

■主な記事

1. 会長、理事長あいさつ
2. 新任理事、新入会員紹介
3. イベント実施状況
 - 総会 & 審判講習会 & ねりま大会
 - 第1回暑気払いインディアカ大会
 - 第27回 ふれあいインディアカ in 大泉等
 - 2026年度スケジュール等

【会長あいさつ】

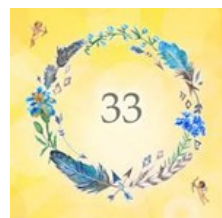
練馬区インディアカ協会は、昨年4月に理事任期満了に伴い、会長、理事長等役員の改選を行って新しい組織体制での船出となりました。2名の新理事が加わり、会員の皆様をはじめとするすべてのステークホルダーのご支援により、練馬区インディアカ大会が選挙のために急遽中止となりましたが、大過なく事業計画を執行できましたことに心より感謝申し上げます。

また当協会は、設立33年目を迎えました。強力なエンジェルナンバーの一つとされる「33」は、過去の聖人や偉人であるアセンデッドマスターたちが、私たちの願いを叶えるために集結し、力を貸してくれると言われていています。彼らの強力な守護のもと、私たちの進むべき道が照らされる時期です。個々に抱いている願いや目標が、近い将来に現実となる兆候です。たゆみなく努力を続けることで、素晴らしい成果が期待できることでしょう。

皆様、そしてインディアカチームが目指す目的と目標にむかって、メンバー各位が切磋琢磨して、大きく飛躍されることを願いますとともに練馬区インディアカ協会として、そのお力添えができればと考えております。

引き続き、皆様のご理解とご協力、ご支援の程をよろしくお願いいたします。

会長 熊木明彦



【理事長あいさつ】

練馬区インディアカ協会会員の皆様、日頃より大会への参加やご協力をありがとうございます。

2025年4月に理事長となりました、アタッカーズ代表の渡邊美穂です。人前で話すことが得意ではなく不安もありましたが、常任委員や理事の皆様に支えられ、何とか二期目を迎えようとしています。

インディアカとの出会いは、長男の学童クラブの先輩保護者が立ち上げたPTAサークルへのお誘いでした。学生時代はスポーツに縁がありませんでしたが、初めて夢中になれた競技です。

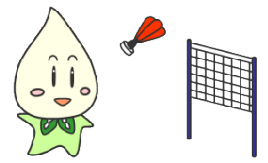
インディアカは認知度こそ高くありませんが、そのマイナー感も魅力で、競技性を追求する楽しみも、仲間と和やかに楽しむ良さもあります。

年齢を重ねても続けられ、人とのつながりを育むスポーツでもあります。今後は若年層への普及と、愛好者が長く続けられる環境づくりが課題と感じています。協会や大会へのご意見があれば、ぜひ理事へお寄せください。今後ともよろしくお願いいたします。



理事長 渡邊美穂

坂田 新作理事（新任）



新理事になりました坂田です。
私は、インディアカを始めて28年になります。
若い人から80歳の人まで、楽しんでもらえるように普及活動に努めていきたいと思ひます。

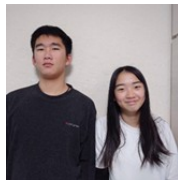
町田 光理事（新任）

この度、理事になった上中インディアカの町田と申します。
インディアカをはじめから23年になります。
モットーは勝ち負けを超えて楽しくインディアカをすることです。（これはなかなかうまくならない逃げかもしれません、）
仕事はガラス屋です。合間に組合活動、法人活動を行っていますが、なかなか組合員、会員とも増えず、減少する一方です。
インディアカも同様な事が起こっており、私は今普及部に属していますが、会員また底辺の拡がりを作りたいと思ひ、「練馬区女子中学生インディアカ大会」の開催を模索しています。インディアカの高齢化が進む中、若いうちからインディアカに慣れ親しんでもらい、このスポーツの面白さを体感してもらうのが会員増強の一步となるからです。
大会開催には多くの困難がありますが、諸先輩方、理事の皆様、会員の皆さんの応援、ご協力を頂き、今年は大大会の目途を付ける年にしたいと考えています。

新入会員紹介

自己紹介

高木琉成さん



- ①早宮インディアカクラブ
- ②妹たちが祖母の家でインディアカボールで遊んでいるのが楽しそうなので開放に遊びに行きました。体育館でやるインディアカはとても楽しく、クラブにも入会しました。
- ③まだ大会に参加したことがないので、良くわかりませんが、大会に出て活躍したいと思っています。
- ④まずは、大会に出ること、そしてアタックが上達して185cmの身長を活かし、チームで活躍したいです。

新入会員紹介

自己紹介

高木柚奈さん

- ①早宮インディアカクラブ
- ②祖母とインディアカのボールで遊んでいたから楽しく、本格的に練習したくなり、クラブに入りました。
- ③大会に参加して、他のチームの人から、自分のプレーを褒められたり、アドバイスをもらえました。大会は他のチームと交流できると感じました。
- ④中学でバレーボール部に入っているから、インディアカの練習は部活でも役立ちます。両方とももっと技術のレベルを上げて大会で活躍したいと思ひます。

新入会員紹介

自己紹介

森 克夫さん



- ①早宮インディアカクラブ
- ②練馬区のスポーツリーダー講習で体験をさせていただいて、興味を持ち数日のお試し期間を経て始めることになりました。
- ③和気あいあいとした感じがします。
- ④無理せず、長く続けていきたいと思ひます。

