合体育館)

月	日	行 事 名	主催者
1月	20・21日	2017-18 B2リーグ v s 広島ドラゴンフライズ	 熊本バスケットボール(株) 〒862-0903 熊本市東区若葉1丁目13-5 TEL:096-284-1555
2月	3・4日	2017-18 B2リーグ v s 香川ファイブアローズ	
	16・17日	2017-18 B2リーグ v s 愛媛オレンジバイキングス	
3月	24・25日	2017-18 B2リーグ v s ライジングゼファー福岡	

藤崎台県営野球場

TEL:096-322-3367

月	日	行 事 名
1月	6～8日 14日 20～21日 27～28日	KSPA・ミズノ藤崎台ドリームマッチ
3月	4日	審判講習会
	17～18日	第17回南九州地区大学準硬式野球連盟春季大会
	20～31日	第142回九州地区高校野球熊本大会

熊本県総合射撃場

TEL:096-288-8805

月	日	行 事 名	施設名
3月	18日	一般射撃大会（射場杯）	クレー射撃

※予定は変更される場合があります。詳しくは施設へお問い合わせください。
 また、月行事予定は事業団ホームページ（<http://www.kspa.or.jp>）にも掲載いたします。

施設便り 熊本県民総合運動公園

庭木の手入れ講習会実施報告

11月11日（土）晴天に恵まれ和風庭園で庭木の手入れ講習会を開催いたしました。樹木医の酒見氏を講師に迎え様々な樹木の説明、季節に応じた育てかたの講話がありました。講話は、樹木を日常的なモノや人間に例えるなどして非常に理解しやすく、ユーモアに溢れ、参加者の関心をひく内容でした。

その後、(株)クマモトパークメンテナンズの徳永氏による樹木の剪定の実技では、講師の手本を交えながら、マツをはじめマキ・サザンカの剪定を行いました。参加された方は、熱心に質問をしたり、「これまで自己流で剪定していたが、手入れ方法が良くわかった」など、たくさんの喜びの声をいただくことができました。



利用者の方々へ安心・安全な環境を常に提供し続ける、事業団が誇る施設管理チーム（通称：101）
 前回の芝刈り作業に続き、今回は夏芝から冬芝への切り替えをお伝えします。



冬芝と夏芝には成長過程に大きな違いがあります。夏芝は横に成長するのに対し、冬芝はまっすぐ縦に成長します。そのため夏芝に比べ芝刈り後は、ゼブラ模様がくっきり、はっきりと見えます。

また芝刈り機の整備も重要で、特に刈込刃の整備を怠ると、葉をちぎってしまい葉先が黄色く変色し見栄えが悪くなるため、より一層注意が必要です。

このような施設管理の一つ一つの積み重ねにより、陸上競技場だけでなく運動公園の景観が守られています。

施設便り パークドーム熊本

トレーニングジム 紹介

～Let's Exercise!～

食欲が増し、寒くて家から出られなくなるこの季節・・・

大きなジムに行くのは勇気がいる・・・

そんな時こそ、気軽に利用できる快適な環境のパークドーム熊本トレーニングジムを利用しませんか？ランニングマシンから様々な器具が揃っています！



使い方はスタッフが
しっかりご案内します！



Pump up!

フリーウエイト完備！

★利用時間

月～金：（火曜除く）10：00～21：00

土日祝：10：00～19：00

※受付は利用時間終了 30 分前までです。

★料 金 400 円/2 時間（その他回数券等もあり）

★初回登録 450 円

★高校生以上利用可

ご希望の方には
目的に合ったメニューを
提案いたします。

パークドーム熊本
トレーニングジム

職員紹介



私は、お客様とのコミュニケーションを第一に取り組んでいます。いち早くお客様の名前を覚え、トレーニングについての質問や、何気ない会話を通してお客様の小さな変化にも気づくように心がけています！

