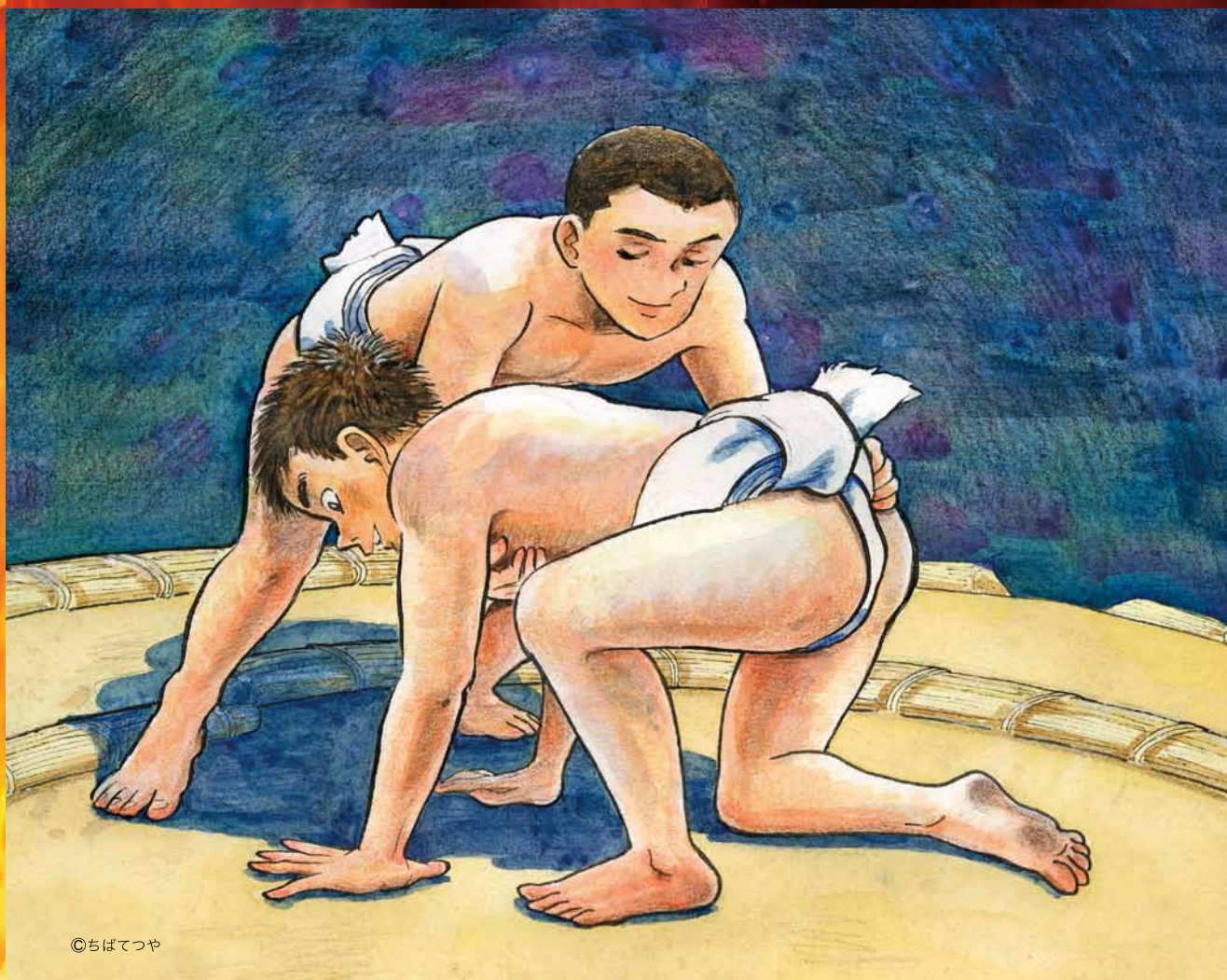


公益社団法人東京青年会議所 2013年度6月例会

# 第25回わんぱく相撲

## 東京都大会 中央場所

「ありがとう!」～感謝から学ぼう日本の心～



日 時：2013年6月23日(日) 10:00～ 場所：築地本願寺  
共 催：公益社団法人東京青年会議所・わんぱく相撲東京都大会運営協議会  
主 管：公益社団法人東京青年会議所 中央区委員会  
副 主 管：公益社団法人東京青年会議所 葛飾区委員会・江東区委員会・墨田区委員会  
台東区委員会・千代田区委員会・港区委員会  
後 援：東京都・中央区・東京都相撲連盟・財団法人日本相撲協会

JCI



# JPQuality

「邸宅品質」を創造する「JPホーム」の場所打ち鉄筋コンクリート住宅



いよいよ消費税率引き上げ間近! 知っておきたい住宅税制の話をまとめた「土地・住宅税制はこう変わる!」冊子プレゼント!  
 カタログお申込みは、下記のフリーダイヤルをご利用ください。  
 ●建築プランのご依頼 ●敷地・地盤の調査 ●新築・建替えのご相談等、その他住まいのお問い合わせについてもお気軽にフリーダイヤルからお問い合わせください。

JPホームは、堅牢で耐久性が持続する「鉄筋コンクリート住宅」こそが最も「住み継ぐ住まい」にふさわしい住宅だと考え、これまで多くの方々にご提供し、ご満足頂いてまいりました。  
 一邸一邸、現場でコンクリートを打設する場所打ち工法にこだわり安全で安心して暮らせる住まいづくりにこれからも取り組んでまいります。

高松コンストラクショングループ **JPホーム株式会社** ■おカタログのお申し込み・各種ご相談は  
**0120-34-8120** (東京本店) 〒108-0014 東京都港区芝4-8-2  
 ●定休日: 毎週水曜 (展示場は土・日・祝日は休まず営業)  
※資料請求やお問合せのありましたお客様の個人情報は、お客様の住まいづくりに関するJPホームからの情報提供・販売活動に使用するため、第三者に提供することはありません。

## はじめに

「わんぱく相撲」は子ども達の心身の鍛錬と、健康の増進を目的として一九七七年から社団法人東京青年会議所が運動展開を始め、現在では各地会員会議所のご協力により全国各地で実施されている青少年健全育成事業です。

私たち青年会議所が日本の伝統文化である相撲を通じて子ども達に伝えたい事は勝つ喜びと負ける悔しさを体感してもらう事だけではありません。土俵に立つて相手と対峙した時の恐怖感を克服しようとする勇氣、勝負をする事で芽生える思いやりや感謝の心、一生懸命ひとつの物事に諦めずにひたむきに努力する事の大切さです。子ども達には社会生活をする上で大切な「努力、礼儀、思いやり」を「わんぱく相撲」を通じて学んでもらい、将来高い志と道徳心を持った大人へと成長してもらおう事が何よりの願いです。

この度「第25回 わんぱく相撲東京都大会中央場所」が国の有形文化財であり、東京都の代表的な寺院の一つである築地本願寺にて盛大に開催される運びとなりました。  
 中央区は数々の史跡に加え、ショッピング街の「銀座」、金融街の「兜町」、日本の食文

