

# みんなで楽しくスポーツを

No. 265 2012年2月



山口国体ライフル射撃競技  
優勝 堀水宏次郎選手（中央）



マイスポーツ発見プログラム  
H23 .11 .19（丸亀市民体育館）

## 笑顔 + 元気 = スポーツ



第22回県民スポレク祭  
H23 .10 .30（瀬戸大橋記念公園）



スポーツのすすめ  
なでしこジャパン

ゴールキーパーコーチ 前田信弘  
スポーツリーダーバンク登録指導者の声  
漆川美智子、新池保雄、安藤幹夫  
わが町のスポーツ自慢  
善通寺市、小豆島町  
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

## 『なでしこJAPAN 世界への軌跡』



なでしこジャパン

ゴールキーパーコーチ 前田 信 弘

何故「なでしこ」のゴールキーパーコーチになったか

私は香川県出身で丸亀東中学に入学した。そこで入ったサッカー部には厳しい先生がいた。そこでは先生にしかられないようにするにはどうすればよいか常に考えた(笑)。次に進学した丸亀高校のサッカー部では、自分がどうすればうまくなれるか、チームが強くなるかを考える下地ができた。その後進んだ京都の大学では上下関係がなく自由なサッカー部であり、自分で考えて何事にも取り組まなければならぬ環境であった。このように、自分で考える癖がついたことがコーチになるための大きな要素になったのではないかと思う。

その後プロの世界に進んだが1年目はヴェルディ川崎であった。その女子チームには澤がいた。グラウンドも、クラブハウスも同じ敷地にありいろいろどころで出

会っていた。そのときから彼女は本当にサッカーがうまく大好きな選手であった。

日本でのプロ生活を終えた後、シンガポールのチームに加わった私は、既にコーチの資格を取っていたということもあり、そのチームでは、選手をやりながらコーチもすることとなり、自然と引退後にコーチになる道が開けていった。中学、高校、大学、プロ、コーチと自然の流れで来て、自分で決断する機会があまりなかったが、大きな転機は、帰国後2年目である。シンガポールでいたときの監督が日本に帰って女子代表の監督になり、その縁で一緒にやらないかと誘ってくれた。そのとき私はアルビレックス新潟の育成コーチになっていた。育成コーチであれば、ある程度生活が安定している結果が求められる「なでしこ」のコーチになることは大きなチャレンジだった。

「なでしこ」強さの秘密

目標設定が大事である。チーム全体が世界一を目指し、意識することが、またそれに向かつて努力することが大切である。それは練習においてだけでなく、ピッチの外でも言えることであり選手は自己管理が徹底してできている。栄養、休養を十分に取ることや、自分で自分のメンテナンスをすることが大切であると考えている。

決勝のアメリカ戦で見事なセーブを見せ大活躍した海堀選手が、インタビュを受けたとき「他の選手に感謝している」と答えていた。そのときは、海堀選手も成長したと感心した。しかし、コーチである私への感謝の言葉は出てこなかった(笑)。それは残念な一方ある意味私の指導が成功したとも思っている。海堀選手が私に「やらされている」と感じていない(統制されていない)から、私への感謝の言葉より選手同士への感謝へと表れたのではないかと。選手は自分で判断し決定することが大事だと思っている。これらの点は海外のチームも心がけていることだがその多くの点で、「なでしこ」が他のチームを、少しずつ上回っていたために優勝することができたのではないだろうか。また、今大会では、震災の映像

を試合前のミーティングで選手に見せている。

東北と関わりがある者もあり、選手たちはいろいろな思いを持ってピッチに立っていたと思う。

スポーツの素晴らしさ(する・みる・ささえるスポーツ)

ワールドカップでウエルカムセレモニーと呼ばれたとき、ボランティアの人も選手と同じ壇上に上げて、敬意を表していた。また、ドイツの大会にスイスからボランティアが参加していて驚かされた。急な練習が必要になることもあったが、その度に、警備、輸送、グラウンド管理などいろいろな人に動いてもらった。そんな中で急に無理を言ったにもかかわらず、今日はいい練習ができたか」とグラウンドキーパーから言われたのは感動した。