私が目的に合ったトレーニングメニューを提案し、サポートさせていただきます。ぜひ、パークドーム熊本のトレーニングジムにお越しください。お待ちしております！



施設便り 熊本県立総合体育館

B.LEAGUE ALL STAR GAME 2018 in Kumamoto

2018.1.14 (SUN)

15:05 TIP OFF



ド派手な夢の祭典に酔いしれろ！！

ファン投票により選ばれた、日本男子プロバスケットボール界のスター選手 24 人が作り出す、一夜限りのドリームマッチ！昨年、代々木体育館を沸かせたあのBIGイベントが、なんと今年は「がんばるばい熊本 がんばるばい日本」をキーワードに、復興支援として熊本で特別開催されます！

B・BLACK と B・WHITE の2チームが繰り広げるスペシャルゲームだけでなく、ダンクコンテストや3ポイントコンテストなど、ここだけでしか見れないド派手な演出も盛り沢山となっています。2度とないこのドリームイベントを是非生で観に来てみませんか！？

知ってる？ 県体あれこれ



いつでも
ご相談
ください

管理栄養士
おくむら ゆり
奥村 友梨

管理栄養士がアドバイスしてくれます！

皆さんは食事に気を配っていますか？ダイエット、筋力UP、競技力向上、健康増進…様々な目的達成のためには適切なトレーニングだけでなく、『適切な栄養』を摂ることも同じくらい大切です。管理栄養士のアドバイスを一度受けて、運動の効果をさらに高めてみませんか？詳しくはトレーニング室、もしくは総合受付にてご相談ください。

あなたの知らない 職員紹介

快適な体育館を
陰から支える、
裏方仕事人

見かけたら
お声かけ
ください

機械室担当
ごとう いくえい
後藤 郁英

Q.1 機械室担当の役割は何ですか？

諸室の温度管理やプールろ過機のコントロールに始まり、必要に応じて軽微な修繕・各種交換作業などを行いながら、体育館内の環境を常に快適に保つ事です。

Q.2 モットーにしている事は何ですか？

常にお客様に気持ちよくご利用していただく事です。

Q.3 毎日欠かさない事は何ですか？

やはり、機械及び各施設の確実な『点検』。これに尽きます。派手さはありませんが、これにより何らかの異常を早期発見する事が、快適環境の維持に最も大切だと私は考えます。

施設便り 藤崎台県営野球場

『ソフトバンクホークスベースボールキッズ』開催報告

今年、日本一に輝いた福岡ソフトバンクホークスの現役選手による野球教室が、11月23日に開催されました。

講師は、岡本選手・三森選手・中村選手・川島選手・松本選手の5選手で、各選手ごとに様々な指導が行われ、参加した子ども達もプロ野球選手とのふれあいに目を輝かせていました。



投球指導する岡本選手



守備指導する三森選手



打撃指導する中村選手



走塁の質問に答える川島選手



運動指導する松本選手



皆で集合写真♪

HAWKS KIDS BASEBALL SCHOOL

ホークスキッズ ベースボールスクール



幼児～小学3年生のベースボールスクール！ 熊本藤崎台校

スクール生募集中！



元プロ野球選手から直接指導が受けられる野球教室です♪

KSPA **Mizuno**
熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ

お申込み・お問合せ

〒860-0005 熊本市中央区宮内4番1号 藤崎台県営野球場
TEL: 096-322-3367 FAX: 096-322-3380
HP: <http://www.kspa.or.jp>

