

# みんなで楽しくスポーツを

No.280 2019年6月



スーパー讃岐っ子育成事業 アーチェリー競技体験  
平成31年2月16日 香川中央高校体育館



かがわドリームスポーツ教室(テニス)  
平成31年2月17日 屋島テニスクラブ  
講師:伊達公子氏

## スポーツで地域に元気と活力を!



第73回香川丸亀国際ハーフマラソン  
平成31年2月3日 Pikaraスタジアム

- オリ・パラ特集  
北國銀行 塩田沙代
- スポーツのすすめ  
カマタマーレ讃岐 監督 上村健一
- スポーツ指導者の声  
鈴木日出子、相原ひとみ
- わが町のスポーツ自慢  
東かがわ市、琴平町
- かがわのスポーツ・レクリエーション
- かがわのスポーツ・インフォメーション





## 『オリンピックとつづき 夢に向かって』

ハンドボール 日本代表

北國銀行

塩田 沙代

### いろいろなことにチャレンジしてきた子ども時代

香川県でもハンドボールの小学生スクールがたくさんあり、小中学生から競技を始める選手が多い中、私が競技を始めたのは高校入学後でした。

両親がしていた影響もあり、小学生の頃からバドミントンを始め、勝賀中でもバドミントン部に入りました。熱心に指導してくれるコーチに出会い、学校の部活動以外でもたくさん練習し、中学3年の総体では県大会まで出場することができました。子どもの頃は文化系の一面もあり、ピアノや硬筆、そろばんなどの習い事もしていました。

やりたいと思ったことには何でもチャレンジさせてくれた両親のおかげで、自分の中の幅が広がり様々な考え方ができるようになっていった

と思います。たくさんしてきた習い事の中でも特にそろばんでは、珠算7段、暗算7段の資格を取得することができ、そこで培われた計算力や記憶力などは今の競技生活にも生きているなど感じる事がよくあります。

### ハンドボールと出会った高校時代

兄が通っていた影響もあり、部活動が盛んですごく活気があるなど感じていた高松商業高校に入学しました。

高松商業へ入学したタイミングで、勝賀中3年の担任だった高木優明先生から連絡があり、「一度でいいからハンドボール部の練習見学に行きなよ」と勧められました。

ハンドボールという競技は知っていましたが、コンタクトスポーツであり、危ないなと感じていたのでな

かなか乗り気にはなれませんでした。それでも高木先生の猛ブッシュに負けて、一度だけ練習見学に行くことにしました。

そこで出会ったのが、顧問の田中潤先生です。すると田中先生は「明日は体操服を持ってこようか」とか「明日はボールを触ってみたらいいよ」などとうまく誘われて、本当に気がついたら入部していました。なんとなく始めたハンドボールで、のちに叶えたい夢を持つほど熱中することになりました。

当時は高校から始める選手が何人かいたこともあり、ハンドボールにはやく慣れるために、田中先生は特殊な練習メニューを取り入れてくれていました。

その一つに身体接触に慣れるための「相撲」がありました。毎日ひたすら相撲を取ることで、徐々にハンドボールのコンタクトの仕方になっていき、気づけば接触への恐怖心をなくすこともできました。また、ハンドボールの魅力の一つにジャンプシュートがありますが、そのジャンプシュートの習得のためにやっていたのがスキップしながらのシュート練習です。こういった練習を毎日反復して行うことで、自分自身の基礎

的なスキルが身についていきました。

高校2年のインターハイ県予選では絶対的な優勝候補だった香川中央高校に勝利し、インターハイへの切符を掴みました。ハンドボールはチームスポーツであり、一人だけの力では勝つことができません。個人の実力が相手より劣っていたとしても仲間を結集させて、絶対勝つという強い気持ちと、仲間を信じる気持ちが発揮できれば強い相手でも勝負できるということを実感しました。

その後も国体や選抜大会など高校3年間で計5回の全国大会に出場することができました。高校3年間はとにかく周りに追いつくためにがむしゃらに練習し、田中先生の指導についていくことに必死でした。

### 地元香川銀行でプレーした6年間

高校卒業後、地元の企業チームである香川銀行に就職しました。大学に進学したいとも考えていましたが、より競技に集中したいという思いから、地元で活動することを選択しました。ここで出会ったのが、本当に熱血な亀井好弘監督です。