スポーツには、競技スポーツ以外にも、健康のためのスポーツ、また生涯スポーツもある。また、自身でする以外にも、スポーツをみることや、ボランティアなどで支える楽しみもある。そのためには、地域や学校、行政との連携が必要であり、地域に指導者を確保し、複数のスポーツに親しめる環境の整備が必要である。(平成23年度かがわ度生涯スポーツフォーラムより)

# スポーツリーダーバンク登録指導者の声

## リーダーバンクはまぼろしか？



テニス上級指導員  
ジュニアスポーツ指導員  
高松市 漆川美智子

日本体育協会公認指導者として、30年が経ちました。その間リーダーバンク制度に登録し、活動をお願いを頂いたのは2町のみでした。それは登録初期でその後はまったく皆無です。最初は木田郡三木町からテニス教室の依頼でした。教室終了後は自分達でグループを作り、10年を超え現在も続いておりません。月1回のレッスンをサポートさせてもらい、トップが交代しても信頼と協力で続いています。なぜ、この制度が広く、多く利用されないのでしょうか？きちんとしたリーダーバンクの整備と広報が行われなかったと考えられます。行政だけでなく指導者自身が資格取得を出発点として、常に勉強を怠らず受講者に伝える義務を遂行する責任が薄れている現状が残念です。若い指導者ほど創意工夫がないのはなぜでしょう。指導にも謙虚さが必要です。指導対象

者とのコミュニケーションを大切にしましょう。私の指導対象はシニアグループ（何と91歳の方も中心メンバーとして活躍中）と少年団（小学生から高校生）、7名のコーチと共にみなさんの成長を楽しみにしております。心にゆとりを持って、鳥の目・虫の目・魚の目に!!

## 人間らしく健康に



県国際竹とんぼ協会 会長  
坂出市 新池 保雄

作って遊ぶ、類人猿でも道具を使います。「工作」と「耕作」をするのは人類だけです。私の作る竹とんぼは約三十年前に秋岡芳夫先生により創られたものです。その後全国各地の同胞の頭脳、技術によって多種多様な作品に発展し性能も格段に進歩しています。青空の下力いっぱい天空高く飛ばすのは非常に気持ちのいいものです。私は「まんのう公園生態園」で「竹細工をしよう」を担当しています。子どもさんから日頃運動する機会の少なくなった成人・熟年

まで興味ある作品をと多種多様な作品を提示しています。作品の例「水鉄砲・ウグイス笛・ひっくりかえる・貯金箱・竹馬・缶（竹）下駄・からくりおもちゃ・マジックアート・知恵の輪・その他参加者のアイデアで創る作品など。」自分で作った竹馬に乗れなくてペソをかくお父さん、やがて昔の感覚を取り戻しケンケン（片足跳び）をして得意満面な人、又、竹とんぼ、紙飛行機を飛ばし、こま回しに興じる等、自分で作った道具で楽しく遊び人生を楽しみましよう。

## 70歳の現役活動家



NPO法人顧問  
健康家族友の会会長  
三豊市 安藤 幹夫

私は平成24年4月6日で満70歳を迎えますが、午年生まれのピンピン生涯青年と自負しています。大好きなゴルフも今年度ワールドマークよりプレー出来るバリバリの元氣者？私を知る方々がそう言っています。

二十数年前日本は高度成長、世

界一の長寿大国と言われていました。しかし何と寝たきりの老人の多いこと、何と介護を必要とする老人の多いこと、年々老人医療費の増加等危機感が増す中（寝たきり0作戦）展開に取り組み「健康家族友の会」死ぬまで健康ピンピンで死ぬ時はコロリをスローガンに取り組んで参りました。取り組む以上は先ず自分が率先垂範取り組みだことをご紹介したいと思えます。（限られた紙面の都合で項目しかお知らせできません。）いるるなスポーツやレクリエーションを楽しめる為の基本中の基本です。