施設便り 熊本県総合射撃場

第5回九連杯 九州ジャンパルール射撃大会

平成29年11月19日(日) 熊本県総合射撃場

九連杯は、九州各県銃砲火薬商組合主催の大会で、毎年11月頃に行われています。今年も熊本県で開催され、九州各県より多くの方が参加され技術を競っていました。

《大会結果》

スキート

優勝 石原信弘さん 熊本県
準優勝 鬼塚正和さん 福岡県

トラップ

優勝 八木和人さん 大分県
準優勝 坂口秀樹さん 福岡県



スキート



トラップ

熊本県ライフル射撃選手権大会

平成29年11月12日(日) 熊本県総合射撃場

熊本県ライフル射撃選手権大会は、熊本県ライフル射撃協会主催の大会で、県協会会長杯と位置付けられ九州各地から参加者を募り開催されました。



開会式の様子



エアライフル



ビームライフル



スモールボア

ジュニアビームライフル教室

小・中学生を対象にジュニアビームライフル教室を開催しています。現在、参加している生徒達は、競技の特性である集中力を高め熱心に取り組んでいます。興味がある方は見学もできますのでご来場ください。

毎月第4日曜日午前10時から正午まで

教室参加料：1回 500円 (参加者は随時募集中)





全国地紅茶サミットinみなまた with ローズフェスタ秋



11月4日（土）、5日（日）に、熊本県初開催『全国地紅茶サミットinみなまた』が開催されました。2日間とも天気に恵まれ、連日3,000人以上の来場者がありました。



受付で試飲用のカップを購入し、全国からこのサミットに参加している約40のお茶屋さんのブースを回って紅茶を試飲しながら、お茶の説明を受け、気に入った茶葉を購入されていました。期間中は紅茶の飲み比べ以外に、茶さじ作り体験やスイーツの実演販売、くまモンのステージなどが行われました。



どのお茶屋さんの前にも行列ができるほど賑わっており、途中で用意されていた試飲用のカップが無くなってしまい、急遽紙コップで対応する事態になってしまうほどの大盛況となりました。

第2回エコカップダブルステニス大会開催予告

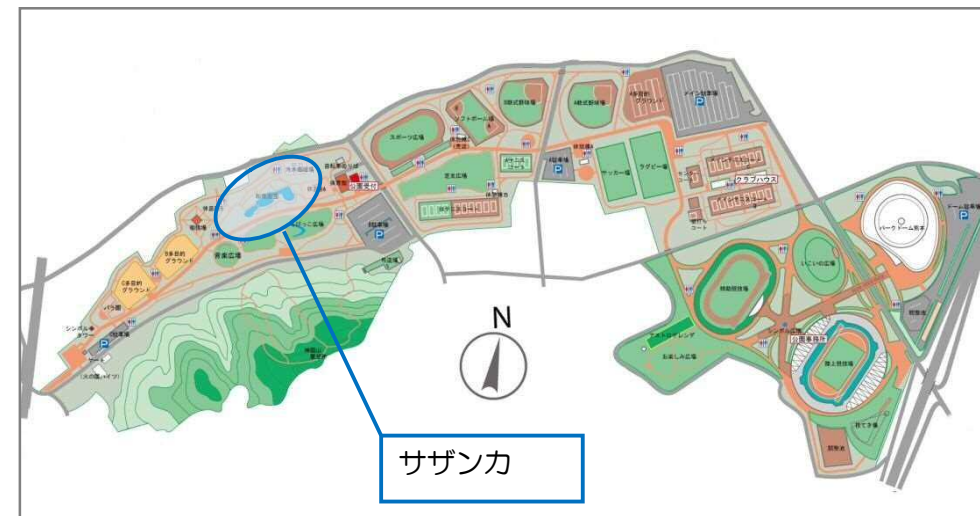
平成30年2月25日（日曜日）にエコパーク水俣のテニスコートで開催いたします。（※雨天中止）
男女別にアドバンスクラスとレギュラークラスで行い、定員は各クラス16組で、参加費は一般1名につき2,000円（学生は1名1,000円）となります。