高校卒業後すぐに社会人チームに入ったためレベルの差が大きく、先輩

方についていくのに必死でした。それでも銀行入行後、プロフィールで将来の夢を聞かれ、「オリンピック選手になる」と書きました。当時は、ただ漠然としていましたが、いろんな競技で活躍する日本人選手をテレビなどで見ながら、自分の中でオリンピックという舞台は特別で、そこに強い憧れがありました。

香川銀行はとにかく走るチームなので、練習の大半は速攻練習でした。アグレッシブなディフェンスでボールを奪い、速攻で押し切るといったのがチームの伝統的な特徴です。日々の厳しい練習を通して、一から学ぶ事もたくさんありましたが、加入してすぐから、コートに立つ機会をたくさん与えてもらい、実践の中で経験を積むことができました。地元出身選手ということで注目されることも多く、銀行内外の多くの方からたくさん声をかけてもらい、ハンドボラーとしてだけではなく一人の人間として、一社同人として育ててもらいました。

香川銀行へ加入後、U-20日本代表に選ばれたり、日本協会のジュニアアカデミーという若手選手発掘の合宿を経験したりし、世界で戦うというを意識し始めるようになりました。そして2010年日本代表に

選出され、ジャパンカップやアジア大会にも出場しました。こういった代表選手としての活動が増えていく中で、「もっと上手になりたい」「もっと強くなりたくない」という思いが日に日に強くなっていき、「オリンピック選手になる」という夢に挑戦するために移籍することを決断しました。



### 夢を叶えるための決断

2013年自分の夢を叶えるために北國銀行に移籍しました。

北國銀行ではそれぞれが常に高いレベルでハンドボールと向き合い、練習の質や内容など、取り組むこと全てがトップレベルのチームでした。急な環境の変化に戸惑いもありましたが、チームメイトに支えられながらスムーズに溶け込んでいくことができました。チームとしても個人としても目標を高く持ちながら、それを達成するためのトレーニングを日々励んでいます。

移籍から2年、チームの目標でも

あった2014―2015シーズンの日本ハンドボールリーグプレーオフで優勝、個人賞として最高殊勲選手賞を受賞することができました。目の前のことに集中し、がむしゃらに取り組んだことが日本一という結果に繋がりました。その結果が何よりも自信にもなりましたし、競技をやっていて楽しいと実感できるようになりました。

そして2015年、日本代表に復帰することができました。日本代表では、リオ五輪予選や世界選手権、アジア大会などのたくさんの国際試合を経験していく中で徐々に体格のある海外選手に対する戦い方や感覚をつかんでいきました。

### 2020年東京五輪に向けて

女子ハンドボール界では、2019年12月熊本県での世界選手権、2020年8月には東京五輪を控えています。オリンピックを前に自国開催される世界選手権はとても重要な大会になります。そこで結果を残すために継続的に行っているのが世界の強豪国に勝ち抜いていくための体づくりです。日々のトレーニングはもちろんのこと、栄養面、休養面な



どすべてにおいてより強くなれるよう意識して取り組んでいます。日本代表合宿期間では、ヨーロッパへの海外遠征で世界の強豪国とのトレーニングマッチを重ねながらレベルアップを図っています。

18歳の時に夢として抱いていたオリンピックが、今はオリンピックに出場してメダルを獲るという目標に変わりました。そのオリンピックが1年後と迫った今、ワクワクする気持ちでいっぱいです。強い憧れを抱いていたオリンピックという特別な舞台で自分自身が最高の輝きを発揮できるように、また、いつも支えてくださる周囲への感謝の気持ちを忘れることなくこれからの1年間を悔いのないように過ごしていきます。これからも温かいご声援をよろしくお願いいたします。