化を支える「築地」等、多彩な特色と発信力を併せ持つ地域です。この魅力溢れる中央区にて「わんぱく相撲東京都大会」を開催する事で、「わんぱく相撲」の更なる発展にも繋げていきたいと考えております。

また今回の第25回大会では「ありがとう!」〜感謝から学ぼう日本の心〜を大会スローガンとして掲げております。参加する子ども達のみならず、携わる全ての皆様が互いを思いやり、感謝の気持ちを持って協力しあえる大会にすべく、旧き良き日本の心「他を慮る利他の精神」を広げてまいります。  
 最後になりますが、「第25回わんぱく相撲東京都大会 中央場所」を開催するにあたり、東京都、中央区、財団法人日本相撲協会、東京都相撲連盟、保護者の皆様並びにご協力いただきました皆様方に心より厚く御礼申し上げます。

今後とも皆様の変わらぬご愛顧とご支援をお願い申し上げます。  
 公益社団法人 東京青年会議所  
 第25回わんぱく相撲東京都大会 中央場所  
 実行委員長 菅 英二郎

太陽は、タカラ。

太陽光発電マンション 供給実績全国1位 (2014年度)  
 Takara Leben 太陽のチカラ http://www.leben.co.jp/

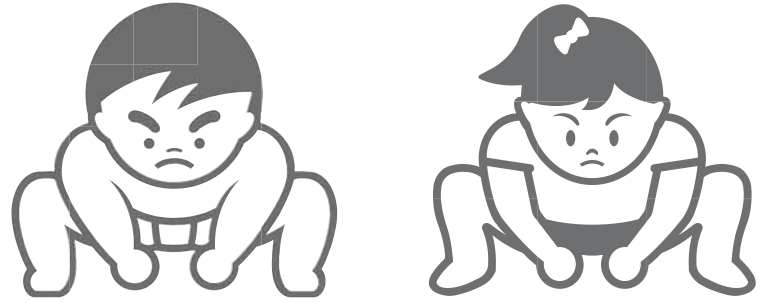
雨ふりの日は、おひさまに恋する日。  
 太陽のチカラを活用したら、地球にやさしくなる。家計にやさしくなる。未来がすこし明るくなる。

## わんぱくカ士 七つの約束

- 一、あらかじめトイレをすませ、つめは短く切っておきましょう。
- 一、大きな声できちんとあいさつをしましょう。
- 一、係りの人の言うことをよく聞きましょう。
- 一、ルールを守って元気よく闘いましょう。
- 一、会場の外に出るときは必ず大人の人といっしょにいきましょう。
- 一、途中で負けても最後まで残って友達を応援しましょう。
- 一、ゴミはかたづけてお家に持って帰ってすてましょう。

# 目次

## Contents



- ごあいさつ 3
- 大会役員・審判団 6
- 当日のながれ 7
- 開催要項 8
- 会場図 10
- 座席表 12
- まわしのつけ方・準備運動 13
- 競技事項 14
- 出場選手一覧 16
- 取組表 四年生 18
- 取組表 五年生 19
- 取組表 六年生 20
- ファイト!ザ・わんぱく相撲(楽譜) 22
- 協賛企業一覧 25

### 注意事項

●当日の参加申し込みは受付できません。●会場内での盗難等につきまして主催者は一切責任を負いません。●競技の判定に際しましては厳正に審判をいたしますが、アマチュアスポーツのため判定に対するクレームは一切受付ません。●万一の場合に備え傷害保険をかけておりますが、私事に関する不慮疾患・事故・会場設備の破損等に関しましては、主催者側は一切責任を負いませんのでご了承ください。●大会に関する報道と主催者発行の印刷物に出場者の名前及び写真を報道機関及び主催者が使用する場合がありますのであらかじめご了承ください。

# ごあいさつ



第25回わんぱく相撲東京都運営協議会 会長  
2013年度 公益社団法人東京青年会議所 理事長

## 笹島 潤也

日頃より私共の運動に対し、温かいご支援と深いご理解を頂きまして誠にありがとうございます。また、第25回わんぱく相撲東京都大会を開催するにあたり、多くの方々にご協力を賜りました事を、主催者を代表して心より厚く御礼申し上げます。

「わんぱく相撲」は、遊び場の少ない東京の子ども達の心身の鍛練と健康の増進を図ることを目的とし、一九七七年に社団法人東京青年会議所が東京23地区全域に運動展開したことが始まりであります。今日では

全国各地の会員会議所の協力により、日本全国200カ所以上の地域で地区大会が行われ、4万人以上の子ども達が参加しております。

この国の未来を担う子ども達には「わんぱく相撲」を通して、努力する事の大切さ、負けることの悔しさ、勝つことの喜び、他人を思いやる心、礼節を重んじる心を学んでもらい、高い道徳心と教養を持った大人へと健やかに育ってもらう事を切に願っております。

また、今回の第25回大会では「他

を慮る利他の精神」という日本の心の原点に今一度立ち返り、「ありがとう!」という感謝の気持ちを参加する子ども達のみならず、大会に関わる全ての皆様に広げていき、思いやり溢れる大会にしたいと思っております。

結びとなりますが、これからも私共青年会議所の運動に、より一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます、主催者としての挨拶に代えさせていただきます。



中央区長  
矢田 美英

第25回わんぱく相撲東京都大会中央場所が、築地本願寺で盛大に開催されますことは、首都東京の中心である本区として大変名誉なことであり、心よりお祝い申し上げます。

本大会では、日々練習を重ね、自身を鍛え抜き、都内各地区で勝ち抜いてきたわんぱく力士が、一堂に会し技と力を競い合います。

「礼に始まり、礼に終わる」相撲は、日本の伝統の中に息づく優れた精神

文化を受け継いだ素晴らしい国技です。体と体のぶつかり合いは、同時に、心と心のぶつかり合いでもあります。本日の大会では、負けることを恥ずかしながら思う存分力を発揮し、最後まであきらめない心で一生懸命戦い抜くことを期待しています。また、わんぱく力士の皆さんが、今日参加している大勢の友達との交流を深めるとともに、相撲を通して学んだ「相手を思いやる気持ち」や

「自分自身の心に打ち勝つこと」をしつかりと身につけ、立派なひとに成長されることを願っております。

結びに「わんぱく相撲東京都大会中央場所」の開催に多大なご尽力をされております東京青年会議所をはじめ、本大会の運営を支えていただきました関係各位に深く感謝・御礼申し上げますとともに、本大会のご成功とますますのご発展をお祈りし、ご挨拶とさせていただきます。



公益社団法人日本青年会議所  
関東地区 東京ブロック協議会 第42代会長

## 渡邊 弘樹

第25回わんぱく相撲東京都大会中央場所が皆様のご協力のもと盛大に開催される事を心より感謝申し上げますとともに、お祝い申し上げます。

この東京都大会に向けて東京各地で予選会を開催し、そこから勝ち残ったわんぱく力士には、この緊張感ある会場で相撲という日本の伝統文化に触れることから生まれる日本人としての優しさの心や、スポーツマンとしての心を学んでいただきたいと思えます。勝ち負けから生まれる

