

- カラー大会報道 バラリンピック(リオデジャネイロ)……[4]  
 カラー大会報道 第47回全国中学校大会……[6]  
 カラー大会報道 第50回全日本社会人選手権大会……[10]  
 カラー大会報道 平成28年度秋季関東学生リーグ戦……[18]  
 大会報道 第47回全国中学校大会……[22]  
 大会報道 第50回全日本社会人選手権大会……[26]  
 大会報道 平成28年度秋季関東学生リーグ戦……[28]  
 大会報道 中学校全国各地ブロック大会……[30]  
 日本の肖像 オスカー・ヨシヒロ・S. サンテリセス フィリピン大学教授……[32]  
 「私の指導論」 真田浩二(愛工大附属中学校 監督)……[34]  
 練習のヒント 編部幸治(ITS三鷹代表)……[36]  
 ジャンプアップセミナー 河野正和(前男子JNT監督)……[38]  
 トレーニングFF 田中礼人(男子NT専任コーチ)……[40]  
 ラージボール技術 内田康裕(ニッタク・大阪営業所)……[42]  
 大会報道 全国国公立大会、関東レディース大会……[46]  
 大会報道 関東ラージボール大会……[56]  
 カラーインタビュー 村上恭和(前日本代表女子監督、日本生命監督)……[61]  
 カラーインタビュー 阿部愛莉(早稲田大)……[64]  
 カラー報道 JSA2016 ジュニアスポーツアジア交流大会……[68]  
 カラー報道 アジア・ヨーロッパ オールスター対抗戦……[70]  
 カラー報道 東アジアホープス大会、日・韓大学交流大会……[72]  
 「more Happy more Nittaku」 解説：新井卓将・新井祐将……[74]  
 「Be on one's mind」ニッタク社員講習会ダイジェスト 沼亮太郎(北海道地区担当)……[76]  
 頑張ろう東日本 境由紀夫(気仙沼市卓球協会会長)……[78]  
 頑張ろう東日本 信号器材卓球部(岩手県復興支援)……[80]  
 ラージボール紹介 川口正明(福岡県卓球協会副会長)……[82]  
 第5チャンネル……[44]  
 ビンポン東西南北……[45]  
 各地レポート……[48]  
 みんなのコーナー……[60]  
 編集室……[60]  
 ニッタク講習会……[81]

## Message

8000メートルの山に登りたければ、それを登り切る準備をする。4000メートルの山に登るのであれば、4000メートルの準備をすれば良く、8000メートルを登る準備は必要ない、とある人との会話でそうだった。

夏のある大会。「一度でいいから日本一になりたい」と話をされた。すると「一度日本一になれたなら、何度でも優勝するよ。なぜかって。それは、一度日本一を経験したんだから、日本一になる方法がわかった。だからどうすれば日本一になれるかわかるからだよ」とある指導者が返した。

ベスト8に入る、という目標を立て

たなら、ベスト4に入る練習をしなければいけない、とはよく聞く話である。私も「1ページ記事を作るのに、10ページ分ぐらいの取材をしなければいけない」とよく言われた。何事も準備が大事なのだ。

私の母校が関東学生リーグ3部であるがブロック優勝した。6年ぶりの優勝ということで、たくさんのOBが喜んでくれた。それと同時に、たくさんの方が応援してくれていることも知ることができた。

スポーツの力は本当に凄い。いろいろな人を元気にすることができ、幸せにすることができるのだ。(温)



表紙  
 全日本社会人選手権大会女子単優勝  
 森美月(サンリツ)  
 全国高校総合体育大会男子単優勝 木津勇人  
 (愛工大名電高)  
 女子単優勝 早田ひな  
 (希望が丘高)  
 撮影：沼亮太郎・前原麻芳