# スポーツのすすめ



©KAMATAMARE SANUKI

## 「スポーツとカマタマール讃岐の役割」

カマタマール讃岐

監督

上村 健一

今日の生活環境は、日々大きく変化しています。利便性の向上、情報

化社会の進展、労働形態の変化などにより便利で快適な生活ができるようになった反面、それらのことは運動不足やストレスの増加につながり、人々の健康を脅かしています。

また、自由時間の増大や高齢化の進展は、明るく健康な生活への意識・関心を高め、人々は以前にも増して、健康で明るく豊かな生活を強く求めるようになってきました。

子どもたちにおいては、学校週5日制により、自由時間が増大したにもかかわらず、体を動かす機会の減少や生活習慣の乱れから、体格の向上に相反して、体力・運動能力が低下しているという現状が明らかになりました。

体力は、子どもたちが豊かな人間性を培い、自ら学び、自ら考える、といった「生きる力」「能動的な学び」を身に付ける上で、極めて重要な要素であり、体力の向上は、次代を担う子どもたちの心身の健全な発

育・発達のため、社会全体で取り組まなければならない大きな課題です。

また65歳以上の高齢人口の比率を示す高齢化率は年々高まっています。

これら多くの課題を抱える現代社会において、わたしたちが、それぞれの年齢や体力、目的に応じて、主体的にスポーツに親しむことは、明るく元気にいきいきとした生活を送る上で、極めて大きな意義を持つているものと考えられます。

わたしたちは、スポーツに親しむことによって、体を動かすという人間の本源的な欲求の充足を図るとともに爽快感・達成感・他者との連帯感等、精神的な充足も図り、更には、体力の向上・ストレスの発散・生活習慣病の予防など、心身両面にわたる健康の保持増進に大きな効果を得ています。

また、スポーツには、人間の可能性の極限を追求する営みという意義もあり、競技スポーツに打ち込む選手のみならず、競技スポーツに打ち込む選手の手のみならず、クラフ・ファン・サポ



人々のスポーツへの関心を高め、夢や感動を与えるなど、活力ある健全な社会の形成にも大きく貢献するものです。

その中で、カマタマール讃岐は多くの役割があると考えます。

積極的にスポーツイベントに参加することや、幼稚園などに巡回訪問し、一緒にサッカーやスポーツを行い、青少年の心身の健全な発達を促し、自己責任、克己心やフェアプレーの精神を培うとともに、仲間や指導者との交流を通じて、青少年のコミュニケーション能力を育成し、豊かな心と他人に対する思いやりの心を育めるよう寄与します。

カマタマール讃岐のホームゲームが週末のレジャーとなり、地域コミュニティの場となりスタジアムに来て頂いた人々が交流を深めていくことは、住民相互の新たな連携を促進するとともに、クラフ・ファン・サポ

ターがJ2昇格という1つの目標に向かい、ともに努力し達成感を味わうことや、地域に誇りと愛着を感じることなどにより、地域の一体感や活力の醸成につながります。

日本で一番面積の小さい香川県が、日本一元気な活気のある県になれるように、スポーツを通じてカマタマール讃岐が中心となり、様々な活動を行っていききたいと思えます。是非とも、スタジアムに足を運んで頂き、選手の一生懸命なプレーを応援してもらい、シーズンの最後には、皆様とJ2昇格の喜びと感動を共有しましょう！



©KAMATAMARE SANUKI

## みんなで楽しく 卓球バレーをー!



香川県卓球バレー協会  
指導員  
鈴木日出子

卓球バレーは「卓球」と「バレーボール」を融合したユニバーサルスポーツです。

筋ジストロフィー症児のため大阪で始められ、2008年に大分で開催された「第8回全国障害者スポーツ大会」において初めてオープン種目として実施されて以降、「全国障害者スポーツ大会」でオープン種目として実施されています。

1チーム6人、両チーム12人が卓球台を囲みかまぼこ板のような木製のラケットで転がると音がするサウンドテーブルテニス用のボールを打ち合います。サウンドテーブルテニス用のボールを使用するのは視覚に障害がある方も一緒に楽しめるための工夫です。

卓球台の中央には卓球同様ネットを張りますがネットの下と卓球台には6センチほどの隙間があります。打ったボールはネットの上を越してはならずネットと卓球台の隙間にボールを転がします。ルールは基本的に3回で返す、ネットに触れないなどバレーボールに準じています。

卓球やバレーボールと大きく違うところは、参加者のお尻がイスや車イスから離れたり、イスを動かすると反則となります。下肢が不自由で立ち上がることができない方への配慮です。