喜怒哀楽だけではなく、予選会で倒してきたわんぱく力士たちの想いも背負いながら戦っていただき、この場に立てることに感謝してもらえようになつてもうりたいと思えます。

本日、ご来場いただいたご家族の皆様方におかれましては、今後も青年会議所の事業に参加していただき、我々の運動を一緒に広めていただければ幸いです。

最後になりますが、本日はご参加、ご協力をいただきまして誠にありが

とうございました。心より御礼申し上げます。

に体得して欲しいと念願します。

本日、東京都大会に出場される選手諸君は、7月28日に開催される「第29回わんぱく相撲全国大会」でも国技館の土俵で、全国の「わんぱく力士」と相撲がとれるように日頃鍛えた力と技を十分に発揮され、正々堂々と悔いの残らない相撲をとってください。



財団法人日本相撲協会 理事長

## 北の湖 敏満

本日、「第25回わんぱく相撲東京都大会」が東京都中央区で盛大に開催されることを心からお祝い申し上げます。

わんぱく相撲は、次代を担う子どもたちの健全な育成を目指し年毎にその規模と内容が充実し、全国的な普及発展を続けております。これはひとえに東京青年会議所をはじめとする関係各位のご尽力によるものと深く敬意を表すものであります。日本相撲協会は、わんぱく相撲が発足

以来、その趣旨と活動に賛同し、青年会議所に協力してこれを推進してまいりましたが、今後さらにわんぱく相撲を維持発展させることが、当協会の目的と合致するものであると確信しております。

相撲は、我が国で最も古い伝統を誇る国技であり、日本の国民性の中で生まれたスポーツであります。

どうか、相撲を通じて勝負の厳しさを知り、礼儀やいたわりの心を養い、そしてスポーツの楽しさを十分

「第25回わんぱく相撲東京都大会中央場所」が、築地本願寺において盛大に開催されますことを心からお慶び申し上げます。また、出場されるみなさんには、心からお祝いを申し上げます。

本大会は、都内各地区から勝ち上がってきたわんぱく力士たちが、全国大会出場を目指し競い合うとともに、伝統ある相撲を通して心身の鍛錬と健康の増進を図る目的で開催され、都内の相撲を愛する子供たちに深く根付いた大会と伺っております。

東日本大震災に対しまして心からお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興をお祈り申し上げます。

さて、「第25回わんぱく相撲東京都大会」が公益社団法人東京青年会議所 中央区委員会 主管により、わが国の文化・商業・情報の中心と江戸五街道の起点である『日本橋』・食文化の拠点『築地』・ショッピングの拠点、世界に誇れる『銀座』23区のほぼ真中に位置し『日本一子育てしやすいまちを目指す』歴史と数々の史跡を持つ文化都市の中央区築地本願寺に於いて盛大に開催されますこと誠にめでたうございます。

わんぱく相撲も歴史を重ねるごとに規模が大きくなり、その勢いは全国大会へと大きく発展普及し、定期的

参加されるみなさんには、日頃の厳しい稽古で培ってきた心と技に誇りをもつて、最後まで諦めず、粘り強く全力で挑んでほしいと思えます。また、技をみがぐることによって、たくましく、勇気と思いやりと正義感を持った、社会に役立つ人になることを期待しています。

さて、東京都は今年をスポーツイヤーとし、「スポーツ祭東京二〇一三（第68回国民体育大会及び第13回全国障害者スポーツ大会）」の開催とともに、二〇二〇年のオリ

な行事として全国に認知されております。ここまでのわんぱく相撲を育てて頂いた公益社団法人東京青年会議所の皆様、そしてOBの皆様には私自身、元東京青年会議所のメンバーでありましたが、皆様のご苦勞、努力に深く敬意を表すものであります。

我々、東京都相撲連盟も役員一同、組織を挙げて全面的に協力したいと思っております。

国技である相撲は勝敗を競うものではなく、心の戦いのスポーツであります。相手を敬う心、規律を重んじる心、そして礼儀作法などを通して相撲を楽しむ心、これらを理解することにより初めて生まれる健全な肉体と健全な精神こそが本当の教育として豊かな人間を創るといえるのではないのでしょうか。

ンピック・パラリンピック招致実現に向けて取り組んでいます。招致活動は、国を挙げての国家総力戦で展開してまいります。オリンピック・パラリンピックの開催により、心のデフレ、閉塞感を打破し、一人ひとりが輝く東京にしていけるよう、皆様の御支援と御協力をお願い申し上げます。

結びに、本大会の開催に御尽力された関係者の皆様に深く敬意を表するとともに、大会の御成功を祈念して挨拶いたします。

保護者の皆様、わんぱく力士を力いっぱいご声援、宜しくお願い申し上げます。

この東京都大会に出場している選手の皆様は各地区の厳しい予選を勝ち抜いてこられました。正々堂々と悔いなく、代表としての誇りと自信をもつて試合に臨んでください。そして大きな思い出を残してください。

最後になりましたが、「わんぱく相撲東京都大会」の開催にあたり多大なご尽力をされました公益社団法人東京青年会議所、財団法人日本相撲協会、公益財団法人日本相撲連盟、その他関係諸団各位に深く感謝を申し上げますとともに本大会のご成功と益々のご発展を祈念いたします。ご挨拶とさせていただきます。



東京都相撲連盟 会長

## 鳩山 邦夫



東京都知事

## 猪瀬 直樹

# 大会役員

大会名誉会長 中央区長 矢田 美英  
 大会顧問 (公社) 日本青年会議所 関東地区東京ブロック協議会  
 会長 渡邊 弘樹  
 大会会長 (公社) 東京青年会議所 理事長 笹島 潤也  
 副会長 (公社) 日本青年会議所関東地区東京ブロック協議会内  
 各地委員会 理事長

立 川 浩一朗  
 稲 城 西畑 博仁  
 清 瀬 円城寺 修  
 調 布 嵐 祐子  
 西 東 京 鈴木 一秋  
 東 久 留 米 水間 康夫  
 東 村 山 荒野 晃成  
 東 大 和 浅井 正輝  
 日 野 糟谷 敏美  
 町 田 新井 克尚  
 三 鷹 松本 良順  
 武 蔵 野 安藤 智之  
 むさし府中 福島 良彦  
 大会実行委員長 (公社) 東京青年会議所 中央区委員会  
 委員長 菅 英二郎  
 大会実行副委員長 (公社) 東京青年会議所 中央区委員会  
 副委員長 星野 智克