「心と健康」「運動と栄養」「栄養と休養」

- 一 毎日の三度の食事のバランス
- 二 50歳以後の無理、無駄、ムラ  
の排除と正しい行動
- 三 最低限の動作トレーニングの  
持続ある訓練

- ① 身体機能の向上
- ② 身体効率の向上
- ③ 身体力の抜き方
- ④ 正しい階段の上がり方下がり  
方
- ⑤ 正しい荷物を持ち上げ方

以上の三項目個々に工夫して取り組んでください。

# わが町のスポーツ自慢

## 善通寺市

### 『三二八十八ヶ所めぐり』

弘法大師誕生所である総本山善通寺の裏山、香色山中腹に、善通寺三二八十八ヶ所があります。これは、寛政十年（1798年）に個人が完成させ、後に市に寄進されたものです。

四季折々に咲く花など季節感を楽しみながら、木漏れ日の中を歩くコースには、四国八十八ヶ所になぞらえた1番から88番まで88体の石仏があります。石仏を拝みながらゆつくり一周16kmを、好きな時間にマイペースで30〜40分かけて回ります。

善通寺市では、昭和50年から当時の市長の提唱により、高齢者の健康保持を目的として、三二八十八ヶ所めぐり事業を実施しています。この事業は、体力づくりの励みの為に希望者に「集印手帳」を配布し、1日一回コースを回り、第1番札所前に設置したスタンプを自身で押印していくものです。千日以上達成者には、毎年2回市長表彰を実施しています。現在、登録者は約1500人で、最高達成者は1万2千日です。一年350日歩いたとしても34年以上継続している計算になります。広くこの事業を周知し、健康づ

くりの為に多くの人に歩いてもらいたいと、毎年6月15日と12月15日の早朝に、千日以上達成者の表彰に併せ「体験してみん会」を実施しています。市内外を問わず参加できますので、是非体験してみてください。



連絡先 善通寺市教育委員会生涯学習課  
電話 0877 63 6328

## 小豆島町

### 『小豆島町少年少女マラソン大会』

小豆島町では、小豆島町スポーツ推進委員会と小豆島東ライオン

ズクラブと共催で、平成18年度から少年少女の体力づくり・健康づくりへの関心を高めるとともに、町内小学生相互の交流を図ることを目的に、毎年「小豆島町少年少女マラソン大会」を開催しています。

この大会は、町内の小学生を対象に、内海総合運動公園を1・2年生は630m（1周）、3・4年生は700m（1周）、5・6年生は1340m（2周）周回するものです。



平成19年度からは、走るのが苦手の子でも、自分のペースで目標に向かって走れるよう「宣言タイムの部」も導入しました。近年、マラソン・駅伝等に関し

では、町内中学校・高校が県大会・全国大会において、大健闘をみせ、また、小豆島においては、毎年12月の第1日曜日に「小豆島駅伝競走大会」が開催されております。

昨年で52回目を迎えた伝統のある大会で、島内42チームが参加しました。

このマラソン大会への参加を機に、スポーツへの関心を高め、肉体的にも精神的にも強い子になつてもらえたら幸いに思っております。



連絡先 小豆島町教育委員会社会教育課  
電話 0879 82 7015

# かがわのスポーツ・インフォメーション

スポーツで広めよう!  
人の和、地域の輪、健康の話!

## 平成23年度かがわ 生涯スポーツフォーラム 盛大に開催!



子どもから高齢者まで誰もがいつでも参加できる総合型地域スポーツクラブの在り方を考える平成23年度かがわ生涯スポーツフォーラムが、12月18日(日)三木町文化交流プラザにおいて講演とシンポジウム、教室体験の三部構成で県内のスポーツ関係者約250名が参加して開催されました。

講演は、なでしこジャパンゴールキーパーコーチの前田信弘氏を講師にお迎えし、「なでしこJAPAN 世界一への軌跡」と題してご講演いただきました。

(巻頭にて詳細) シンポジウムでは、富山県で多くの総合型クラブの設立に携われた、富山県サッカー協会の南木恵一氏を

コーディネーターに「スポーツをサポーツする」地域のためにできること」と題してシンポジウムを行い、シンポジストとして参加された、住谷氏(カマタマーレ讃岐代表取締役社長) 落合氏(むれ



