

みんなで楽しくスポーツを

No.269

2014年2月



スポーツ祭東京2013 カヌー競技
優勝 少年男子 井上 暉央【坂出高等学校】



マイスポーツ発見プログラム
H25.12.14(丸亀市民体育館)

結ぶスポーツ! 開くスポーツ!



第24回県民スポレク祭
H25.11.17(サンポート高松)

- スポーツのすすめ
香川県障害者スポーツ指導者協議会 藤尾 博子
- スポーツリーダーバンク登録指導者の声
好井 智子、山口 博司、尾島 文子
- わが町のスポーツ自慢
坂出市、宇多津町
- かがわのスポーツ・インフォメーション

香川県教育委員会





『障がい者スポーツの今とこれから』

香川県障害者スポーツ指導者協議会

事務局長 藤尾 博子

2020年東京オリンピック・パラリンピックの開催が決定しました。今回の招致活動は、大会正式名称に、「パラリンピック」と明記されたこと、IOC総会にて、パラリンピアン（パラリンピック出場選手）の佐藤真海さんがプレゼンテーションしたことなど、障がい者スポーツを国をあげて推進していることがみられるものでした。ここでは、障がい者スポーツの今と香川県におけるこれからについてお話しします。

障がい者スポーツの今

平成23年にスポーツ基本法が制定されました。基本理念として「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことが人々の権利であることに鑑み、国民が生涯にわたりあらゆる機会とあらゆる場所において、自主的かつ自律的に…略…行なうことができるようにする」など全8項目にわたって謳われています。

中でも、特筆すべきは「障害者が自

主的かつ積極的にスポーツを行なうことができるよう、障害の種類及び程度に応じた必要な配慮をしつつ推進されなければならぬ」「スポーツは、わが国のスポーツ選手が国際競技大会（オリンピック競技大会、パラリンピック競技大会…略…）又は全国的な規模のスポーツの競技会において優秀な成績を収めることができるよう、…略…、効果的に推進されなければならない」と新に明記されたことです。

こうした中、昨年三月（公財）日本障害者スポーツ協会が「日本の障がい者スポーツの将来像（ビジョン）」を作成しました。（<http://www.jsad.or.jp/>）ビジョンでは、障がいのある人たちの「生涯スポーツ」の環境整備、「競技スポーツ」の発展した社会を実現、スポーツ施策の二元的推進体制の下、国を挙げて障がい者スポーツの振興に取り組むといったことが挙げられています。

香川県の障がい者スポーツの普及に向けて
提案 1

みなさんの地域で開催している行事に、障がいのある方が一緒に参加できる教室やイベントを開催しませんか。

卓球バレーやボッチャといったスポーツをご存知ですか？ スポーツはルールや道具を工夫することで、障がいの有無に関わらず一緒に楽しむ事ができます。どんな工夫ができるか、私の所属するかがわ総合リハビリテーション福祉センター障害者スポーツ指導員が、いつでも相談にのります。道具もお貸ししています。

提案 2

スポーツ推進委員のみなさん、総合型地域スポーツクラブの指導者のみなさんに「障害者スポーツ指導者養成講習会」を受講して欲しい！

「障がいの理解」「障がいに応じたスポーツの工夫」他のカリキュラムで年1回開催しています。（平成26年7月頃予定）受講者で組織する香川県障害者スポーツ指導者協議会では、障がい者スポーツ競技の審判講習会や情報交換を行っています。

提案 3

国際大会に出場できるかもしれないチャンスがあると知って欲しい！

パラリンピックや全国障害者スポーツ大会では、障がいの程度に応じてクラス分けがされています。あなたの身近な障がいがある方が国際大会に出場できるかもしれないのです。スポーツに出会えるチャンスをおわりに！

香川県には、障がい者スポーツを全面的に統括し推進する団体がありません。障がい者スポーツの普及・啓発に向けて「障がい者スポーツ協会」の設立が不可欠です。また、県・市のスポーツ振興計画に障がい者のスポーツ振興をぜひ盛り込んで欲しいと思います。これからも、障がいの有無に関わらずスポーツを楽しみ、トップを目指せる環境づくりをみなさまとしていきたいと考えています。そのためにも、ご指導・ご支援を何卒よろしくお願い申し上げます。