# 審判団

相撲連盟役員 わんぱく役員  
 会長 鳩山 邦夫  
 副会長 板倉 利和  
 副会長 佐久間幸一  
 副会長 郷原 義忠  
 理事長 浦嶋 三郎  
 総務副委員長 吉田 賢治  
 総務副委員長 宮崎 珠暎  
 総務副委員長 伊藤 仁久  
 総務副委員長 村田 光央  
 総務副委員長 古橋 悦夫  
 競技委員長 安井 和男  
 競技副委員長 村上 昇  
 競技副委員長 佐川 聡彦  
 競技副委員長 村田 安啓  
 副審判長 奈良 繁夫  
 副審判長 藤田 大介  
 主審 杉立 徹  
 主審 尾林 善雄  
 主審 岡村 研二  
 主審 米村玄太郎  
 主審 松本 義幸  
 主審 捧 洋志  
 主審 三戸 伸樹  
 主審 片山 大成  
 主審 円子 直幸  
 副審 堀口 薫  
 副審 小倉 英雄  
 副審 布施 美樹  
 副審 関口 淳  
 副審 星野 三二  
 副審 長井 暁  
 副審 満留 久摩  
 副審 安藤 栄樹  
 副審 山口 修男  
 副審 荒木 孝友  
 副審 今関 勝彦  
 副審 大木 尚  
 副審 佐久間暢亮  
 副審 木内 努  
 副審 郷原 貴利  
 副審 相沢 秀吉  
 副審 荻原 啓二  
 副審 永山 章一  
 副審 鈴木 龍  
 副審 白石 浩三  
 副審 和田 光広  
 副審 増山 盛正  
 副審 斎藤 道生  
 副審 井芹 武  
 副審 築比地理絵  
 副審 中村 智昭  
 副審 松永 昭久  
 副審 浦嶋 孝子

# 当日のながれ

時間	内容
9:50	選手集合
10:00	選手入場 開会式 国歌斉唱 開会宣言 (公社)東京青年会議所 理事長 笹島 潤也 大会名誉会長挨拶 中央区長 矢田 美英 大会顧問挨拶 (公社)日本青年会議所関東地区 東京ブロック協議会 会長 渡邊 弘樹 来賓紹介 競技説明 審判長 郷原 義忠 選手宣誓 中央 A チーム 6年生選手
10:35	選手退場
10:45	取組開始 女子 4年生 1・2・3回戦
10:10	女子 5年生 1・2・3回戦
11:35	女子 6年生 1・2回戦
12:00	男子 4年生 1・2・3回戦
12:20	男子 5年生 1・2・3回戦
12:45	男子 6年生 1・2・3回戦
13:10	女子 4・5・6年生 準々決勝
13:20	女子 4・5・6年生 準決勝
13:25	女子 4・5・6年生 決勝
13:30	男子 4・5・6年生 準々決勝
13:40	男子 4・5・6年生 準決勝
13:45	男子 4・5・6年生 決勝
13:50	学生力士による実演
14:30	閉会式 成績発表&表彰 個人賞：4～6年(各学年男女横綱1人・大関1人・関脇2人・小結4人) 団体賞：優勝1チーム・準優勝1チーム・第3位1チーム・東京選抜1チーム
15:15	閉会宣言

# わんぱく力士のみなさん! お近くのクラブで相撲を始めませんか

東京都内には小中学生が本格的に相撲の練習をすることができる以下のようなクラブがあります。  
わんぱく相撲の大会に参加して興味をもったみなさんは、ぜひお近くのクラブで相撲に取り組んでみてください。  
ご連絡、お問い合わせをお待ちしております。

## 葛飾白鳥相撲教室（葛飾区）

活動場所 葛飾白鳥公園相撲場  
活動日時 毎週火曜/木曜/土曜 午後6時～  
連絡先 ☎03-3604-6587（佐久間）

## 江東青龍館（江東区）

活動場所 大嶽部屋  
活動日時 毎週土曜 午後4時～  
連絡先 ☎03-5626-7447（森）

## 小松竜道場（台東区）

活動場所 台東区リバーサイド  
スポーツセンター相撲場  
活動日時 毎週土曜 午後3時30分～  
毎週日曜 午前9時30分～  
問い合わせ ✉kenji@komatsuryu.jp

## 文京針ヶ谷相撲クラブ（文京区）

活動場所 東洋大学相撲場  
活動日時 毎週水曜/土曜 午後5時30分～  
連絡先 ☎090-4176-6832（村田）

## 千代田区相撲連盟（千代田区）

活動場所 千代田区スポーツセンター相撲場  
活動日時 毎週火曜/木曜/土曜 午後6時～  
毎週日曜 午前9時～  
連絡先 ☎080-1086-0012（荒木）

## 大田区相撲連盟（大田区）

活動場所 聖跡梅屋敷公園内相撲場  
活動日時 毎週土曜 午後1時～  
日曜（不定期）  
連絡先 ☎03-5711-3605（川合）

## 練馬石泉相撲クラブ（練馬区）

活動場所 練馬区谷原総合体育相撲場  
（体育館裏）  
活動日時 毎週日曜 午前10時～  
連絡先 ☎03-3928-6746（白石）

## 三鷹相撲クラブ（三鷹市）

活動場所 三鷹市役所内相撲場  
活動日時 毎週日曜 午前9時～  
連絡先 ☎0422-33-9678（和田）

## 府中住吉相撲道場（府中市）

活動場所 府中市総合体育館相撲場  
活動日時 毎週火曜/土曜 午後7時～  
連絡先 ☎042-368-2772（村上）

## 立川練成館相撲道場（立川市）

活動場所 諏訪神社境内相撲場  
活動日時 毎週火曜/土曜 午後7時～  
連絡先 ☎042-536-4616（佐川）

# 第25回わんぱく相撲東京都大会中央場所 開催要項

- 名称** 第25回わんぱく相撲東京都大会 中央場所
- 共催** 公益社団法人東京青年会議所・わんぱく相撲東京都大会運営協議会
- 主管** 公益社団法人東京青年会議所 中央区委員会
- 開催日** 平成25年6月23日（日）
- 場所** 築地本願寺
- 出場チーム等** (1)出場チームは東京23地区委員会と東京ブロック内の各LOMとする。最大エントリー数は46チームまでとする。  
(2)出場チームは男女共に1チーム4年・5年・6年各1名、計3名を1チームとする。
- 出場資格** (1)出場チームは各地区委員会又は各LOMが主催・共催・後援いずれか1つに該当する地区大会から選出する。  
(2)各地区大会を開催する区及びLOMの地区に在住又は在学する小学生男子、女子で4年生・5年生・6年生の各上位者1名が出場資格を得る。  
(3)各学年の上位出場資格は1999年4月2日～2002年4月1日までの生まれでその学年に該当する小学生男子・女子とする。  
6年生…2001年4月2日から2002年4月1日  
5年生…2002年4月2日から2003年4月1日  
4年生…2003年4月2日から2004年4月1日  
※就学延期制度により、生年月日とその学年が異なる場合は、わんぱく相撲特別委員会において資料提出を求め、調査・協議のうえ決定する。  
(4)各地区・各LOM大会はできる限り2013年5月末日迄に開催する。
- 競技方法** (1)個人戦と団体戦とで行う。  
(2)女子の部は個人戦をトーナメント方式のみ行う。  
(3)個人戦は各地区大会及び各LOM大会で選抜された選手によるトーナメント方式で各学年別に行い、横綱1名・大関1名・関脇2名・小結4名それぞれを決定する。  
(4)団体戦は各選手の成績を点数で加算する方式で、出場チームを対象として全学年の得点順に優勝・準優勝・第3位を決定する。但し、同点の場合は  
①優勝者の数、②高学年優勝又は準優勝の序列で決定する。
- 全国大会出場チームの選抜** (1)団体戦の上位3チームに全国大会への出場権利を与える。  
(2)団体戦で出場できない個人の高順位により4～6年生で1名ずつ選出し、混成選抜チームとして1チームに全国大会の出場権利を与える。  
※全国大会出場は男子のみとする。
- 運営** (1)公益社団法人東京青年会議所中央区委員会が運営を企画する。  
(2)運営は運営委員会にて行う。
- 後援先** (1)東京都  
(2)中央区  
(3)東京都相撲連盟  
(4)財団法人日本相撲協会
- エントリー方法** (1)参加するチームは必ず文書での申し込みを条件とする。