特に視覚障がいや重度の障がいのある方を対

象とした種目では「転がす」ことが基本で、障がいの重い方にルールを合わせるというユニバーサルスポーツの原則の一つからです。

昨年、四国では初めて香川県で卓球バレー協会を設立し第11回交流大会を開催しました。

今後、年齢、性別、障がいの有無に関わらずチームで協力し合うことで皆が参加することができ、楽しめる卓球バレーの普及、推進をしていきます。

ユニバーサルスポーツ、アダプテッドスポーツへの取り組みで楽しみを増やすことが健康の秘訣かも知れません。

ぜひ卓球バレーのおもしろさを体験してください。



連絡先 香川県卓球バレー協会 (KWTVA) 事務局

電話 090-8169-3309

(受付時間 9時-22時)

メール kagawa.takkyuvolley.

association@gmail.com

フェイスブック www.facebook.com/

kagawa.takkyu.volley.association

## 「スポーツとは？」



あい・クラブ 指導者  
人材育成コンサルタント  
相原ひとみ

私は幼少時代、授業中に手を上げられない情けない子どもでした。いじめっ子から逃げ回っていたことが一番の思い出です。

そんな私が妹の影響でイヤイヤ卓球を始めました。ヤル気もなく、チームの下の下の選手でしたが「ある考え方」をキッカケに全国優勝してしまうという経験を元に、卓球の指導者となりました。卓球の指導だけでなくバレーボールやサッカーのチーム指導、国語の教員、企業研修や働き方の講演活動、指導者の育成、企業のコンサルタント、ビジネスマシンのカウンセリング、スポーツ選手の保護者カウンセリングもしてきました。長い自己紹介ではありません。なぜ全く違うジャンルのことをいろいろとやっているのか？ということですが、「何をする人ですか？」と聞かれたとき、きつとこう答えるということでした。

『幸せな魔法使いを育成するためです』と。

魔法使いとは

・夢を叶えたり

・できなかったことができるようになったり

・いろんなことが思い通りになる

そうだった①「うまくいく考え方」を持ち②

実践し、③結果を出す、この一連の流れをルー

ティンにしている人、のことです。このルーティンによってスポーツだけでなく様々なことがうまくいくのです。

いろんな形の「うまくいく体験」や「目標達成」を通じて、満足感や充実感、自信などを得ることで、1年のうち8割くらいが「なんだか楽しいことが多い」となってくればいいのです。

大会優勝など、そんなに大きな成功体験でなくても日常の練習の中で、入らなかったボールが急に入るようになるという体験は「考え方やイメージ」によって簡単にできてしまいます。出来ない理由が「技術力」だと思っている人が、練習しなくても「イメージ」を変えただけで出来るようになると、それこそ魔法にかかったような表情になります。決して運動能力、特別な賢さが必要なわけではなく、誰もが感じられる日常的な成功体験。スポーツにおいて最も重要な「目的」がここにあると思っています。

この成功体験を通じて「なんだか楽しいことが多い」人生にしてほしい。

指導者の中に、この「想い」さえあれば、この「目的」さえ明確であれば、それがスポーツをする側に伝わりさえしていれば、厳しさや叱られた意味も理解でき、乗り越えられるであろうし、仲間たちや指導者との絆も深くなっていくと思っています。

近年の体罰問題などを考えるとき、スポーツをする深い意味を今一度、考え直す時期に来ているのではないかと思います。

近

## 東かがわ市

### ソフトボールを通じた 交流の広がり

東かがわ市では、平成27年度より毎年市ソフトボール連盟が主体となり「東かがわ市ソフトボール交流国際親善大会」を開催しています。その交流の繋がりが、昨年10月に日本で初めてとなる「東アジアマスターズ2018」が東かがわ市で開催されました。マスターズ大会ですので、男性は40歳以上、女性は35歳以上でチーム編成されています。東アジアから香港、タイ、マレーシア、ブルネイ、インドネシア、シンガポール、日本を含め7カ国200名余りの選手が一堂に会し、開会式を含め4日間の白熱した試合が繰り広げられました。選手は各国の元代表選手をはじめとしたベテラン揃いで、交流の中にも国を背負った意気込みが感じられました。今大会で男子は香港、女子は日本がそれぞれ優勝を飾り、大会に幕をおろしました。