スポーツリーダーバンク登録指導者の声

レクは私の宝物



坂出市
レクリエーション協会
坂出市 好井 智子

私がレクリエーションを始めたのは、教員になり、恩師からレクが子どもたちとの接し方や学級づくりに役立つという話を聞いて、坂出市レクリエーション協会の門をたたいたのがきっかけで、入会してはや30年以上が経ちました。

最初、「すごい人たちの集まりだなあ。」と調べてびっくりしたことを思い出します。時には厳しく、またやさしく様々なことを教えてもらったことが、今の私の宝物になっています。

教師として子どもとの接し方、子ども会や地域の人たちとの関わりなど、レクを通して本当にたくさんの方と学ぶことができました。そして、レクを通して喜んでくれた人たちから多くの喜びをもらって、もっとがんばろうという気持ちになりました。

私の宝物を一人でも多くの人たちを届けることができたなら、幸せだと思っています。

みんな参加できる大会を



むれスポーツクラブ
ソフトテニス専門委員長
高松市 山口 博司

私の所属している牟礼ソフトテニスクラブでは毎年2回ソフトテニスの大会を開催しています。平成元年から「牟礼町協会会長杯」として始まり、平成18年にむれスポーツクラブ（総合型地域クラブ）に加盟してからは、「むれスポーツクラブソフトテニス大会」となって開催しています。

開始当初から地元地域の中学生、高校生、一般、シニアと年代を越え一緒に競技するユニークな大会でした。現在は規模が大きくなり会場や日程の都合で中学生の部と一般の部に分けていますが、どんな初心者でも参加できるコンセプトは変えていません。

中学生の大会はほとんどの大会で参加の選手数が限られています。中学生で部活に入り揃いのユニホームも作つてもなかなか試合に出る機会がない生徒もたくさんいます。そんな生徒たちが真新しいユニホームを着て、強豪相手に一方的な試合になつても一生懸命白球を

追いかけていくときの輝きを見るとスポーツの原点を再確認させられる思いです。

会場のコートや運営スタッフの確保でなかなか拡張が難しいところですが、永く続けていこうと思っています。

高齢化社会とエアロビック



県エアロビック連盟
理事長・健康運動指導士
多度津町 尾島 文子

私は今年度より香川県エアロビック連盟理事長に就任しました。

しかし私とエアロビックの出会いには比較的遅く30歳頃。最初は愛好者から始まりましたがその魅力にはまりもつと上手くなりたいたいの思いからエアロビック指導員の資格を取得し、指導者の道を歩み始めました。

その中で私自身も歳を重ねていく中でどうすれば出来るだけ長く、上手く、ケガをせずに無理なく動くことが出来るか？

またそれだけじゃなくもっとたくさんの人を笑顔に、そして元気になりたいという思いが強くなりその後「健康運動

指導士」の資格も取得し、運動の必要性や効果を皆さんにお伝えしています。

いま特に思うのは、私自身運動を継続することで若さ（見た目や体力&気持ち）をキープ出来ると共にその日の体調の好不調が分かり、すると必要以上に無理しないようになりケガや病氣もほとんどしなくなりました。これは皆さん方にも同じ事が言えると思います。

特に今からもっともつと進む高齢化社会に向けて二人でも多くの皆さんの笑顔と健康のためにQOL（クオリティーオブライフ）を高め生き生きと自立した生活ができるように「健康（健康）寿命」を伸ばすべくこのエアロビックを通して皆さんにお伝えできるよう私も自己研鑽を怠らないよう努力をして行こうと思います。



坂出市

『世界遺産をめぐる!』

皆さんこんにちは。坂出市の総合型地域スポーツクラブ「みんなでスポーツさかいで」です。

今回は、当クラブの紹介及び、平成25年12月に催行した「熊野古道を歩く」について紹介させていただきます。

「みんなでスポーツさかいで」は、いつでも・どこでも・誰でもが・いつまでもスポーツに親しめるよう、アウトドアスポーツのウォーキングと、インドアスポーツのカロリリングを中心とした活動を行っています。

