

恵那市の春に開催される2大マラソン大会、申込みはインターネットでも可能です。また、「まきがね公園体育館」または、「明智 B&G 海洋センター」へ直接お越しいただければ、手数料なしで申込み可能です。



第40回 日本大正村クロスカントリー

- 開催期日** 令和8年3月15日(日)
開会式 午前9:30
- 開催場所** 明智小学校周辺
- 特徴** 今回で40回目となる記念大会。ナンバーカード末尾「40」の方と、エントリーいただいた方の中からランダムに抽選した方、合計100名に対し、日本大正村お土産セットをプレゼント。また、参加者全員に第40回記念スポーツタオルをプレゼントします。
- 申込み** 申し込みはコチラから →
- 締め切り** 窓口：令和7年12月26日(金)
インターネット：令和8年1月12日(月・祝)



大正ロマンちゃん
[日本大正村イメージキャラクター]

第23回 恵那峡ハーフマラソン大会

- 開催期日** 令和8年4月19日(日)
開会式 午前9:00
- 開催場所** クリスタルパーク恵那スケート場周辺
- 特徴** 前回は満開の桜の下、2000名を超えるご参加をいただきました。今回は選べる参加賞の中に、当日の物販コーナーで使える500円分の商品券を加えます。ランナーの方はもちろん、応援の方も楽しんでいただける大会です。
- 申込み** 申し込みはコチラから →
- 締め切り** 窓口：令和8年1月16日(金)
インターネット：令和8年1月31日(土)



サリーナ
[恵那市スポーツキャラクター]



ハナッキー
[恵那市スポーツキャラクター]



ねんりんピック岐阜2025 マレットゴルフで恵那市4選手が活躍!

ねんりんピック岐阜2025マレットゴルフ交流大会が10月19日(日)、山岡マレットゴルフ場で開催されました。

9都府県から97名が参加され、最高齢は、恵那市から出場された鈴木久義さん96歳。

恵那市からは総勢28名が参加され、男子2位渡辺秀行さん(69歳)、男子3位瀬瀬益美さん(84歳)、女子2位加藤桂子さん(80歳)、女子3位三宅咲子さん(81歳)が入賞されました。

参加者の皆さんからは、「30年以上マレットゴルフをやっている」、「地元開催で他県選手と交流できて良かった」、「100歳プレーヤーを目指して頑張る!」など、年齢を感じさせない元気な声をいただきました。



渡辺さん(左)と瀬瀬さん(右)



加藤さん(左)と三宅さん(右)

恵那市スポーツ連盟所属強化選手を紹介します

遠藤二千翔 (三郷町出身)

スピードスケートで全国へ、世界へ挑戦しつづける遠藤選手に聞いてみました!



Q 今シーズンの意気込み、目標をお願いします。

A 今シーズンは、ミラノ・コルティナオリンピックが開催されます。スケート人生において最大の目標です。長距離種目の代表枠は限られていますが、これまでの努力を信じ、日々を全力で過ごしています。後悔のないよう成長した姿を見せられるように頑張ります。国内では全日本や国民スポーツ大会もあるので活躍できるように頑張ります。

Q 恵那市民の皆様へメッセージをお願いします。

A いつも温かいご声援をありがとうございます。恵那市出身の選手として、これまでユニバーシティゲームズや、ワールドカップに日本代表として出場できたのは私にとって大きな財産です。幼い頃から恵那スケート場で練習に励み、多くの方々を支えられてきました。今後も地元で培ったものを胸に、恵那市の皆様に良い報告ができるよう努力します。

応援よろしくお願ひいたします!!

協和ダンボール株式会社

社員の健康増進を目指して頑張っています！

令和4年から当連盟で開始した「まきがね de 社員も会社も健康増進！事業」に1番早く参加していただいたのが、協和ダンボール株式会社様です。

毎月約50名の社員が、まきがね公園体育館健康体力センターで汗を流している他、体力測定会には約100名が仲良く楽しみながら参加されました。また今年度からは、社員向けストレッチポール教室を当連盟職員指導のもとで開催するなど、積極的に社員の健康増進に取り組んでいます。

現在、市内12事業所様が本事業に参加していただいています。ご興味をお持ちの事業所様はぜひお問い合わせください。



体力測定会



ストレッチポール教室



体力測定会



まきがね de 社員も会社も健康増進事業 参加事業所募集中！



この事業は、各事業所様において恵那市健康体力センター回数券をご購入いただくことで、従業員の皆様は好きな時間にトレーニングをすることができます。回数券の管理等も当連盟で行いますので、大きな事務負担等はなく、従業員様の福利厚生に役立てていただけます。