新入会員紹介

自己紹介

小野田恵生さん



- ①石神井インディアカクラブ
- ②体験会に友達と参加して楽しかったから。
- ③色々な年代の人たちが楽しんでいると思った。
- ④同じ年代の仲間を増やしたい。また、スパイクをしっかり練習して自分の武器にしたい。

新入会員紹介

自己紹介

Kさん

- ①石神井インディアカクラブ
- ②友達に誘われて。
- ③3年以内に試合に出場したい。

新入会員への質問事項

名前

- ①所属チーム
- ②インディアカを始めたきっかけ
- ③練馬区インディアカ協会に入って感じたこと
- ④今後の目標や挑戦したいこと

2025年度総会 & 審判講習会 & ねりま大会

2025年5月11日（日）



【総会】

石神井小学校体育館にて2025年度練馬区インディアカ協会総会 & 審判講習会 & ねりま大会を開催しました。

総会は、滞りなく終了し、2025年度の活動を開始しました。



【審判講習会】

例年夏に上石神井体育館にて行っていた、審判講習会について、今年度は競技規則の改定がなかったことから、総会時に行いました。会員の皆様からは概ね良好な評価でした。

【ねりま大会】

総会ののち区内のチームにてねりま大会を開催しました。

女子185：2チーム、混合200：10チームが2ブロックに分かれ熱戦を繰り広げました。



第1回暑気払いインディアカ大会

2025年8月24日（日）



今年は、これまでの「審判講習会 + 楽しむ会」からスタイルを変えて、朝から元気いっぱいの大会スタート。普及担当の提案で、記念すべき第1回「暑気払いインディアカ大会」として開催しました。

体育館の入口にはフォトスポットを設置し、参加チームの皆様にご記念撮影を楽しんでいただきました。

笑顔いっぱいの写真が並び、暑さを吹き飛ばすようなにぎやかな一日となりました。

第27回ふれあいインディアカ in 大泉

2025年10月5日（日）

参加者は169名・30チーム（区内：66名・12チーム、区外：83名・18チーム、その他：20名）と、多くの方にご参加いただきました。

大会は女子185・混合200・215の3カテゴリで、年齢制限なく行われました。

幅広い世代が交流しながら対戦できる場となり、参加者からも好評をいただきました。

毎年「体験コーナー」を設けていますが、今年度は事前に体育館にポスター掲示を行い、体験募集を行ったにもかかわらず、残念ながら体験参加はありませんでした。来年度は、より多くの方に体験していただけるような企画を検討していきます。

また、表彰式では下位チームへのじゃんけんでの賞品提供も行われ、思わぬ盛り上がり笑顔が生まれました。大会全体を通して、まさに「ふれあい」の名にふさわしい一日となりました。



体育館入口のポスター



柴崎レク協会長あいさつ



試合模様



表彰式

交流会

2026年2月23日（月・祝）

2026年2月8日（日）に予定されていた練馬区インディアカ大会は、同日に衆議院議員選挙が行われることになり、開票所として光が丘体育館が使用されるため中止となりました。

代替大会として2月23日（月祝）に開催を企画しましたが出場チームが少なかったため大会形式を取りやめ、有志による交流会へと変更しました。当日は大泉学園町体育館の半面を使用し、混合215に8チーム、混合200に5チームが参加。混合215は21点2セット、混合200は21点1セットで実施され、カテゴリを越えた対戦もあり、会場は大いに盛り上がりました。

【2026年度スケジュール】

練馬区インディアカ協会大会等スケジュール

来年度も、基礎を学べる講習会から交流イベント、そして区大会まで、多彩な行事を予定しています。世代を問わず参加しやすい内容となっておりますので、ぜひ予定をご確認のうえ、多くの皆様のご参加をお待ちしております。

◆第2回暑気払いインディアカ大会

2026年8月23日（日） 9：00～18：00 : 練馬区立上石神井体育館

◆第28回ふれあいインディアカ in 大泉

2026年10月4日（日） 9：00～18：00 : 練馬区立大泉学園町体育館

◆第31回練馬区インディアカ大会

2027年2月7日（日） 9：00～18：00 : 練馬区立総合体育館

東京都インディアカ協会大会等スケジュール

◆交流大会

2026年4月12日（日） 9:00～17:00 : 駒沢オリンピック公園総合運動場 体育館

◆選抜大会

2026年4月19日（日） 9:00～17:30 : 東海大学品川キャンパス

一般混合・シニア女子45+・シニア女子60+

2026年4月26日（日） 9:00～17:30 : 東海大学品川キャンパス

一般男子・一般女子・シニア混合45+・シニア混合60+

◆関東甲信越ブロック大会

2026年10月31日(土)～11月1日(日) : 新潟

【編集後記】

今年度も、総会後のねりま大会をはじめ、多くの皆様のご参加により、活気ある活動が続けることができました。5月の大会では女子185・混合200の各チームが熱戦を繰り広げ、会場には明るい声が響きました。8月には第1回「暑気払いインディアカ大会」を開催し、フォトスポットでの記念撮影など新しい試みも好評でした。10月の「ふれあいインディアカ in 大泉」では、幅広い世代が交流しながらプレーを楽しみ、まさに大会名の通りの一日となりました。

これまで広報誌を通じて、協会の活動や大会の様子をお伝えしてまいりましたが、本号をもちまして最終号とさせていただきます。長年にわたりご愛読いただき、心より感謝申し上げます。

今後の活動報告や大会情報は、協会ホームページにて随時発信してまいります。引き続きご覧いただき、変わらぬご支援を賜れましたら幸いです。

広報担当：船木