さて、去る12月、世界遺産の熊野古道を歩こうということで、熊野三山の参拝と、中辺路のウォーキングを行いました。

一日目は那智大社・速玉大社を参拝し、小口自然の家に宿泊しました。那智の滝の雄大さや速玉大社の荘厳さに、皆さん感動していました。小口自然の家の料理もすごく美味しかったです。

二日目は本宮大社を参拝した後、中辺路の継桜王子周辺をウォーキングしました。雲つない快晴の中、「野中の清水」や「とがの木茶屋」を見ながら、大



[坂出市 熊野古道ウォーキング]

変風情のある石畳の道をウォーキングすることができ、皆さん良い思い出になったことと思います。今回は世界遺産の熊野古道を十分に満喫できた行事となりました。

「みんなでスポーツさかいで」では、この他にも、「初詣ウォーク」や「里山ハイキング」などの様々な行事を行っています。今後とも、いつでも・どこでも・誰でもが・いつまでもスポーツに親しめるよう活動していきますので、よろしく願っています。

連絡先 坂出市教育委員会生涯学習課
電話 0877-44-5025
FAX 0877-46-7140

宇多津町

『カロリリングを生涯スポーツに!』

1年をとおして元気に活動をしている団体、「カロリリング同好会」について紹介します。

カロリリングは、冬季オリンピック選考でも注目を集めた氷上のスポーツ、カーリングをヒントに、室内で手軽に楽しむことができるように考えられたスポーツです。簡単なルールと使いやすい用具で、特別な技術も力も必要としないので、子どもから高齢者まで手軽に楽しめます。

町では、平成20年度に用具を購入し、町スポーツ推進委員研修会、子ども会、自治会等の集まりで競技を普及していく中で、カロリリングを普及したいという方々が「カロリリング同好会」を平成21年10月7日に結成し、徐々にメンバーを増やし、現在25名。平均年齢は70歳ほど。

活動としては、週1回総合型スポーツ施設で練習、年2回徳島県の板野町で開催される大会に招待されたり、近隣市町主催の大会等に参加しています。また、小学生を対象に、放課後スポーツ教室の育成事業の中で、カロリ

リングのおもしろさを教えていただいております。

同好会の人に話を聞くと、「みんなできあいいいと練習しています。練習では、2千歩から3千歩は歩き、私たちの年齢にはちょうど良い運動量です。もう少し会員が増えればいいのですが。」と活動に意欲を燃やしておられました。

連絡先 宇多津町教育委員会生涯学習課
電話 0877-49-8007
FAX 0877-49-0618



[カロリリング同好会 練習風景]



かがわのスポーツ・インフォメーション

平成25年度かがわ生涯スポーツフォーラム盛大に開催!

総合型地域スポーツクラブの普及を図るため「平成25年度かがわ生涯スポーツフォーラム」が12月15日(日)高松市牟礼図書館多目的ホールで開催されました。

県内の総合型地域スポーツクラブ関係者をはじめスポーツ推進委員や一般の参加者約200名が集まり、交流の和が広がりました。

○オープニングでは、金森庸二さん(とらまるクラブ)ONLINE ONEの指導のもとスピードと迫力のあるカンファの演技を披露していただきました。



○講演では第17代NHKテレビ・ラジオ体操指導者である西川佳克さんが

「今、なぜラジオ体操なのか?その魅力と効果」題して講演を行いました。大正12年から始まったと言われるラジオ体操の歴史をはじめ、実際のテレビ撮影の様子やラジオ体操による運動効果、さらにラジオ体操で地域力を高めるポイントまで幅広くお話いただきました。