# 座席表

文京	足立	むさし府中	渋谷	武蔵村山
中央 B	三鷹 ○	○ 中野	立川	
中央 A	練馬	千代田	世田谷	目黒

東久留米	日野	墨田
新宿	清瀬	調布
江東	北	東大和
台東	江戸川	板橋



品川	葛飾	大田
稲城	西東京	豊島
荒川	武蔵野	杉並
港	東村山	町田

大会本部側

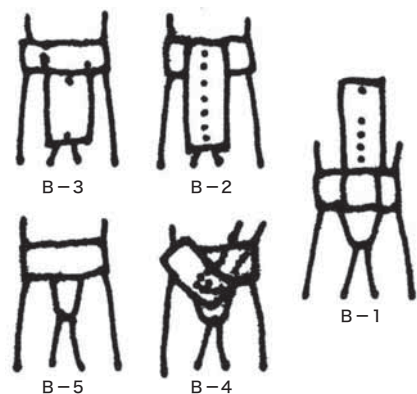
## まわしのつけ方・準備運動

まわしを締めるときには、練習者同士で締め合うのがよい（サポーターなどをまわしの下につけるのが衛生的です）。

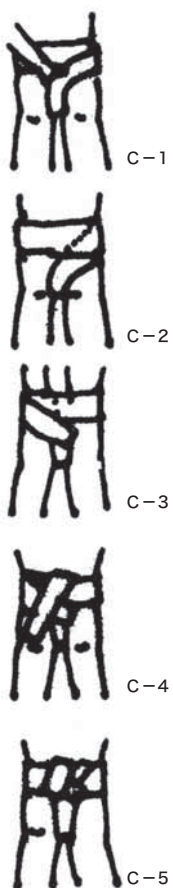
①まわしを4つ折りにした一端を2つ折りに開きその部分をまたにはさむ（図A）。



②まわり目に、前にたれた一端を4つ折りにして、右腰の方へ折りこむ（図Bの4）。



右に回転する（図Cの1）。



③その後は1回または、2回まわして結びあげる（図Cの3、4、5）。

### 相撲を始める前に十分な準備運動

準備運動は、手足の屈伸をはじめ、最低10分ぐらいの予備運動を出場選手全員に対して行います。これは汗をかく程度まで行うのが目安です。

①伸脚運動（しんきやくうんどう）  
下半身にバネをつけるための運動です。左右の足をかかわるがわる伸ばします。



②四股（しこ）

両足を開いて構え、足を左右かわるがわる高くあげ、力を入れてふみます。手はひざにそえます。大切なのは上体をまっすぐにすることで、前かがみになると効果がなくなります。



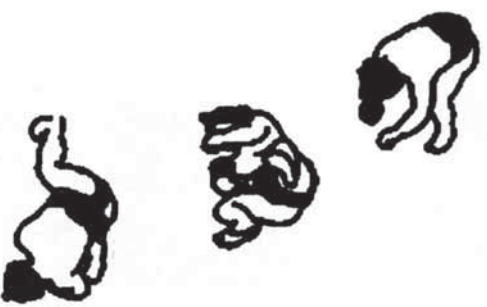
③てっぼう

柱に向かって左右かわるがわる突っ張ります。片方の手が柱から離れる直前に、もう片方の手で突っ張るのがコツです。



④ころがり

ころがりとは受け身のことです。頭、肩、手のひらなどをつかないようなころび方が大切です。



⑤またわり

これを急に行うことは危険です。脱臼のおそれがありますので注意してください。

## 競技の心得

すもうは心と体を鍛えることを目的に行なうものです。お互いの攻めと防ぎによって、正々堂々と競技することです。たとえ練習でも真剣に行い、少しでも油断があつてはなりません。勝つために競技するのですが、だからといって、やたらと勝ち負けばかりにとらわれると、競技の方法や態度が悪くなって、良くないだけでなく、危険なことにもなるのです。このことを頭の中に入れて、いつも元氣よく、自分より大きいからとか、強そうだからとかいってびくびくせず、自分より小さいからといって馬鹿にせず、しっかりした態度でもうをとることを忘れないようにしなければなりません。

## 競技前の心得

- 用便をしておくこと。
- 食事は少なくとも1時間前にしておくこと。
- つめは短く切っておくこと。
- 準備運動を十分しておくこと。

## 競技中の心得

- 元氣よく正々堂々と競技すること。
- 口はしっかりとじて競技すること。
- 禁じ手を使わないこと。

することに当たる。

- 主審の判定に対して副審の間に疑義を生じた場合は、審判長を中心として主審及び副審判との合議の上決定する。主審の判定に対して異議の申立ては、担当している審判長並びに副審に限る。禁じ手を用いた場合は、行儀を中止させ、審判協議のうえ勝負及び取直しを決める。
- 競技中、負傷によって競技の進行不能と審判が認めるときは、審判合議のうえ負けとすることがある。
- 競技中、前袋の落ちたときは、負けとする。
- 約3分間の試合で勝負のつかないときは、取直しを行う。
- 連続2回取直すときは、審判協議のうえ3分以上の休憩を与える。
- 他の事項については日本相撲連盟大会協議規程に定められた「審判規定」に従うものとし、その運用は大会当日の審判団に委任する。

## 極まり手

### 出し技

- ① 寄り切り
 

もる差し、右四つ、左四つでもよいから、体をつけて前に出て相手を土俵の外に出すことです。腰を落として、相手より低くかまえて出ると、よく出られます。

※相手がうしろに倒れたときは、寄り倒しになります。

## 競技後の心得

- 礼をして終わること。
- 体の調子を整えるため、すぐ休まないで、体調運動をすることを忘れないこと。

## その他

- 競技は必ず主審のさしずに従うこと。
- 呼び出しに応じて二文字口で立礼をして(俵を踏まないように土俵に入る)競技を行う。
- 勝負が終わったならば両方とも二文字口で礼をし、勝つものだけがそんきよして主審より勝ち名のりを受けること(俵を踏まないようにして土俵の外に出る)。
- 勝ち名のりはそんきよのまま目礼し受けること。
- 土俵だまりで足を投げ出したり、土俵で足をこすらないこと。
- 競技に審判員より物言がついたときは、土俵の下におり、主審の指示により行動すること。

## 競技規程 その一

- 勝ち負けのルール
 

わんぱく相撲のために特に定めており、禁じ手等は、いわゆる大相撲とは異なります。

● 勝ち負けのルール  
つぎの場合は負けとする。

### ② 押し出し

両手が片手かを相手のわきの下にあてて、押しつけて相手を土俵の外に出すことです。腰を落として出ると、相手は簡単にさがります。

※相手がうしろに倒れたときは、押し倒しになります。

### ③ 突き出し

手のひらが相手の体に直角にあたるように突っ張って、相手を土俵の外に出すことです。突っ張りには左右をかわるがる出ると左右いっしょに出すも手突きがあり、どちらも下から上に向かって突くと効果的です。