スポーツクラブクラブマネジャー(兼事務局長) 與田氏(ふれあい一番地クラブマネジャー)からは、スポーツを支えることの意義や課題、今後の夢について意見が交わされました。南木氏は、「10年前に小学生でクラブに入った子どもも、高校生、大学生になりアスリートとして活躍するようになる。そうした人材をクラブで受け入れるのが「好循環」であり、今後クラブが目指すべき方向である。また、50年ぶりに成立したスポーツ基本法では、「スポーツ文化」の確立のためには地域の人材の連携、協働が必要とされており、スポーツ推進委員など地域のコーディネーターへの期待が高まっている」とまとめられました。

教室体験では、NPO法人ELF丸亀でヒップホップダンスを指導している田中氏から高齢者でも気軽にできるダンス紹介もありました。

また、とらまるクラブONLY ONEからは、カンファ教室の紹介があり、担当している金森氏から会場参加者へ呼吸法の指導を行いました。



## 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、1月15日(日)に閉講しました。

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、11月～1月にかけての3日間の日程で行われました。

修了された19名の皆様、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。



3	2	1	平成23年度講義内容
実践事例(栗林スポーツクラブ) 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	実践事例(NPO法人ELF丸亀) 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法人ソシオ成岩スポーツクラブ) マネジングディレクター 榎原 孝彦	地域スポーツクラブとは 地域スポーツクラブの現状 高知県立大学文化学部 教授 清原 泰治

## 今年度修了された皆様

- 高松市 由淵 聖
- 坂出市 中嶋 昌代
- 善通寺市 太田 恵子
- 三豊市 梶 良成 小出 昌浩
- 藤原登喜男 宮武 幸伸
- 宇多津町 重川つやこ
- 綾川町 橋本 文弥
- 岡山県 明石 幸子 安達 千恵
- 奇峯 正二
- 高知県 石川 正人 田井 匡人
- 田辺早由実 浜田 由紀
- 久松麻由子 弘田 和紀
- 福井有里加 (敬称略)

# かがわのスポーツ・インフォメーション

6	5	4	3	2	1	平成23年度内容
スポーツの安全と保障 高松大学 田中 美季 植松 芳美	ジュニア期のスポーツ 指導計画と安全管理 高松大学 田中 美季	指導者の役割 トレーニング論 スポーツと栄養 四国学院大学 漆原 光徳	文化としてのスポーツ 地域におけるスポーツ振興 香川大学 田中 聡 スポーツ指導者に必要な医学的知識 日本体育大学 成田 和穂	救急法 正しいテーピング法 和心堂鍼灸接骨院 大林 武彦 横山 和昌	健康体操 健康運動指導士 森 明美	キンポール 県キンポール連盟 土居 正則 野外活動 県キャンプ協会 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14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28名の方が認定されました。

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14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28名の方が認定されました。



- 高松市 順一  
河崎 小泉いつ子  
中西 塩津 進  
瀬野 優 浩  
東 勇 朝  
丸亀市 四宮 英雄  
善通寺市 吉田 実  
観音寺市 三木町 正博  
秋山 治仁  
田村 晴香  
秋山 (敬称略)



修了おめでとうございます。

## 第24回全国スポーツ・レクリエーション祭 報告

第24回全国スポーツ・レクリエーション祭が、11月5日から8日までの4日間にわたり、「とびつきり栃木でいい汗いい出会い」をスローガンに栃木県宇都宮市の栃木県総合運動公園を中心に、栃木県内12の市町で開催されました。惜しまれながら最後の大会となった今大会は、一般観客を含めて、延べ18万人の参加者を数える盛大な祭典となりました。香川県からは15の競技に総勢130人の選手・監督・スタッフたちが参加し、各種のスポーツ・レクリエーションを楽しみながら、全国の仲間と地域・世代を超えて交流を広げました。