現在、下記12事業所様が参加されております。

協和ダンボール(株)、(有)恵武急便、(株)松井急便、(株)山本急行、(株)館林、(株)エヌテック、五十嵐工業(株)、(株)トーキンシステム、(株)丸重、(株)マルト建設、東山フィルム(株)、(福)恵那市社会福祉協議会 (順不同、敬称略)

(公財)恵那市スポーツ連盟組織名称変更記念事業 ホームページリニューアルのお知らせ

令和7年4月1日、当法人の組織名称を「公益財団法人恵那市スポーツ連盟」に変更したことに伴い、名称変更等検討委員会のもと、ホームページをリニューアルしました。現在のホームページより、より見やすく、市内13町のスポーツ協会と24の種目競技団体、8の育成団体等からの情報を掲載しやすくなりますので、是非一度ご覧ください。

現行のホームページからの移行は12月2日を予定しています。

新ホームページアドレス：<https://ena-sports.com/>





各種スポーツ大会報告

第21回 恵那市市民スポーツ大会

第21回恵那市市民スポーツ大会は、6月より開催され16競技を終えました。13町より約579名の方が参加され、11月2日時点での総合順位は下記のとおりです。第21回大会は、残り4競技を行う予定です。

町名	順位(総合)	町名	順位(総合)
長島町	第1位	笠置町	第8位
大井町	第2位	上矢作町	第9位
岩村町	第3位	三郷町	第10位
明智町	第4位	串原	第11位
山岡町	第5位	中野方町	第12位
東野武並町	第6位	飯地町	第13位



東濃スポーツ大会(ソフトテニス)

第54回 東濃スポーツ大会

第54回東濃スポーツ大会夏季競技が、5月から多治見市を主会場として開催されました。約325名の選手が恵那市代表として参加され、下記の競技で上位入賞されました!

競技種目	順位(総合成績)	競技種目	順位(総合成績)
水泳	第1位	弓道	第3位
ソフトボール	第1位	サッカー	第3位
バレーボール	第3位	バスケットボール	第3位
ソフトテニス	第3位		



東濃スポーツ大会(弓道)

第17回 岐阜県民スポーツ大会

第17回岐阜県民スポーツ大会夏季競技が、8月から飛騨地区を主会場として開催されました。約133名の選手が恵那市代表として参加され、下記の競技で入賞されました!

競技種目	順位(総合成績)
自転車競技	第4位
ラグビーフットボール	第4位
水泳	第6位
バドミントン	第7位



東濃スポーツ大会(軟式野球)



岐阜県民スポーツ大会(ソフトボール)



岐阜県民スポーツ大会(剣道)

中学生専門スポーツ教室開催!

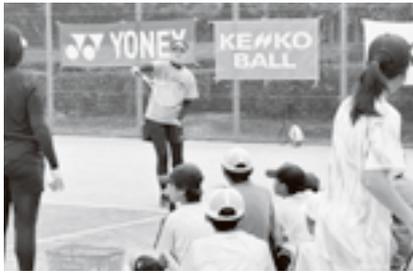
中学生の休日部活動の地域展開を支援するため、市内クラブ活動種目において、著名指導者を招いて、中学生の技術向上、指導者の資質向上のための教室を開催しています。

期 日	種 目	指 導 者
8月3日(日)	バドミントン	プロバドミントンチーム 岐阜 Bluvic
8月9日(土)	バスケットボール	元プロバスケット選手 楯 昌宗さん
9月14日(日)	ソフトテニス	ヨネックス(株)・ナガセケンコー(株)
10月26日(日)	剣 道	名城大学剣道部師範 高石和摩さん
11月8日(土)	卓 球	中京学院大学女子卓球部
12月20日(土)	陸 上 競 技	元日本記録保持者 青戸慎司さん
1月12日(月・祝)	ス ケ ー ト	オリンピックメダリスト 加藤条治さん
2月1日(日)	軟 式 野 球	中京学院大学硬式野球部
2月21日(土)	バレーボール	元全日本監督 中垣内祐一さん

※12/20以降は予定



バスケットボール



ソフトテニス



バドミントン



剣道

スポーツ&運動なんでも相談窓口

スポーツに関することなら、何でもご相談ください!
ご相談の内容に応じて、適切な支援機関や団体の紹介も行います。

まきがね公園体育館

☎0573-25-6478

受付時間 火曜日～日曜日 午前8時30分から午後5時 (月曜休館日)

スポーツを始めたいけど
どうしたらいいんだろう?