会場では「おもてなし」として、うどん県ご当地グルメのうどん販売を行いました。試合の合間を縫って市内小学生と「カローリング」で交流するなど、「プライベートでもまた来たい」という声も多

く聞かれ、東かがわ市の魅力を十分に発信することができました。

言葉が通じずとも心が通じるのがスポーツです。これからも東かがわ市ではスポーツを通じ、さらなる国際交流を深めていきたいと考えています。



連絡先 東かがわ市教育委員会

生涯学習課

電話 0879-26-1238

FAX 0879-26-1340

## 琴平町

### 「町民体育祭」

琴平町では、町民のスポーツ活動への参加を促進し、心身の健康を保持増進させるとともに、町民相互の親睦と交流を図ることを目的とし、毎年11月の第一日曜日にヴィスポことひらで町民体育祭を実施しており、今年で32回目となります。

内容としては、毎年固定の競技ばかりではなく、一部は、幅広い年代の方々にご参加いただくため、年別に毎年違う競技を考え、プログラムに取り入れています。その他にも、小中学生による「校区対抗綱引き」や幼稚園児による「かけっこ」、「障害物競走」といった、町内の学校や幼稚園にご協力いただきながら継続している競技も実施しています。

また、近年では、香川オリブガイナーズの選手をお招きし、遠投などのパフォーマンスで盛り上げていただいております。

今後多くの方に参加していただくため、関係各所と協力しながらより良いものにしていきたいと思っています。



連絡先 琴平町教育委員会生涯教育課

電話 0877-75-6716

FAX 0877-75-4120

# かがわのスポーツ・レクリエーション

## 第30回県民スポーツ・レクリエーション祭を開催します!!

だれもが気軽に、それぞれの年齢や体力、目的にあわせてスポーツ・レクリエーション活動を楽しみ、これを契機に、県民の皆さんが健康で豊かなスポーツライフを送れることを目的として、今年も県民スポレク祭を開催します。



開会式での選手宣誓

### 《ふれあいスポレク広場》

11月17日（日）にサンポート高松で行われる自由参加の体験コーナーです。  
参加無料です。景品がもらえるスタンプラリーも実施します。

No	種目名	No	種目名
1	いきいきらくらく3B体操	11	パークゴルフ
2	ステップ21楽しく・エクサ	12	スポーツウエルネス吹矢体験
3	キンボールスポーツ	13	車椅子レクダンス体験コーナー
4	ニュースポーツ・レクリエーション	14	ボールルームダンス
5	レク式体力チェック	15	導引養生功体験
6	竹とんぼ教室	16	スナッグゴルフ
7	車いすに乗ってスポーツを体験しよう	17	香川プロスポーツ
8	釜揚げうどん体験	18	讃岐っ子チャレンジ大会
9	体力テスト	19	各団体啓発ブース
10	健康相談		

### 《レクリエーション大会》

11月17日（日）にサンポート高松とその周辺で行われるレクリエーション3種目です。  
当日申込も受け付けます。

No	種目名
1	オリエンテーリング
2	ファミリーサイクリング
3	ウォーキング



讃岐っ子チャレンジ大会も  
同時開催!



ステージイベントの様子

## ステージイベント出演者募集!



サンポート高松 多目的広場 石のステージで行う（雨天の場合は、デックスガレリア）ステージイベントの出演者を大募集します。ダンス、大道芸、伝統芸能等、この機会にあなたの自慢のパフォーマンスを披露してみませんか？

観客の皆さんと共に楽しめる素敵な企画をお待ちしています。

※詳しくは、7月中旬にホームページ「かがわスポーツ情報ネット」に掲載する募集案内で確認してください。

# かがわのスポーツ・レクリエーション

## 《スポーツ大会》

9・10月を中心に実施します。団体に登録してなくても参加できます。  
家族や友だちを誘って、スポーツで心地良い汗を流しましょう!!