## 第60回記念全国青年大会 報告

第60回記念全国青年大会が、11月11日から14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2200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。香川県からも総勢44名の監督・選手たちが参加し、各種目で健闘しました。主な上位成績入賞は次のとおりです。

写真	種目	成績	チーム・選手名
バレーボール 女子	軟式野球 3位	丸亀クラブ	丸亀市
優秀賞 田井 良典	5位	豊中体協野球 クラブ	三豊市
坂出市			丸亀市



# かがわのスポーツ・インフォメーション

## 「おいでませ！山口国体」 香川県選手団の成績

おいでませ！山口国体 入賞者一覧（3位以上）

順位	競技名	種別	種目	氏名	所属名
優勝	陸上競技	成年男子	棒高跳	荻田 大樹	チームミズノ
	ウエイトリフティング	少年男子	105kg級スナッチ、クリーン&ジャーク、トータル	多田 佳弘	多度津高等学校
	馬術	少年男子	標準障害飛越	大西 徹平	高松市立桜町中学校
	フェンシング	成年男子	エペ	市ヶ谷廣輝 石橋 武 宇山 賢	三本松高等学校 高松赤十字病院 同志社大学
	ライフル射撃	成年男子	10mエア・ピストル60発競技	堀水宏次郎	香川県警察
	カヌー	少年男子	カヌースプリント カヤックペア (500m)	浪越 将幹 明石 寛幸	坂出高等学校 坂出工業高等学校
	カヌー	少年男子	カヌースプリント カヤックシングル (200m)	村上 弘記	高瀬高等学校
2位	アイスホッケー	成年男子	-	香川県	瀬穴吹コミュニティほか
	レスリング	少年男子	グレコローマンスタイル 66kg級	湯田 敬太	高松北高等学校
	レスリング	少年男子	グレコローマンスタイル 70kg級	永井 凌太	香川中央高等学校
	レスリング	少年男子	グレコローマンスタイル 120kg級	三好 佑樹	香川中央高等学校
	ハンドボール	少年女子	-	香川県	高松商業高等学校
	ソフトテニス	少年男子	-	香川県	尽誠学園高等学校
	なぎなた	少年女子	演技	秋山 弥生 大岡 光	琴平高等学校
ゴルフ	成年男子	個人	橋本 龍位	大阪学院大学	
3位	陸上競技	少年男子共通	棒高跳	有明 徹也	観音寺中央高等学校
	水泳	成年女子	200m個人メドレー	高畑 えみ	法政大学
	レスリング	少年男子	96kg級 フリースタイル	黒川 達也	多度津高等学校
	ウエイトリフティング	少年男子	62kg級 スナッチ	石井 一樹	多度津高等学校
	馬術	少年男子	スピードアンドハンディネス	大西 徹平	高松市立桜町中学校
	カヌー	少年男子	カヌースプリント カヤックシングル (500m)	村上 弘記	高瀬高等学校

結集！はちのへ国体

第66回国民体育大会「おいでませ！山口国体」が10月1日(土)から11日(火)まで(一部競技を除く)山口県および広島県で開催されました。

本県からは、34競技(公開競技を含む)に503名の選手団が参加し、18競技75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925点、皇后杯得点431.5点を獲得し、天皇杯順位26位、皇后杯順位35位となりました。



フェンシング競技  
成年男子エペチーム(優勝)

## 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)

### 押しくらまんじゅう鬼

人数に合わせて適当な円を描きます。オニを数名決め、オニは円の外側に出て、それ以外の子は円の中に入ります。子は背を円の中心に向けて集まり、「押しくらまんじゅう、押されて泣くな！」のかけ声のもと、全身を使って背中で押し合います。手は胸の前で組んで行くとよいでしょう。

円のライン近くまで押し出された子をオニはタッチします。タッチされた子はオニとなります。オニにタッチされなくても、ラインから出てしまった子はオニとなります。これらを繰り返して遊びます。