中学生の
バドミントンクラブを
紹介してほしい



身体を動かしたい!
何か教室は
やっていないかな?



市内の
小学生野球クラブの
練習を見学したい





加盟団体だより



大井町スポーツ協会

活動報告

- 10月5日 ボッチャ審判員講習会を地区体育委員及び区長を集め開催。
- 10月26日 大井町ボッチャ講習会を8チームの参加で開催。
- 11月2日 大井町民健幸体操教室を冬に向けて健康とふれあいを目的として開催。



ボッチャ講習会の様子



スポーツ少年団員募集中!!

新しい仲間と!! スポーツをもっと楽しく!!



軟式野球



駅伝

スケート

レク交流会



サッカー



1年を通して様々な活動を行っています。

恵那市スポーツ少年団 TEL 0573-25-6478 (まきがね公園体育館)

恵那市から頂点へ!

トピックス

- 柘植沙羽さん：U-19女子サッカー日本代表として、SUD Ladies Cup 2025へ出場!
- 古山沙奈美さん：第24回 全国障害者スポーツ大会 わたSHIGA輝く障スポ
水泳競技 25m自由形・25mバタフライともに大会新記録で優勝!
- 酒井伶菜さん：令和7年度 全国高校総合体育大会 陸上競技 女子4×400mR 済美高校第3走者として出場し優勝!



※掲載内容は令和7年4月15日から令和7年11月13日までの事業実施分（敬称略・順不同）

NO.	氏名	出身	競技	大会名	所属先
1	柘植 沙羽	大井町	女子サッカー	SUD Ladies Cup 2025 (開催地：フランス)	ちふれASエルフェン埼玉
2	古山沙奈美	大井町	水泳	第24回 全国障害者スポーツ大会 わたSHIGA輝く障スポ	
3	山内貴公美	長島町	エアロビック競技会 (フライト種目 Over60部門)		FLAT BACK
4	野村 大地	大井町	レスリング (フリースタイル55kg級)	第79回 国民スポーツ大会 わたSHIGA輝く国スポ	中津商業高校
5	春日井雅大	山岡町	相撲		さくら国際高校
6	水野 盛雄	大井町	弓道		恵那市弓道連盟
7	早川恵美子	長島町	卓球		いけだいちご会
8	小辻 治雄	長島町			ホップ・ステップ
9	相原 美幸	大井町	ダンススポーツ	第37回 全国健康福祉祭ぎふ大会 ねんりんピック 岐阜2025	塚越ダンススクール
10	千藤 富久	東野			
11	加藤 京子	岩村町			
12	恵那市マレットゴルフ協会 ※下記【恵那市選手名簿】をご参照ください。		マレットゴルフ		恵那市マレットゴルフ協会
13	伊藤 正己	市外	ゴルフ	日本プロゴルフゴールドシニア選手権大会 ユニテックスHDカップ2025	明智ゴルフ倶楽部
14	小島 駿矢	長島町	陸上(4×100mリレー)	全日本実業団対抗陸上競技選手権大会	中津川AC
15	林 孝治	長島町	卓球	全日本卓球選手権大会(マスターズの部) 2024/2025	恵那クラブ
16	大窪 菜緒	大井町	スピードスケート (マススタートレース)	全日本選抜スピードスケート競技会	山梨学院大学
17	山田 奈々	大井町	テニス	2025年 全日本学生テニス選手権大会	中京大学
18	小池 捺生	大井町	サッカー	第32回 全国クラブチーム サッカー選手権大会	FC ボンポネーラ
19	安藤 実莉	上矢作町	陸上(4×100mリレー)		済美高校
20	酒井 伶菜	山岡町	陸上(4×400mリレー)		岐阜第一高校
21	町野 咲	長島町	バレーボール		中京高校
22	山崎 隼人	大井町	ソフトテニス	令和7年度 全国高校総合体育大会	中津商業高校
23	井上 勤主	大井町	弓道		藤枝順心高校
24	野村 大地	大井町	レスリング(55kg級)		松商学園高校
25	森下 南知	大井町	柔道(48kg級)		
26	山田 舞子	大井町	テニス		
27	佐々木歩夢	武並町	陸上(800m、1500m)		
28	鈴木 涼介	岩村町	陸上(4×400mリレー)	全国高校定時制通信制大会	阿木高校
29	杉村 朔弥	大井町	ソフトテニス		東濃フロンティア高校
30	岩山 大翔	大井町	軟式野球	全国高校軟式野球選手権大会 70回記念 春の軟式交流試合 in 甲子園	恵那高校
31	野村 大地	大井町	レスリング(55kg級)	第41回 全国高校生	中津商業高校
32	切嶋 黎	大井町	レスリング(60kg級)	グレコローマンレスリング選手権大会	
33	近藤南那琉	長島町	柔道(57kg級)		恵那西中学校
34	田中凜々那	大井町	柔道(48kg級)	全国中学校体育大会	恵那東中学校
35	小栗 蒼士	武並町	水泳(50m自由形)		東海中学校
36	山内 輝樹	長島町	陸上(4×100mリレー)	第56回 U16陸上競技会・リレー競技 スターゼンカップ	恵那東中学校
37	丹羽 慶	大井町	硬式野球	第55回 日本少年野球春季全国大会	

