

11連隊 練度向上中

連隊は各種事態対処能力や射撃技術を向上させるべく、年度を通して様々な訓練を行っています。

今回は2／四半期に行われた訓練の一部をご紹介します。

水上機動訓練



ヘリボーン訓練



73式装甲車 浮航訓練



搜索・撃滅訓練



連隊練成射撃



11th Infantry Regiment
おじろわし

【発行所】
普通科友の会

【協力】
第11普通科連隊
第1科広報班

【印刷所】
(株)フロンティア印刷

(第1面)
「各種訓練紹介」

(第2面)
「新隊員特技課程教育」

(第3面)
「中隊長離着任式」
「訓練隊紹介」
「人事便り 7月定期昇任」

(第4面)
「人事便り 8月定期異動」
「NET99便り」



パソコン・スマホで
11連隊の事が分かる！
第11普通科連隊
ホームページへ
アクセス！逐次更新中！



令和6年度新隊員特技課程 一般陸曹候補生課程(後期)教育

連隊は7月2日(火)から9月27日(金)の間、令和6年度新隊員特技課程・一般陸曹候補生課程(後期)教育(軽火器及び迫撃砲)を行い、普通科隊員として必要な知識と技能、そして団結心と規律心を習得させた。同期と共に切磋琢磨し、全ての教育を修了した24名は期待と緊張の中、先輩隊員に出迎えられ各中隊へ配置され、第11普通科連隊の隊員として新たな1歩を踏み出した。



軽火器1区隊



軽火器2区隊



迫撃砲区隊



MINIMI射撃検定(軽火器)



宿営訓練(天幕設営)



砲手訓練(迫撃砲)



LAW縮射弾射撃(軽火器)



35km徒歩行進



小銃射撃検定(迫撃砲)



84mm無反動砲操作(軽火器)



教育修了行事(区隊旗返還)



120mm縮射弾射撃(迫撃砲)

千歳基地OB 東千歳駐OB 北千歳駐OB 東千歳駐OB
守谷敏弘 小松正尚 大瀧秀範 山元浩彦



全国工務店
グランプリ
2015年・2018年
1
ecoa HOUSE
エコアハウス
0120-018-935



千歳基地出身
小久保和人

千歳基地出身
宮田 隼

千歳基地出身
中村亮介

修理 最短5分〜
iPhone即日修理OK!!
iPhone修理は対面式で安心のスマートクリア!!
AppleStoreやキャリアショップではない選ばれる理由
データそのまま
即日修理
安心の3ヶ月保証
アップルストアやショップでは、修理に2週間以上も時間がかかったり...データが消えてしまうなど...予約をとるのも大変...
当店なら即日修理可能!



クレジット
カード
OK!

facebook いいね! で500円割引

Smart Clear
モバイル端末修理専門店スマートクリア
スマートクリア千歳店
☎0123-25-3930
【営業】10:00~20:00
【住所】千歳市清水町3-17-2(MiLABO 2F)

KIRIN BEER RESTAURANT HAUBE



食べ飲み放題 時間制限 100分
プラン
宴会・会食におすすめ!

3種ジンギスカン (定番ラム/味付きラム/豚肩ロース) **5,400円** (税込)
2種ジンギスカン [ライトプラン] (味付きラム/豚肩ロース) **4,700円** (税込)

キリンビアレストラン ハウベ
〒066-0077 千歳市上長都949-1
営業時間 11:30~21:00 第4曜日定休
TEL:0123-23-0101

第22回全国都道府県対抗日本拳法大会

準優勝!!



拳法訓練隊は8月4日(日)に愛知県名古屋千種スポーツセンターで行われた、第22回全国都道府県対抗日本拳法大会に参加しました。最高気温37℃の中、熱い戦いを繰り広げ、14チーム中、準優勝の成果を得ました。



銃剣道訓練隊は8月8日(木)に日本武道館で行われた、第55回全日本青年銃剣道大会(青年1部)に参加しました。109チームが激闘を繰り広げる中、準決勝で普通科教導連隊に惜しくも破れ、第3位に入賞しました。

第55回全日本青年銃剣道大会

第3位!!