人数が少なくなったら、隣の子と腕を組んで行くとより力が入って押せます。なお、手で突いたり、脚を絡ませたりすると怪我をする恐れがあるので気をつけましょう。



#### 小学校やスポーツクラブでの実施

寒い時期の体育授業の準備運動として適しています。体づくり運動の「力試しの運動(遊び)」として行ってもよいでしょう。

#### 施設の活用

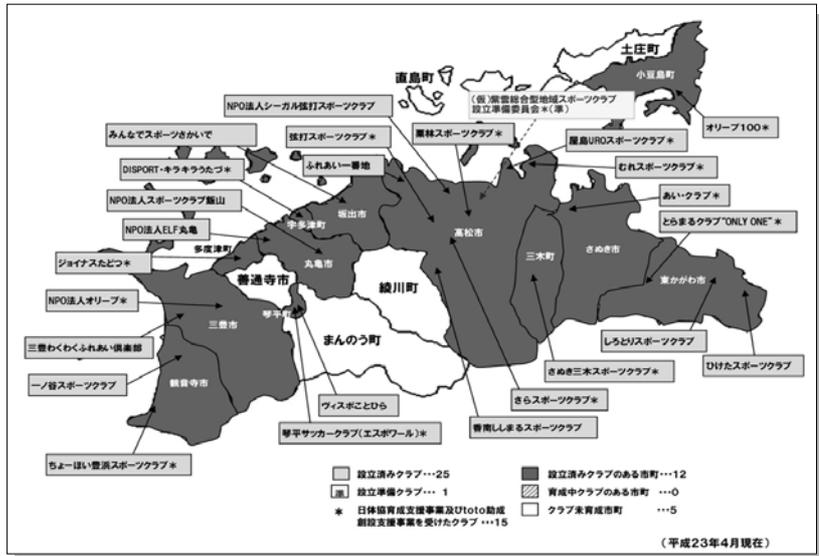
屋内外で行えます。体育館ではバスケットボールのフリースローサークルを用いることができます。

# インフォメーション

## 平成23年度香川県内総合型地域スポーツクラブ育成状況

昨年2月に「みんなでスポーツさかいで」が坂出市に、3月に「ジョイナスたどつ」が多度津町に、それぞれ誕生しました。

現在、香川県内では17市町のうち、12市町に25クラブが設立されています。今年度からは、新たに高松市紫雲中学校校区で「(仮)紫雲総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会」が、toto助成事業を受けて、クラブ設立に向けて動いています。テニスやサッカー、体操のスポーツ指導者を中心に結成された委員会で、現在プレ事業などを通じてニーズ調査に取り組んでいます。



### 県SC連絡協議会とは？

「香川県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会」の略称。クラブ間の情報交換・共有などを目的として、平成21年4月に設立されました。県内の全ての総合型クラブが加盟しています。平成22年以降、講演や実技を内容とした研修会を行っており、クラブ関係者に学びの場や情報共有の機会も提供しています。

## 平成23年度総合型クラブ関係年間事業

平成23年度も、5月の香川県総合型地域スポーツクラブ育成委員会を皮切りに、総合型地域スポーツクラブに関する事業が多数行われました。

月	内 容	主 催
5月	香川県総合型地域スポーツクラブ育成委員会	県保健体育課
6月	香川県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会(以下、県SC連絡協議会)総会	県SC連絡協議会
10月	県SC連絡協議会研修会	県SC連絡協議会 県保健体育課
	第22回県民スポレク祭(ブース出展)	県体協 県SC連絡協議会
11月	四国ブロッククラブミーティング	日本体育協会
	香川県総合型地域スポーツクラブマネジャー養成講習会①	県保健体育課
12月	かがわ生涯スポーツフォーラム	県保健体育課・県体協 県レク協・県スポーツ推進委員連絡協議会
	香川県総合型地域スポーツクラブマネジャー養成講習会②	県保健体育課
1月	香川県総合型地域スポーツクラブマネジャー養成講習会③	県保健体育課

県SC連絡協議会研修会の様子