きました。

講演の最後は、全員でラジオ体操第一



を実際に行いました。西川さんの解説を聞きながら、どの動きが体にとどのように効いているのか、確かめるように取り組みました。



○ニュースポーツ体験では、「笑いヨガティーチャー」の中村淳子さんから、「笑いヨガ」の紹介をしていただきました。

参加者も一緒に「ホホ・ハハ」と声を出して大笑い。終わる頃には心も体もポカポカになりました。

○パネルディスカッションでは「ご近所で!健康になれる居場所づくり」と題して、徳島県・NPO法人あいずみスポーツクラブの鍋島龍夫さん、高知県・NPO法人いきいき百歳応援団の細川美美さんをパネリストとしてお招きし、NPO法人ELF丸亀の齊藤栄嗣さんをコーディネーターに意見を交換しました。高齢化がすすむ現代、毎日を元気に生きるためには、身近な地域での健康維持活動が欠かせず、その拠点となりうるのが総合型地域スポーツクラブであると締めくくられました。



第62回 全国青年大会 報告

第62回全国青年大会が、11月8日から11日までの4日間にわたり、東京体育館を主とした都内各会場で盛大に開催されました。

今大会には全国から2300名をこえる青年が参加し、競技と発表を通じて交流を深めました。香川県からもバレーボール男子、バレーボール女子、バスケットボール男子、バドミントン、軟式野球、卓球、柔道、写真展に総勢74名の監督・選手たちが参加し、各種目で健闘しました。上位成績入賞は次のとおりです。



種目	成績	入賞者
卓球	個人女子優勝	稲澤志央里 (三木体協)
柔道	団体戦第3位	善通寺市柔道会
軟式野球	第4位	東かがわ市体協
卓球	個人男子敢闘賞	宮光武志 (三木体協)

8	7	6	5	4	3	2	1
ジュニア期のスポーツ指導計画と安全管理 スポーツの安全と保障	指導者の役割Ⅰ スポーツ指導者に必要な医学的知識Ⅰ	トレーニング論Ⅰ スポーツと栄養	文化としてのスポーツ 地域におけるスポーツ振興	救急法 正しいテーピング法	スポーツ吹矢	エアロビック&ピラティス	野外活動
高松大学 田中 美季 スポーツ安全協会 植松 芳美	香川大学 米村 耕平 日本体育大学 成田 和穂	四国学院大学 漆原 光徳	香川大学 田中 聡	日赤香川県支部 石井 博喜 和心堂鍼灸接骨院 横山 和昌	県スポーツ吹矢協会 木村 城郎	日本エアロビック連盟 塩津 陽子	県キャンパ協会 藤本 哲夫 西山 徹

生涯スポーツ指導者養成講座

生涯スポーツの積極的な推進や高度化・多様化するニーズに対応できる指導者の養成を目的に、毎年開講している講座が終了しました。スポーツに関する理論と実技についての研修を修了した64名の方々に県教育委員会から修了証が授与されました。また、公益財団法人日本体育協会のスポーツ指導者資格である、「スポーツリーダー」に55名の方が認定されました。

平成25年度内容



修了おめでとうございます

総合型地域スポーツクラブ マネジャー養成講習会

今年度の総合型地域スポーツクラブマネジャー養成講習会が、12月7・8日に開催されました。

この講習会は、総合型地域スポーツクラブの創設や運営において中心的役割を果たすクラブマネジャーと、それを補佐するアシスタントマネジャーの育成を目的とし、23名の方々が修了されました。

修了された皆様、修了おめでとうございます。それぞれの地域やクラブにおいて活躍されることを期待しております。

今年度修了された皆様

- | | | |
|------|-------|-------|
| 高松市 | 立岩 幸則 | 石尾れいこ |
| | 奥田 貴士 | 太田 盛廣 |
| | 松原 ちず | 松浦 弘 |
| | 高尾 健太 | 豊島 孝尚 |
| | 香西 弘 | |
| | 中本 美歩 | |
| さぬき市 | 成行 安男 | |
| 三豊市 | 白川 卓司 | |
| 直島町 | 森 桂子 | |
| 宇多津町 | 平井 俊哉 | 辻村 幸夫 |
| 高知県 | 石川 水愛 | 山下 健 |
| | 山本 萌 | 氏原 昇佐 |
| | 西村 俊二 | 松木 健 |
| 奈良県 | 貴田 昌史 | |
| 東京都 | 宝田章一朗 | (敬称略) |