第4中隊長 離着任式

離任中隊長 1等陸尉 上野 博康
連隊本部 第1科長へ



着任中隊長 1等陸尉 倉見 竹博
北部方面総監部から



幹部										定期昇任 令和6年7月1日付										人事便り									
1等陸尉	(連本)	1等陸尉	(連本)	2等陸尉	(連本)	3等陸尉	(連本)	4等陸尉	(連本)	5等陸尉	(連本)	6等陸尉	(連本)	7等陸尉	(連本)	8等陸尉	(連本)	9等陸尉	(連本)	10等陸尉	(連本)	11等陸尉	(連本)	12等陸尉	(連本)	13等陸尉	(連本)	14等陸尉	(連本)
中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進	中貫高	戸松寺山小竹得小三小進
広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕	広洋	崇幸公健慶康正永裕
大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎	大介力	利治霸太郎

昇任
おめでとう
ございます



3等陸曹へ	(重迫中)	(6普中)	(5普中)	(重迫中)	(本管中)	(1普中)	(2普中)	(3普中)	(4普中)	(5普中)	(重迫中)	
森官腰	遠藤	戸田	木村	安崎	宮館	和賀	濱谷	小笠原	齋藤	阿部	松村	小笠原
翔学	真一郎	啓太	亮太	朝陽	祐輔	佑也	亮太	隆輔	翔太	誠弥	順司	敬輔
			祐樹								巧	
											和史	
											美智華	
											伍郎	
											綾斗	
											宏行	
											巧	
											将司	
											雷也	
											和臣	
											祐貴	
											克巳	
											瑠架	
											理生	
											佑介	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	
											佐藤	

北ガスの電気

北海道電力※から「北ガスの電気」に切り替えると
毎月のでんき代がおトクに!!

※北海道電力(株)従量電灯B、Cから「北ガスの電気」に切り替えた場合

切り替え手数料や
解約金・違約金等
お金はかかりません!

現電力会社への
解約連絡も
お任せください!

貯まったポイントで
景品や様々な
サービスを
受けられます!



北海道ガス株式会社 千歳支店
住所: 千歳市清水町1丁目1番地1
TEL: 0123-26-8623

ベネフィット ワン 加盟店 自衛隊員様歓迎

第1種運転免許全車種取得可能です
大型自動車・中型自動車・準中型自動車・普通自動
けん引・大型特務・大型自動二輪車・普通自動二

北広島自動車学校
住所 北広島市共栄16-1
電話番号 011-373-4811
メール: khdschiyokko.jp

防衛省 職員 家族 団体 傷害 保険
＜総合賠償型・観介補償型(特約)オプション＞
＜団体長期障害所得補償保険「長期所得安心くん」略称: GLTD＞
防衛省 退職後 団体 傷害 保険
防衛省 共済組合 がん 保険
＜お見積・資料請求 http://webby.afac.co.jp/boue/＞
防衛省 共済組合 火災 保険
☆ その他各種の損害保険
〔取扱代理店〕 弘済企業株式会社
詳しくは、下記の東千歳駐屯地保険常駐員にご相談ください。
東千歳駐屯地東厚生センター(内線4766)
渡辺・奥山・高橋・清水まで

11普連で14年間勤務
をしていました



元自衛官の行政書士です

相談 無料
気軽に
ご相談ください。
遺言書作成 相続手続き
各事業許可 手続き
外国人の
在留資格(ビザ)
盛 直樹行政書士事務所
恵庭市幸町2丁目10番2号
TEL 090-6440-1458
MAIL morinaoki67@outlook.jp
https://mori-gyosei-office.com

人事異動

令和6年8月1日付

【転出】

▼幹部

(連本)

第1科長

第3科長

(3普中)

(4普中)

准・曹士

(本管中)

東千歳駐屯地業務隊へ

国分駐屯地業務隊へ

札幌地方協力本部へ

第7師団司令部付隊へ

(1普中)

曹長 石橋 純一郎

第7師団司令部付隊へ

3曹 神 義隆

第21普通科連隊へ

3曹 沖山 北斗

第32普通科連隊へ

3曹 田原 傑

第24普通科連隊へ

2曹 江部 良彦

第31普通科連隊へ

3曹 荒井 椋太

普通科教導連隊へ

(3普中)

2曹 大竹 正俊

第44普通科連隊へ

(4普中)

3曹 荒井 椋太

普通科教導連隊へ

(3普中)

2曹 大竹 正俊

第44普通科連隊へ

(4普中)

3曹 荒井 椋太

普通科教導連隊へ

(3普中)

2曹 大竹 正俊

第44普通科連隊へ

(4普中)

【転入】

(連本)

第3科長

第3師団司令部付隊へ

陸上幕僚監部人事教育部から

(2普中)

2尉 鎌田 大次郎

幹部候補生学校から

(4普中)

中隊長 倉見 竹博

北部方面総監部から

(1普中)

2曹 岡田 郁弥

名寄駐屯地業務隊から

(2普中)

3曹 外崎 圭介

第39普通科連隊から

(2普中)