No	種目名	会場	期日
1	グラウンド・ゴルフ	さぬき空港公園	8/3(土)
		高松市東部運動公園	9/4(水)
		瀬戸大橋記念公園	10/11(金)
2	ママさんバレーボール	飯山総合運動公園体育館 他1会場	6/16(日)
3	インディアカ	飯山総合運動公園体育館	8/25(日)
4	ホッケー	三菱ケミカル坂出人工芝グラウンド	9/1(土)
5	ボウリング	太洋ボウル	
6	パドルテニス	高松市香川総合体育館	
7	卓球バレー	宇多津北小学校体育館	
8	ふうせんバレーボール	宇多津北小学校体育館	
9	ペタンク	坂出市番の州多目的広場	9/3(火)
10	ソフトボール(壮年、女子)	丸亀市土器川公園ソフトボール場	9/8(日)
11	ターゲット・バードゴルフ	瀬戸大橋記念公園	
12	実年者バレーボール	志度東体育館 他2会場	
13	親子バドミントン	坂出市立体育館	9/14(土)
14	ボッチャ	かがわ総合リハビリテーション福祉センター体育館	9/16(月)
15	ゲートボール	さぬき空港公園	9/18(水)
16	ソフトバレーボール	とらまるてびくろ体育館	9/22(日)
17	バウンドテニス	大野原会館アリーナ	
18	ミニテニス	高松市立香南中学校体育館	
19	キッズサッカー	瀬戸大橋記念公園	9/23(月)
20	年齢別ラージボール卓球	三豊市総合体育館	9/29(日)
21	クレー射撃	高松国際射撃場	
22	エアロビック	県青年センター体育館	10/13(日)
23	合気道	県立武道館	10/20(日)
24	男女綱引	高松丸亀町商店街壱番街前ドーム広場	11/3(日)
25	マウンテンバイク	未定	未定
26	3×3バスケットボール	ツインパル長尾(予定)	未定

## 《参加申込み》

スポーツ大会、レクリエーション大会は、要項に従ってそれぞれの主管団体へお申込ください。実施要項及び参加申込書は、7月上旬頃、県立体育施設や各市町教育委員会などに配布の予定です。

(6月開催のスポーツ大会については、5月下旬頃配布)

また、「かがわスポーツ情報ネット」ホームページからもダウンロードできるようになります。

多くの方の参加をお待ちしています!

〈詳しくは〉

県教育委員会事務局保健体育課生涯スポーツ担当まで

TEL 087-832-3762

FAX 087-806-0235

かがわスポーツ情報ネット <http://www.pref.kagawa.jp/sportsnet/>

うどんツルツル!  
スポーツスルスル!





## 総合型地域スポーツクラブ 「むれスポーツクラブ」

むれスポーツクラブは、平成18年

3月19日に設立。高松市との合併で「むれスポーツレッシュ財団」を引き継ぐ形で、新たな組織をつくり、会員を募集し、初年度は37の教室と25の交流大会と、いつでもだれでも参加できる4種目の計画をたて、事業を進めていきました。町民の皆さんの協力もあって、設立一年目は、1800人を超える人たちが会員になってくれました。

### ●設立から13年目

現在の会員数は、平成30年度836人で、1イベントと31の教室と20の交流大会といつでもだれでも参加できる2種目で行っています。

現在、会員数は減りましたが総合型地域スポーツクラブとして地域に根付いてきたように思います。

### ●設立から12年

設立から12年間いろいろなことがありましたが、クラブの運営委員と会員が協力してクラブ運営を行った結果、10年目からは、収入が支出を

上回るようになって安定したクラブ運営ができるようになってきています。これからも会員の皆様の声を取り入れて、様々なニーズに対応していきたいと思っています。

### ●特徴のある事業

むれスポーツクラブでは、年一回のイベントとして、「いつでもどこでもだれでも」が参加できる「元気なるうらやまむれ」を開催しています。内容は、クラブのイベント実行委員会を中心となって企画をし、各専門委員が協力して内容を決めて開催します。昨年度は、いろいろなスポーツ体験コーナーに、おもしろチャレンジコーナー（各種ミニゲームにジャグリング等）、風船いっぱいキッズコーナー等々、ジュニアから、シニアまで、個人・家族・団体・グループなど、どんな方でも、いつ来ていただいても、存分に楽しめるようなイベントです。地域の自治会、コミュニティ、近くの大学生などとも協力して行っています。今年は、10月27日（日）開催予定です。