※相手を突き倒すと、突き倒しになります。

### ④ 出し投げ

右でも左でもまわしを引き、ひじをわきにつけたまま、相手の体を前に投げ倒すことです。

※上手から投げると上手出し投げとなり、下手から投げると下手出し投げとなります。

## 投げ技

### ① 上手投げ

四つに組んで、右でも左でも上手まわしを引きつけて投げ倒します。投げを打つときは右上手投げは左足を外側に引いて打つとよくまります。

### ② 下手投げ

四つに組んで、右でも左でも下手まわしを引いて投げ倒します。差し寄り立て、相手が寄り返そうとしたときなどに打つとよくまります。

相手より先に土俵をでたとき。

相手より先に、足のうらよりほかのからだの一部が砂についたとき。

競技中、競技者が腰より上に持ち上げられて危険と認められたとき。

禁じ手を使つたとき。

主審の指示に従わなかったとき。

### ● 立会い

立会いは主審の指示に従い、両手をついて「はっけよい」で立つこと。

「待った」はない。

### ● 禁じ手

これを使うと反則(直ちに中止して審判協議の上、負けとなる場合と取直しの場合がある)になる。危険を防ぐためのルールであるから、けつして使わないように注意すること。

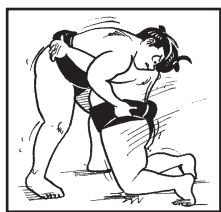
- ① 張り手(平手または拳で殴ること)
- ② 拳または指で突くこと(目、胸等)
- ③ 髪の毛、のど、前袋をつかむこと



髪をつかむ

- ④ のどをつかむこと
- ⑤ 前ぶくろをつかむ
- ⑥ 向こうげり
- ⑦ 逆指(相手の指を反対側に曲げること)

### ⑧ さば折り



さば折り

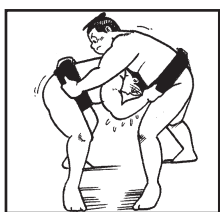
### ⑨ かわずがけ



かわずがけ

### ⑩ 居ぞり(いぞり)

首を抱え込み頭を相手の胸の真中より下に入り込ませる



居ぞり

- ⑪ かんぬき(相手の両腕を外側から締めつけること)
- ⑫ がっしょう(組んでいるとき自分の指を組み合わせる)

## 競技規程 その二

■ この大会には審判長1名、副審判長若干名、審判員若干名をおいて大会の審判を行う。

■ 審判員は勝負の判定、その他審判に関

### ② うっちゃり

相手に寄り立てられたとき、土俵ぎわで腰を落として、右または左へ振りすてます。相手が寄って出てくる力を利用した技です。

### ③ 送り出し

チャンスを見て相手のうしろに回り、突くか押すかして相手を土俵の外に出します。

## その他の技

- ① はたき込み
 

突っ張り合ったり、押し合っているとき、相手が低く出てくるときに、体を右か左に開いて相手の肩か背中をはたいて体を開くとよくまります。
- ② けたぐり
 

立ち上がったときか、突っ張り合い、押し合い中、左足を飛ばして相手の左足首を、右足を飛ばしたときは相手の右足首をけり、相手の腕を引っ張って前へ落とします。
- ③ 足とり
 

立ち上がったときか、突っ張り合っていると、相手の片足を両手でかかえ上げ、自分の体重をかけて倒します。

## 特殊な技

### ① つり出し

四つに組んで、相手のまわしを引き腰を落としてつり上げ、土俵の外に運び出します。つり出すとき、相手の両足が空中にあれば、自分の足が先に出て「送り足」といって負けになります。

# 出場選手一覧

目黒	武蔵村山	武蔵野	港	三鷹	町田	文京	日野	東大和	東村山	東久留米	練馬	西東京	中野	豊島	千代田	調布	中央B	中央A	立川
依田知也	加藤光騎	瀧澤智紀	清宮福太郎	前田千颯	桑原由矢	大塚一真	滝口葉太	加藤涼	藤田大地	田部井康太	中島潤一郎	青水陽亮	金枝龍三郎	榎本泰成	小坂剛司	北脇香	ロゼンブルムシエ	池田啓吾	市川太陽
—	久保田莉奈	園田瑛蓮	オルトン花菜	和田真由子	—	稲谷侑里	土井美麗愛	関田紅葉	柳川心音	田中帆南	田中莉枝	尾藤凜子	池田凜	石井悠圭	高桑リホ	溝淵かれん	富澤優花	吉田実未	安田芽晃
岩堀裕樹	加藤真基	藤本青葉	今増敬史	福嶺哲幸	川瀬晴久	湯原紀里	本間椋	平澤慶太	山田雄大	竹本風	五十嵐魁斗	熊谷春明	高雄聖史	那須匠	太田耀之	高島秀斗	有馬純平	上野春馬	佐々水航
—	渡部亜彩美	中山紀恵	茂水友香	藤生瑛菜	—	宇佐美瑛菜	眞砂裕那	中崎萌夏	山崎初美	小松梨	糸川愛留	大澤栄子	鈴木知裕	野田李音	園部紗希	小早川春花	佐藤愛美	加藤すず	—
河田明心	指田周幸	河原崎祐作	濱田幸大	川島佑雅	原巧	朝西克文	住吉功次	齋藤竣哉	邊保英晶	藤澤太陽	平松賢磨	西原憧	西島丈	森川雄太	堀田耀彦	伊藤正悟	金子藍羅	納谷幸成	吉田優力
岩田理叶	野村莉那	武藤千奈恵	中村望美玲	—	—	—	—	—	柿原万凜	東陽香里	八水侑南	佐藤優	池田萌	森内朝美	小林蒼	竹山綾乃	江口恭香	綱嶋萌波	—

台東	世田谷	墨田	杉並	新宿	渋谷	品川	江東	清瀬	北	葛飾	大田	江戸川	稀城	板橋	荒川	足立	地区	男子	女子
酒井真幸	藤井建心	森将太	前田智哉	森下秀喜	高水尚幸	山佐野武蔵	川村皆斗	藤崎凌世	村田創太郎	瀧本哲治	富田賢志	池田旺樹	林賢汰	金原圭音	田中謙丞	オトゲレルトルガ	勝水瞳	大井瑞希	庄子咲彩
石井結菜	具志堅陽依	永井月空	須藤菜菜海	小豆畑紗奈	櫻村愛理	宮永夏々子	鈴木このみ	藤岡賛	冲山侑	半崎恵梨佳	朴彩香	藤田マシミ	氷川なつき	—	—	—	—	—	—
川島海翔	佐々水健翔	坂本博一	ミズトハシヤイ貴哉	小倉玲大	且元康治郎	光田輝一	長谷川大	松村啓吾	菊永大夢	福澤快晴	菅原龍哉	安齋雄祐	水下手	星川駿介	行徳康祐	中川勝仁	—	—	—
小川桜	山根叶優	内田あさひ	—	宇田川彩香	川本彩奈	平野夏帆	渡邊優	中島音	佐藤利音	安部計	吉澤満帆	池田紅	前楚ひかり	阿部百々子	中澤めい	中尾芽生	—	—	—
浅野風汰	野村恭佑	本間航平	藤野雄大	浅井ブズドリ	工藤義大	津田健司	池田森輝	水村侍勇	藤永龍太郎	池上トナルド	田口隆章	稀辺嵩斗	氷川航広	金原豪汰	湯淺龍太郎	吉野魁人	—	—	—
—	鈴木萌音	岡崎美由紀	君島凜香	尾関志穂	佐藤優実	橋本玲香	平田麻央	佐藤江亜	光武美晴	雨宮ひな	大野万里奈	竹内花香	—	山本瑞希	夫馬愛純	—	—	—	—