第37回 全国健康福祉祭ぎふ大会 ねんりんピック岐阜2025 マレットゴルフ 恵那市選手名簿

No.	氏名	出身	No.	氏名	出身	No.	氏名	出身	No.	氏名	出身
1	三宅 喜忠	長島町	8	市川 文江	笠置町	15	柘植 敏子	飯地町	22	原 和枝	長島町
2	三宅 咲子	長島町	9	西尾 勝男	笠置町	16	瀧 清一	飯地町	23	林 幸久	武並町
3	柘植 歌子	大井町	10	永谷 八千代	長島町	17	佐伯 秋夫	中野方町	24	溝上圭太郎	長島町
4	鈴木 久義	山岡町	11	伊藤 守	岩村町	18	織田 則敏	中野方町	25	山内 章裕	山岡町
5	西尾 一好	山岡町	12	西尾 文男	岩村町	19	山口 利兼	中野方町	26	西尾 彰雄	山岡町
6	伊藤百合子	山岡町	13	岡田 富代	岩村町	20	加藤 桂子	長島町	27	悲佐田明俊	山岡町
7	林 廣幸	笠置町	14	瀧 益美	飯地町	21	渡辺 秀行	三郷町	28	加藤 泰夫	山岡町

恵那市から全国大会へ
出場される選手(チーム)
の情報をお寄せください!!
~全国へ羽ばたけ!!~

恵那市では、「恵那市エーナアスリート応援事業実施要綱」に基づいて市長面談とともに激励会の開催と激励金の授与を行っております! 全国・国際大会に出場する恵那市在住の方がいましたら

是非情報をお寄せください!



Sifu Crystal Park Ena Skating rink



岐阜県クリスタルパーク 恵那スケート場

OPEN

11月30日(日)

滑走料無料

プレオープン11月23日(日)～



イメージキャラクター クリス



2025/2026 Winter Season

最終日 感謝イベント

2月15日(日)

滑走料無料

12月14日(日)
クリスタルデー With
アヴェニールマルシェたけなみ
滑走料無料

12月21日(日)
クリスタル
クリスマス 2025
高校生以下 滑走料無料

1月12日(月・祝)
2010年バンクーバーオリンピック
男子500m 銅メダリスト
加藤条治さんスケート教室
check **閉講**

お問い合わせ先

岐阜県クリスタルパーク恵那スケート場
TEL: (0573) 28-3390

HPは
こちら!



Instagram
はこちら!



今年度も、恵那市スポーツ連盟では 賛助会員様（法人等・個人）を募集中です。

恵那市スポーツ連盟では、「スポーツで健幸まちづくり恵那」を基本理念とした恵那市スポーツ推進計画に添い、地区スポーツ協会や各スポーツ競技団体と連携しながら事業を進めております。

今後とも一層のスポーツ振興と市民の健康づくりを推進してまいりますので、皆様方には、趣旨をご賢察賜り、賛助会員としてご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

企業様や個人様方からいただきました多額の賛助金は、スポーツ少年団・少年スポーツ活動団体への育成、地区スポーツ協会・スポーツ競技団体の助成などに充当し、有効に活用させていただきます。

なお、賛助いただきました各法人様等のご芳名を、まきがね公園体育館に掲示（1年更新）させていただいております。



写真は、令和6年度賛助会員のご芳名一覧
(順不同、敬称略)

かんたんエクササイズ

これから寒い冬本番…一層冷え込んできます。冬の大敵「冷え」をかんたんエクササイズで撃退しましょう！ポイントは「テレビを見ながら、本を読みながら簡単にできる」ことです。

椅子に座ってかかとをゆっくり上げ下げ

もたれないのがポイント！…ふくらはぎが温かくなるのを感じながら20回を目安に行ってみましょう。



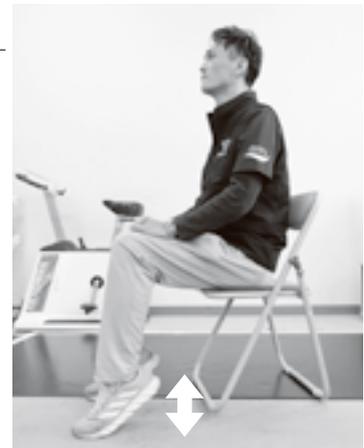
CHECK!!