3曹 森田 尚也

第14普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

【重迫中】

(連本)

第3科長

第3師団司令部付隊へ

陸上幕僚監部人事教育部から

(2普中)

2尉 鎌田 大次郎

幹部候補生学校から

(4普中)

中隊長 倉見 竹博

北部方面総監部から

(1普中)

2曹 岡田 郁弥

名寄駐屯地業務隊から

(2普中)

3曹 外崎 圭介

第39普通科連隊から

(2普中)

3曹 森田 尚也

第14普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

3曹 木内 健斗

第38普通科連隊から

(2普中)

【補職替】

(1普中)

1尉 石川 裕太

運用訓練幹部→副中隊長へ

(1普中)

1尉 小野 慎平

小隊長→運用訓練幹部へ

(3普中)

1尉 鍵森 貞良

小隊長→運用訓練幹部へ

(2尉)

2尉 八反田 裕樹

運用訓練幹部→小隊長へ

(本管中)

曹長 水戸 将太

3普中へ

1曹 高原 清

2普中へ

(2普中)

曹長 嵯峨 康彰

本管中(第3科)へ

(3普中)

1曹 島影 和宣

本管中(教育隊)へ

(3普中)

1曹 末永 誠二

本管中(第3科)へ

(4普中)

3曹 古谷 成

本管中(第1科)へ

(2普中)

曹長 嵯峨 康彰

本管中(第3科)へ

(3普中)

1曹 島影 和宣

本管中(教育隊)へ

(3普中)

1曹 末永 誠二

本管中(第3科)へ

(4普中)

3曹 古谷 成

本管中(第1科)へ

第7師団公式SNS
X, Facebook, YouTube
絶賛公開中!!11連隊の話題も配信中!
皆様の閲覧をお待ちしております

【探偵・調査】

総合調査事務所
アイスターオフィス
萬徳 聡
(11 普連 0B)

遺産相続 離婚 交通事故 債務整理

のっぽろ法律事務所
NOPPORO LAW OFFICE

代表弁護士 成田 騎信
(札幌弁護士会所属)

(株)東京海上日動
パートナーズ北海道
札幌支店 千歳支社東京海上日動火災保険 代理店
東京海上日動あんしん生命代理店
千歳市千代田町6丁目7-3
リレントビル1F
TEL: 0123-27-7775木下誠一 (3施設)
浦松幸一 (7高連)
松本敏男 (1特団)
山口浩次 (1特団)
小山輝幸 (北情保)
川端洋一 (2空団)
栗城高広 (11普連)
中村義幸 (1特団)当社で
活躍さ
れているOBメ
ンバー
です損害保険生命保険
のご用命は当社まで

探偵・調査

総合調査事務所
アイスターオフィス萬徳 聡
(11 普連 0B)のっぽろ法律事務所
NOPPORO LAW OFFICE

代表弁護士

成田 騎信

(札幌弁護士会所属)



カウンセラー便り 休養の取り方その2「体」

体の疲れは、激しい行動(運動)以下、「行動」と称します)の後やオーバーペース気味の行動が数日続いた後に起こるもので、当然そこには「疲労感」的な心の疲れも伴ってきます。

休養の取り方として「完全休養」という言葉がありますが、「完全休養」何れもせずに疲れが取れるまで休む」と勘違いされることが多く、その場合、例えば三日間何もせず休んでしまえば体力が削られてしまいうことで、「疲れが取れた」と思っても、次の行動を起こすとすぐに疲れが戻ってしまう「又休む」の繰り返しになってしまいます。そこで、一つの休み方(完全休養の取り方)として一日の過ごし方の一例をあげると、一日の2/3程度を何もせず仮眠やゆったりとした時間(完全休養)を過ごし、残りの1/3程度を軽い散歩や買い物など軽度な行動を伴った活動に変えていく。翌日から(休日が続く場合は、活動の時間を長くしつつ、体力の回復を図っていく。言わば、「体力を落とさないで完全休養」をとること)、「休養の取り方を計画的に組み立てる」ことが「疲労感を残さない」休養の取り方にもつながります。

連日、忙しく過ごされている皆さんは、休養が取れず翌日も仕事が続くことも多々あると思いますが、その場合は「ペースダウン」をしながら、次の休日には「完全休養」を取れるよう願っています。

※NET99は、諸般の事由により活動休止となりました。
今後は「部外カウンセラー」として駐屯地外カウンセラー(一日以外も今までの相談を受け付けます)の下記連絡先へ一報ください。
11普連OB 後藤 幸夫
090-9759-6713
ショートメールでも構いません