四年生

五年生

六年生

高島 秀斗	調 布	東	7	東
豊田 峻真	港	西	23	東
安齋 雄祐	江戸川	東	8	西
巖谷 寿明	西東京	西	1	東
加藤 真基	武蔵村山	西	9	東
五十嵐 魁斗	練 馬	東	24	西
山田 雄大	東村山	西	10	東
太田 輝之	千代田	東	2	西
上野 春馬	中央 A	西	11	東
光田 輝一	品 川	西	12	東
佐々水 健翔	世田谷	東	18	西
竹本 風	東久留米	西	25	東
川瀬 晴久	町 田	東	12	西
水間 椋	日 野	西	13	東
今増 敬史	武蔵野	東	14	西
湯原 紀里	文 京	西	26	東
水 下 隼	稲 城	東	3	西
小倉 玲大	新 宿	西	15	東
福原 哲幸	三 鷹	東	16	西

**男子決勝戦**

葛 飾	福澤 快晴	西	6	東
北	菊永 大夢	東	22	西
杉 並	茅ヶ崎バシテイク	西	30	東
むさし府中	藤本 青葉	東	21	西
江 東	長谷川 大	西	20	東
足 立	中川 勝仁	東	29	西
墨 田	坂本 博一	西	19	東
台 東	川島 海翔	東	18	西
渋 谷	且元 康治郎	西	5	東
立 川	佐々水 航	東	17	西
清 瀬	松村 啓吾	西	28	東
荒 川	行徳 康祐	東	16	西
中 野	高雄 聖史	西	4	東
大 田	菅原 龍哉	東	15	西
豊 島	那須 匠	西	14	東
中央 B	有馬 純平	東	13	西
東大和	平澤 慶太	西	12	東
板 橋	星川 駿介	東	11	西
目 黒	岩堀 裕樹	西	10	東

加藤 光騎	武蔵村山	東	7	東
小佐野 武蔵	品 川	西	23	東
田中 謙丞	荒 川	東	8	西
中島 潤一郎	練 馬	西	1	東
村田 創太郎	北	東	9	西
酒井 真幸	台 東	西	24	東
青水 陽亮	西東京	東	10	西
田部井 康太	東久留米	西	2	東
瀧澤 智紀	むさし府中	東	11	西
藤崎 凌世	清 瀬	西	12	東
小坂 剛司	千代田	東	18	西
前田 千織	三 鷹	西	25	東
藤田 大地	東村山	東	12	西
林 賢汰	稲 城	西	13	東
高水 尚幸	渋 谷	東	14	西
大塚 一真	文 京	西	26	東
池田 啓吾	中央 A	東	3	西
滝口 葉太	日 野	西	15	東
加藤 涼	東大和	東	16	西

**男子決勝戦**

目 黒	依田 知也	西	6	東
板 橋	金原 圭音	東	22	西
町 田	桑原 由矢	西	30	東
豊 島	榎本 泰成	東	21	西
大 田	富田 賢志	西	20	東
世田谷	藤井 達心	東	29	西
新 宿	森下 秀喜	西	19	東
中央 B	ロゼンブルームジェイ	東	18	西
立 川	市川 太陽	西	5	東
港	清宮 福太郎	東	28	西
江 東	川村 皆斗	西	17	東
調 布	北脇 香	東	16	西
足 立	オドゲレルトルガ	西	4	東
中 野	金枝 龍三郎	東	15	西
江戸川	池田 旺樹	西	14	東
武蔵野	末永 裕亮	東	13	西
墨 田	森 将太	西	12	東
杉 並	前田 智哉	東	11	西
葛 飾	瀧本 哲治	西	10	東



# 五年生取組表



# 四年生取組表



加藤 すず	中央 A	東	3	東
山崎 初美	東村山	西	19	東
茂水 友香	武蔵野	東	4	西
大澤 栄子	西東京	西	5	東
中島 音	清 瀬	東	20	西
安部 計	葛 飾	西	6	東
鈴木 知裕	中 野	東	17	西
小川 桜	台 東	西	16	東
小早川 春花	調 布	東	25	西
山根 叶優	世田谷	西	7	東
廣田 花音	港	東	21	西
野田 李音	豊 島	西	8	東
眞砂 裕那	日 野	東	9	西
阿部 百々子	板 橋	西	22	東
宇田川 彩香	新 宿	東	10	西
内田 あさひ	墨 田	西	1	東
中山 紀恵	むさし府中	東	11	西

**女子決勝戦**

荒 川	中澤 めい	西	2	東
東久留米	小松 葉	東	18	西
練 馬	糸川 愛留	西	26	東
三 鷹	藤生 瑛菜	東	17	西
文 京	宇佐美 瑛菜	西	16	東
東大和	中崎 萌夏	東	25	西
大 田	吉澤 満帆	西	15	東
渋 谷	川本 彩奈	東	14	西
北	佐藤 利音	西	13	東
江 東	渡邊 優	東	24	西
足 立	中尾 芽生	西	12	東
江戸川	池田 紅	東	23	西
千代田	園部 紗希	西	11	東
中央 B	佐藤 愛美	東	10	西
稲 城	前楚 ひかり	西	9	東
品 川	平野 夏帆	東	8	西
武蔵村山	渡部 亜彩美	西	7	東

田中 帆南	東久留米	東	5	東
平山 葵	武蔵野	西	21	東
須藤 菜菜海	杉 並	東	6	西
永井 月空	墨 田	西	7	東
柳川 心音	東村山	東	22	西
宮永 夏々子	品 川	西	8	東
勝水 瞳	足 立	東	1	西
和田 真由子	三 鷹	西	9	東
大井 瑞希	荒 川	東	10	西
関田 紅葉	東大和	東	23	西
オルトン 花菜	港	西	11	東
尾藤 凜子	西東京	東	12	西
藤田 マシミ	江戸川	西	24	東
池田 凜	中 野	東	3	西
園部 瑛蓮	むさし府中	西	13	東
石井 結菜	台 東	東	14	西
安田 芽晃	立 川	西	2	東
半崎 恵梨佳	葛 飾	東	15	西