ふくらはぎを鍛えると
何がいいの!?

- 血行促進、冷え性予防
- むくみ予防
- バランス能力向上

など、いいことがたくさんあります！

Let's エクササイズ!



もっと負荷をかけてやってみたいと思ったら…

ひざの上にものを乗せてみましょう。…ペットや小さいお子さんでも OK ですが、重すぎると大変なので気をつけてください。

「えなスポ No.70」訂正について

前号において、右記のとおり誤りがございました。
訂正してお詫び致します

- ①表紙 誤：「大井町スポーツ協会」(R2年2月に改正済み)
正：「大井町スポーツ協会」(R3年4月に改正済み)
- ②P3 誤：「長谷川凜人」
正：「長谷川凜人」

まきがね公園体育館で受講できる教室のご案内

まきがね公園体育館では、気軽に継続的に参加できる運動教室を開催しています。事前予約など必要なく、都合の良い時に参加できます。

バランスボール教室

- 期 日** 毎週火曜日
午前9時30分～10時30分
- 参加料** 1回500円
- 内 容** バランスボールを使用して、楽しくエクササイズできます。
- 対 象** どなたでも参加できます。
- 講 師** 村瀬由貴



健幸運動教室

- 期 日** 毎週木曜日 午前10時00分～11時30分
- 参加料** 1回500円
- 内 容** トレーニングジムを使用して、筋力アップを指導します。
- 対 象** どなたでも参加できます。
- 講 師** 篠宮澄子



プチ健康教室

- 期 日** 毎週金曜日 午前10時00分～10時30分
- 参加料** 1回200円
- 内 容** いろいろなトレーニング方法を指導します。
- 対 象** どなたでも参加できます。
- 講 師** 恵那市スポーツ連盟指導員



中学生トレーニング教室

- 期 日** 毎週水曜日 午後7時00分～8時30分
- 参加料** 1回300円（市内）、500円（市外）
- 内 容** 効率的な体の使い方や柔軟性アップを指導します。
- 対 象** 中学生
- 講 師** 篠原直貴

令和7年度 恵那市スキー・スノーボード教室参加者募集！ 12/13 募集開始！

- 期 日** 令和8年1月24日（土）
午前6時00分～午後5時30分
- 場 所** 高山市民スキー場
- 講 師** 恵那市スキー協会
- 定 員** スキー教室60名、スノーボード教室20名
- 参加料** (レッスン代、バス代)
小学生5,900円、中学生以上6,900円、付添5,000円
- 対 象** 恵那市内小学生以上の方
※小学3年生以下は保護者同伴に限る。
同伴者は、子ども一人につき1名まで。

- 各種料金** ・リフト券のみ 中学生以上3,600円、小学生2,600円
・手ぶらパック7,000円（共通）
（リフト券、スキーセット又はスノーボードセット、ウェア、手袋、ヘルメット又は帽子）
- 持ち物** 用具一式、パスケース、ゴーグル、帽子、手袋、昼食代（1,000円程度）
- 申込方法** 電話にて申込、その後申込書及び参加料、レンタル料を恵那市スポーツ連盟へ持参。

まきがね公園体育館内「恵那市健康体力センター」を初めてご利用される方は、講習会の受講が必要です！

申し込み 受付フォーム → **講習会当日窓口受付**

受講者情報をご入力ください。
※「受講済証」を作成しますので、お間違いのないようご入力ください。



講習会開始10分前までに、まきがね公園体育館窓口にて受付を済ませてください。



発行／(公財)恵那市スポーツ連盟 恵那市長島町中野1269-389 (まきがね公園体育館内)
編集／(公財)恵那市スポーツ連盟 強化・広報委員会
まきがね公園体育館 (月曜日休館 ※月曜日が祝日の場合はその翌日)
TEL(0573)25-6478 FAX(0573)25-7256
ホームページ <https://ena-tairen.com/> (12/2～新URL：<https://ena-sports.com/>)