12/8	12/7	平成25年度講義内容
実践事例 (NPO法人美咲町柵原星の里スポーツクラブ倶楽部) 副理事長兼事務局長 梶尾 洋子 クラブマネジャーの役割 龍谷大学経営学部 准教授 松永 敬子	地域スポーツクラブとは 立命館大学スポーツ健康科学部 教授 長積 仁 クラブのつくり方 しまもとパンブークラブ 顧問 松田 雅彦 実践事例 (NPO法人ELF丸亀) 理事長 齊藤 栄嗣	

「スポーツ祭東京2013」 香川県選手団の国体成績

スポーツ祭東京2013 入賞者一覧(3位以上)



第68回国民体育大会「スポーツ祭東京2013」が9月28日(土)から10月8日(火)まで(一部競技を除く)、東京都で開催されました。

本県からは、34競技(公開競技を含む)に420名の選手団が参加し、18競技59種目で入賞を果たしました。その結果、冬季大会・本大会を通して、天皇杯得点880点、皇后杯得点452点を獲得し、天皇杯順位30位、皇后杯順位32位となりました。



自転車競技 少年男子 優勝
眞砂 英作(高松工芸高校)

順位	競技名	種別	種目	氏名	所属名
優勝	陸上競技	成年女子	ハンマー投	綾 真澄	丸善工業株式会社
	陸上競技	少年男子共通	棒高跳	三宅 功朔	観音寺第一高等学校
	ハンドボール	少年女子	—	香川県	高松商業高等学校
	自転車	少年男子	4km速度競争	眞砂 英作	高松工芸高等学校
	馬術	少年	スピードアンドハンディネス	大西 徹平	高松高等学校
	カヌー	少年男子	カヌースプリント・カヤックシングル(500m)	井上 暉央	坂出高等学校
	カヌー	少年男子	カヌースプリント・カヤックシングル(200m)	井上 暉央	坂出高等学校
2位	ハンドボール	少年男子	—	香川県	香川中央高等学校
	自転車	少年男子	1kmタイム・トライアル	堀 航輝	石田高等学校
	ソフトテニス	少年男子	—	香川県	尽誠学園高等学校
	カヌー	少年男子	カヌースプリント・カヤックペア(200m)	高橋 佑弥 白川 大樹	坂出高等学校 高瀬高等学校
3位	陸上競技	少年男子A	100m	安倍 謙司	香川西高等学校
	レスリング	成年男子	グレコローマンスタイル66kg級	音泉 秀幸	総合警備保障(株)
	ライフル射撃	成年女子	10mエア・ライフル立射(40発)	川瀬 美帆	三谷商事(株)
	クレー射撃	成年	トラップ団体	藤川 和也 田中 泰 服部 三喜男	(有)イーウエイズ (株)NTTデータ四国 (株)服部商店
	カヌー	成年女子	カヌースプリント・カヤックシングル(500m)	多田羅英花	武庫川女子大学

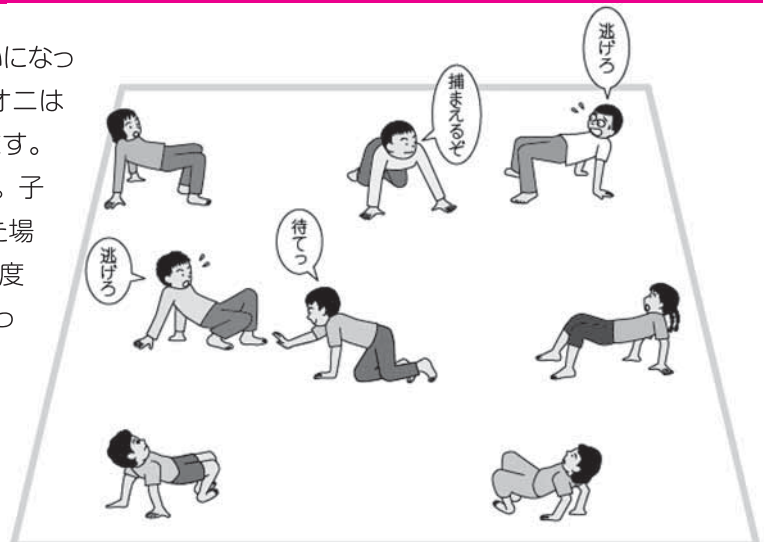
子どもの発達段階に応じた体力向上プログラム(伝承遊び)