### ●教室の充実

ここ何年間は、子どもの教室と年配者の教室に力を入れています。

子どもの教室は、年間を通じて行う「ジュニアトランポリン」「ACC（アクティブチャイルドクラブ）」「ボールクラブ」「フットサルスクール」を行い、夏休みに5回だけトランポリン教室を行っています。

年配者の教室は、年間を通じて行う「テニス教室」「ノルディック・ポールウォーキング」「3B体操」「フィットネス」を行っています。いつでもだれでも教室は「トランポリン」「卓球」を行っています。

これからも、会員の皆様からの声を聴き、皆さんが参加できるように教室を企画していきたいと思っています。



### ●今後

むれスポーツクラブでは、「つくるう、みんなで元気なまちを」というクラブのスローガンのように、「いつでもどこでもだれでも」が参加できるスポーツを行い、元気なまち

をつくっていききたいと思っています。



連絡先 むれスポーツクラブ事務局

(牟礼総合体育館内)

住所 高松市牟礼町牟礼152-10

電話・FAX 087-887-5081

メールアドレス

nure-sportsclub@mb.pikara.ne.jp

ホームページ

<http://www.pikara.ne.jp/nure-sportsclub>



# かがわのスポーツ・インフォメーション

2019年度  
生涯スポーツ指導者  
養成講座

この講座は、スポーツに関する理論と実技についての研修を深め、県民のスポーツニーズに適切に対応できる指導者の育成をめざしています。

スポーツに興味があり、スポーツ指導者を志す方々の参加を募ります。また、公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツリーダー資格の取得が可能です。(条件4回〜6回の講義を受講・認定試験に合格・18歳以上・テキスト代、認定料有料)

主催 香川県教育委員会  
受講料 無料  
申込・問合せ先

香川県教育委員会事務局保健体育課  
スポーツグループ

☎087-832-3762(直通)



昨年度の一コマ  
障がいのある方とスポーツ

回	日時	場所	内容
1	6月23日(日) 9:30~16:00	県青年センター	(実技) レクリエーション活動 有酸素運動&レジスタンス運動
2	6月30日(日) 9:30~15:30	県青年センター	(実技) トレーニング実技 障がいのある方とスポーツ
3	7月7日(日) 9:30~15:30	県青年センター	(実技) やさしいテーピング法 救急法(心肺蘇生法・AED講習)
4	9月1日(日) 9:30~16:30	県青年センター	(講義) トレーニング論I・スポーツと栄養 スポーツ指導者に必要な医学的知識I
5	9月15日(日) 9:30~15:30	県青年センター	(講義) 指導者の役割I 文化としてのスポーツ 地域におけるスポーツ振興
6	9月22日(日) 9:00~15:30	県教育センター	(講義) ジュニア期のスポーツ・指導計画と安全管理 安全と保障について (資格認定試験は15:00~16:00)

平成30年度かがわ  
ドリームスポーツ教室  
(テニス)開催!

将来、オリンピックなどの国際大会に出場し活躍できる香川県出身選手を育てることを目的とした「かがわドリームスポーツ教室」が2月17日(日)に開催されました。

テニスプレーヤーの伊達公子さんを講師に招き、サンポートホール高松でトークショー、屋島テニスクラブでテニス教室を行いました。

午前のトークショーでは、スポーツに取り組み子どもや保護者ら約300名が参加し、伊達さんが自身の経験談を交えながらトップアスリートの条件として勝利への執着心が大切なこと、長所を伸ばす指導が大切であることなどについて語られ、指導者や子どもたちにエールを送りました。

午後のテニス教室では、小学生約



90名が参加し、一人ひとりのフォームを見ながらアドバイスをしてもらいました。参加した児童は、伊達さんの熱心な指導に伝えようと元気よく活動し、技術のコツを学びながらテニスの楽しさを味わいました。