詳しくはエコパーク水俣管理事務所にお問合せください。
お問合せ先：TEL/FAX 0966-62-7501



サザンカ（ツバキ科）

サザンカは、童謡『たきび』など冬をイメージした楽曲に多く登場するように、冬の花として広く知られています。熊本では、肥後六花のひとつ「肥後サザンカ」が武士のたしなみとして古くから受け継がれています。運動公園では、主に「肥後ツバキ・サザンカ通り」でご覧いただけます。初冬の散策を兼ねて、希少なサザンカに触れてみられてはいかがでしょうか。



ラグビーワールドカップ2019 試合日程決まる

ラグビーの2019年ワールドカップ日本大会の試合日程が11月2日に発表され熊本県民総合運動公園えがお健康スタジアムでは1次リーグの2試合が行われます。

ラグビーワールドカップとは・・

4年に1度開催される「ラグビー世界一」を決める大会です。
テレビ観戦者数は、世界207の地域で約39億人ともいわれ、夏季オリンピック、サッカーワールドカップに次ぐ規模となる世界三大スポーツイベントのひとつとされています。

2019年10月6日（日）16:45キックオフ

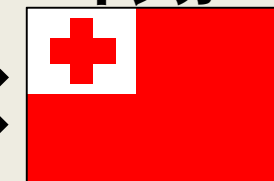
フランス



※世界ランク8位



トンガ



※世界ランク15位

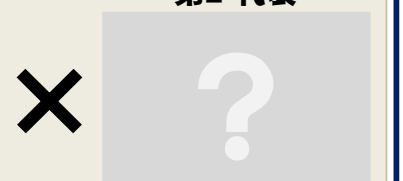
2019年10月13日（日）17:15キックオフ

ウェールズ



※世界ランク7位

アメリカ地区
第2代表



※世界ランクは2017年11月20日現在のものです。日本は世界ランク11位

次号から、えがお健康スタジアムで試合をする出場国の横顔を紹介します。

第72回国民体育大会

えがお
愛顔つなぐ"えひめ国体"



【君は風 いしづちを駆け 瀬戸に舞え】
 をスローガンに愛媛県を中心に各地会場にて
 9月30日(土)～10月10日(火)までの会期で
 開催されました。

〔水泳・カヌー・弓道競技会は会期前の9月9日(土)～17日(日)実施〕

熊本県からは、本部役員・監督・選手ら総勢474名の選
 手団を派遣し、36競技で熱戦を展開しました。
 期間中は、熱戦を繰り広げ、5競技で優勝をはじめ
 68の入賞を果たし、天皇杯29位、皇后杯24位の
 成績を上げることができました。



総合成績

天皇杯 **29**位 得点 903 点

皇后杯 **24**位 得点 542 点



※写真提供
 公益社団法人日本馬術連盟



第72回熊本県民体育祭人吉球磨大会

9月16日に人吉市並びに球磨郡各町村を主会場に第72回熊本県民体育祭
 人吉球磨大会を開催しました。(台風18号の接近により17日は中止)

「相良700年 悠久の流れに競え力と技」をスローガンに掲げ、各都市選手団
 ・役員約7000名の参加のもと、各競技会場で熱戦が繰り上げられました。
 栄えある男女総合優勝並びに女子総合優勝は、ともに熊本市となりました。

(※2日目中止に伴う未実施競技=柔道、剣道、相撲、銃剣道/グラウンド

コンディション不良による未実施競技=陸上競技、ソフトボール)



成 績

◆男女総合

- 第1位 熊本市 (1304.5 点)
- 第2位 八代市 (1045.5 点)
- 第3位 菊池郡市 (884.0 点)

◆総合躍進 (前大会総合得点÷今大会総合得点)

- 第1位 下益城郡 (1.2500 点)
- 第2位 葦北郡 (1.2335 点)
- 第3位 人吉市 (0.9962 点)

◆入場行進優秀郡市

◆女子総合

- 第1位 熊本市 (472.0 点)
- 第2位 玉名市 (260.0 点)
- 第3位 八代市 (249.0 点)

天草市、葦北郡、人吉市