クモ鬼

「クモ鬼」は、イラストのように四つん這いになって行うオニ遊びです。初めにオニを数名決めます。オニは背中を上に向けて四つん這いになり、子を追いかけます。子はおなかを上に向けて四つん這いになって逃げます。子はオニにタッチされたら交代します。逃げるのに疲れた場合、子はお尻をつけて休憩することができますが、再度逃げるときは、お尻を浮かせ、手のひらと足の裏をしっかりとつけて移動します。

発展させて「増やしオニ」にしても楽しいでしょう。

場の広さは行う人数によって異なりますが、四つん這いでゆっくりと移動するというルール上、場を広く設定しすぎるとオニがタッチできなくなります。



かがわのスポーツ・インフォメーション

昨年9月、2020年の東京オリンピック・パラリンピック開催が決定し、1964年以来、およそ半世紀ぶりに日本で開催される夢の祭典は、本県のジュニアアスリート達にとって大きな目標となりました。今回は、ジュニア選手育成のために行っている県の主な事業を紹介します。

かがわジュニア育成プラン

平成15年度から、小・中学生を対象にジュニア選手の発掘・育成・強化を図る「かがわジュニア育成プラン」を実施しています。県内のスポーツ施設を拠点として一貫指導体制の構築を目的とした「Club KAGAWA」と、中学生選抜選手の強化を主とする「Team KAGAWA」に、25年度までに延べ22競技を指定し、各競技団体が実施する強化事業を支援しています。

この事業を通じて強化した選手の中には、バスケットボールの全日本男子代表に選ばれたり、フェンシングの全日本選手権で優勝するなど、日本代表レベルにまで育った選手や、レスリングやハンドボールの全日本大学選手権で優勝する選手も育っており、ジュニアからの育成・強化が着実に成果を挙げはじめています。今年度はバドミントン、ソフトテニス、新体操、ウエイトリフティング、水球、アーチェリーの6つの競技を指定しています。

平成25年度TeamKAGAWA指定証交付式



マイスポーツ発見プログラム

マイスポーツ発見プログラム

平成17年度から小学生を対象に、普段接する機会が少ない競技を体験させることでスポーツの選択肢を増やし、未普及競技の普及を図ることを目的とした「マイスポーツ発見プログラム」を実施しています。今年度は、12月14日(土)に丸亀市民体育館において、小学3~4年生150名を対象に、ホッケー、なぎなた、ボクシングなど7競技の体験教室を開催し、子どもたちは初めての競技に元気一杯チャレンジしました。

スーパー讃岐っ子育成事業

平成21年度から、県内の小学生を対象に、運動に取り組むきっかけづくりと体力向上の方法を学ぶ機会を提供する「体力向上プログラム」を実施しています。また、豊かなスポーツの素質を持つ小学生を発掘し、専門的な指導者が実施する育成プログラムにより基礎的能力を伸長させ、将来のトップアスリートを育成する「スーパー讃岐っ子育成プログラム」を実施しています。今年度は、小学校4年生36名が第5期スーパー讃岐っ子として認定され、様々な能力開発プログラムに取り組んでいます。



スーパー讃岐っ子育成プログラム
(コンディショニング)

スーパーアスリート育成事業

平成25年度から、将来オリンピックなどの国際舞台で活躍できるような選手を育成するため、将来性豊かな中学生・高校生を指定して競技力の向上を図る「スーパーアスリート育成事業」を実施しています。25年度は12名を指定し、それぞれの能力を伸ばすため、県外の練習会への派遣や、専門的な指導者の招へいなどを行っています。すでに全国大会での優勝や上位入賞を果たす選手もあり、将来が大いに期待されます。

このほか、ジュニア選手がオーバートレーニングによるスポーツ障害や精神的な燃え尽きを起こすことがないように、ジュニア選手を支える指導者の資質向上や保護者の啓発にも努めています。

2年後のオリンピック・リオデジャネイロ大会や6年後の東京大会に、本県出身の選手が一人でも多く出場できるよう、皆さんも応援をお願いします。