**女子決勝戦**

北	沖山 朱	西	4	東
渋 谷	櫻村 愛理	東	20	西
大 田	村 彩香	西	28	東
日 野	土井 美麗愛	東	19	西
江 東	鈴木 このみ	西	18	東
板 橋	庄子 咲彩	東	27	西
清 瀬	藤岡 賛	西	17	東
練 馬	田中 莉枝	東	16	西
中央 A	吉田 実未	西	15	東
千代田	高桑 リホ	東	26	西
中央 B	富澤 優花	西	14	東
新 宿	小豆畑 紗奈	東	13	西
文 京	稲谷 朱里	西	12	東
武蔵村山	久保田 莉奈	東	11	西
豊 島	石井 悠圭	西	10	東
調 布	清淵 かれん	東	9	西
世田谷	具志堅 陽依	西	8	東
稲 城	米川 なつき	東	7	西



Trumpet in B<sup>b</sup> 1

# ファイト!ザ・わんぱく相撲

作曲 己城 研二  
編曲 渡邊 尚子

♩ = 120

1. 2. 3. D.S. Fine

# ファイト!ザ・わんぱく相撲

作詞 保富康午  
作曲 己城研二  
唄 塩見大治郎

△ (くりかえし) ※ (くりかえし) △ (くりかえし)

(一) ぶつかれば 燃える火花さ  
なにもかも ぬいだはだかどと  
取り組めば まるい土俵は  
そのまゝ夢の UFOさ  
とんで行くんだ 知らない世界へ

※ いろんな相手の ちからも技も  
からだぜんぶで 受けとめろ  
いのちぜんぶで 攻めて行け  
日本の横綱さ

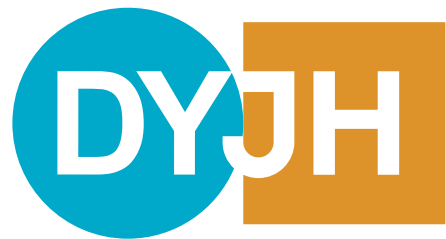
(二) たたかいは シェット噴射さ  
太陽と 風と大地と  
集まった まるい土俵は  
すてき夢の UFOさ  
わいてくるんだ 知らないちからが

キリリ締め込み 心にしめて  
からだひとつで 立ちあがれ  
いのちひとつが ここにある  
日本一のわんぱくさ

△ ファイト ファイト オオー  
△ ファイト ファイト オオー  
△ ザ・わんぱく相撲

第25回わんぱく相撲東京都大会中央場所  
御協賛企業

誠にありがとうございました。



ダイナムジャパンホールディングス



三福商事株式会社

羽田旅客サービス株式会社



パワーフィナンシャル

TOKYO NEWS

有限会社TMC/神林印刷株式会社/株式会社チームトラベルクラモト/斉藤税務会計事務所  
株式会社フィックス.ジャパン/小原商店/木村英行/株式会社小川マーク製作所

協力団体

築地本願寺/一般財団法人聖路加国際メディカルセンター/築地警察署/京橋消防署/日本橋中学校  
小坂こども元気!!クリニック/東京農業大学/築地場外有志一同

七月七日は「七夕」  
そして「笹かまの日」

七夕は五節句のひとつです。「笹の節句」とよばれ、昔から広く親しまれてきました。笹竹は、お正月の門松やしめ飾りと同様に、神様が降り立つ目印として飾られ、寄りついた災厄を水に流す役目もあるといわれています。

「笹かま」食べて星に願いを  
七夕のいわれにちなみ、紀文は宮城県蒲鉾組合連合会と共同で七月七日を「笹かまの日」と制定しました。

<http://www.kibun.co.jp>

圧倒的な“見やすさ”&“使いやすさ”TV情報誌No.1ブランド!



TVガイドは、  
定期購読もできます!



購読料金 14,500円…50回送付(約1年間)  
7,250円…25回送付(約半年間)

料金は前金制になっております

申込方法 下記URLよりお手続きください。  
[TOKYONEWS WebStore] <http://tnsws.jp>

※お支払い方法は各種クレジットカード払い・WEBコンビニ払い・ドコモケータイ払い・代金引換(別途代引き手数料630円がかかります)よりお選びいただけます。

送本開始 ご入金日によって異なりますが、原則として毎週水曜日までに  
ご入金いただきますと、翌々週の発売号からの発送開始となります。

お届け日 毎週月曜日にクロネコヤマトメール便にて発送しておりますが、配達状況により、  
発売日後のお届けになる場合がございますので予めご了承ください。

※購読期間終了の1か月前に、雑誌とは別便にて「SMBCファイナンス株式会社」より、継続のご案内と振込用紙をお送りいたします。  
ご送金が遅れますと間が空いてしまうことがありますので、お早めにお手続きください。  
※いただいた個人情報は、お支払確認等の連絡・商品のお届け・当社出版物のご案内のために利用し、それ以外の目的では使用いたしません。

ほかに、郵便振替、  
現金書留でも  
お申し込み  
いただけます。

お問い合わせ先 東京ニュース通信社お問い合わせ事務局 ☎:03-6738-0993(平日10:00~17:00)\*祝祭日を除く

株式会社 東京ニュース通信社 〒104-8415 東京都中央区銀座7-16-3 日鐵木挽ビル TEL 03-6367-8000(代)



忍たま史上最大!  
天下分け目の大バトル始まる!!

# 忍たま乱太郎

NINTAMA RANTARŌ

夏休み宿題大作戦!の段

加藤清史郎 林 遼蔵 神岡朱理 山崎裕平 根岸拓哉  
 螢雪次朗 鈴木勝吾 前内孝文 松田岳 内博貴  
 寺田農 曾我廻家文章 佐川満男 栗塚旭  
 原作★尼子騒兵衛『落第忍乱太郎』(朝日新聞出版)  
 監督★田崎竜大 脚本★池田政之 音楽★佐橋俊彦

www.nin-tama.com

企画:中沢敏明 製作統括:岩原真雄 製作:濱名一哉 寺田篤 遠藤茂行 宮田一幸 加藤直次 木下直哉 安田正樹 坂井宏先 町田智子 鐘崎充 加藤徹  
 エグゼクティブプロデューサー:田代秀樹 池田隆一 チーフプロデューサー:厨子健介 白石統一郎 岡田有正 プロデューサー:須藤安芸子 高崎裕千 進藤盛延  
 撮影:長谷川光徳 照明:土居欣也 録音:山本研二 美術:龍尾和人 編集:乾 栄司 整音:神戸孝憲 VFXスーパーバイザー:小林真吾 殺陣:中村健人 キャスティング:北田由利子  
 製作:「忍たま乱太郎 夏休み宿題大作戦!の段」製作委員会(セディックインターナショナル TBS 電通 MBS 東映 CBC 木下工務店 ムービック ホブラ社 朝日新聞社 朝日新聞出版 J:COM)  
 制作:セディックインターナショナル 制作プロダクション:C.A.L 制作協力:東映太秦映像 連載:朝日小学生新聞 配給:東映 ©2013「忍たま乱太郎 夏休み宿題大作戦!の段」製作委員会

元気×勇気×友情1000%!! 今度の夏は、「アクション&ギャグ」がさらにスケールアップ!

7.6(土)  
全国ロードショー