2019年度  
キャンプ指導者養成  
講習会参加者募集

自然の中で楽しく安全に活動するためのキャンプ知識を学ぶとともに、「キャンプ指導者」を養成する講習会です。

日本キャンプ協会公認のキャンプインストラクター資格が取得できます。

【期 日】 9月21日10時(受付)  
9月23日16時30分 (18歳以上)

【場 所】 五色台少年自然センター  
(高松市生島町)

【定 員】 20名程度

【参加費】 15000円

(学生12000円)

【申込受付】 8月17日22時まで

【問合せ先】 香川県キャンプ協会

事務局 寺嶋

090-8697-5216

スーパー讃岐っ子育成プログラム

事業開始10年目となる平成30年度は、新しく4年生(10期生24名)と、5年生(9期生13名)が選考され、3学年で計92名(6年生32名・5年生36名・4年生24名)で活動しました。

6年生(8期生)は多くの競技体験を、5年生(9期生)は基礎能力の伸長プログラムから競技体験への移行を、4年生(10期生)は身体やコミュニケーションなどの基礎能力を伸長させることをねらいとしたプログラムを実施しました。

また、子どもたちをサポートする保護者の方も、スポーツ障害、栄養学などの講義を受講していただきました。今後もトップアスリートを目指す活動を継続していきます。

	前期(4月~7月)	後期(10月~3月)
4年生(10期生)プログラム9回	募集・書類選考・最終実技選考	認定証交付式 身体・コミュニケーション能力I 基礎能力育成I 競技体験:マイスポーツ発見プログラム、ピッチストライドテスト、測定会、保護者プログラム
5年生(9期生)プログラム17回	身体・コミュニケーション・基礎能力育成II 競技体験:陸上競技、ポートトランポリン、ボウリング、飛込、四国交流プログラム 保護者プログラム	認定証交付式 身体・コミュニケーション能力II 競技体験:陸上競技、ボルダリング、ピッチストライドテスト、ラグビー、銃剣道、なぎなた、スケート、測定会
6年生(8期生)プログラム17回	身体・コミュニケーション能力III 競技体験:ライフル射撃、陸上競技、ハンドボール、水球、カヌー 保護者プログラム	競技体験:フェンシング、レスリング、ボクシング、なぎなた、ホッケー、アーチェリー、ウエイトリフティング、パスウエイトライアウト、測定会 修了式



6年生(8期生)修了式

6年生(8期生)が3月17日に修了式を迎え、県教育委員会渡邊理事から修了証が手渡されました。理事からは、「スーパー讃岐っ子としての自信と誇りを胸に努力を積み重ね、本県、さらには日本を代表するトップアスリートに育っていかれることを期待しています。」と送別のことが述べられました。また、修了生を代表して大塚柁星くんが、「貴重な経験を一緒に過ごせた8期生の仲間と、毎回送迎してくれた親への感謝の気持ちを忘れず、これからも本物のアスリートに成長できるよう努力し、将来オリンピックで活躍できる選手になることを目標に頑張ります。」と旅立ちのことが述べられました。



令和元年度からは「スーパー讃岐っ子シニア事業(中学生)」のタレント生として、共通プログラムや専門的競技クラブ(アカデミー)への参加をサポートし、それぞれの競技でより良い成績を残せるように見守っていきたいと思います。

スポーツ体験プログラム

小学校3・4年生の約150名が、走・投の基礎動作を中心に計4回のプログラムに参加しました。

各競技の専門の指導者から実技指導を受けたほか、マイスポーツ発見プログラムにおいては、ラグビー・フェンシング・銃剣道などこれまで体験したことのない競技を体験することができました。普段の学校・家庭生活で経験できないことを体験し、運動に取り組むよいきっかけづくりとなりました。

回	月	日	曜日	会場	内容・講師
1	10	6	土	Pikaraスタジアム	走動作(香川陸上競技協会)
2	11	24	土	Pikaraスタジアム	投動作(香川県小学校体育連盟) 保護者プログラム(栄養学) 四国学院大学 副学長 漆原光徳 氏
3	12	1	土	丸亀市民体育館	マイスポーツ発見プログラム(各競技団体)
4	1	6	日	Pikaraスタジアム	球技(カマタマーレ讃岐)



## つなげています スポーツへの想い

スポーツくじの収益は、  
日本のスポーツを育てるために  
使われています。

