

みんなで楽しくスポーツを

No.283 2021年2月



マイスポーツ発見プログラム
(ウエイトリフティング)
R2. 12. 19 (丸亀市民体育館)
講師：県内各競技団体



かがわドリームスポーツ教室(バレーボール)
R2. 10. 24 (善通寺市民体育館)
講師：植田辰哉氏、山本隆弘氏、諸隈直樹氏、
佐野優子氏、狩野舞子氏

人生100年時代 生活の中にスポーツを



生涯スポーツ指導者養成講座(救急法)
講師：日本赤十字社香川県支部
R2. 6. 21 (香川県青年センター)

- オリ・パラ特集
2020年度パラカヌー日本代表
株式会社コロプラ 今井 航一
香川県オリ・パラ教育推進事業
- スポーツのすすめ
香川県エアロビック連盟
会長 塩津 陽子
- スポーツ指導者の声
森 明美、富田 雅志
- わが町のスポーツ自慢
三豊市、三木町
- 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





「人生を創る言葉と 行動を大切に」

2020年度パラカヌー日本代表
株式会社コロプラ 今井 航一

みなさん、こんにちは！今回は、これまでのスポーツ歴、障害者となった理由、パラスポーツを始めることになった経緯、今後の目標などについてお話しさせて頂きたいと思いません。

スポーツと私

子供の頃から現在まで、ずっとスポーツに親しんできたというわけではない私ですが、幼少期から中学卒業まで、そして社会人のときにトータルで15年間、唯一本格的に身を入れてやったのが剣道です。子供の頃、剣道の強い地域に住んでいて、練習はかなりハードなものでした。今の基礎体力は間違いなく、小、中学生時代に培われたものだと感じています。

中学3年生のとき、所属する剣道

部は団体戦で全国3位になったのですが、私自身は2年生の後半から首

のケガなどに悩み、3年生でもレギュラー15人の枠に戻ることができず、その全国大会には2人いる補欠の1人として出場することとなりました。小学生の頃から、その舞台で活躍することを目指して稽古を積んできた私にとって、それは人生で初めて経験する痛恨の出来事でした。

それから8年後、社会人になって初めての赴任地の上司が剣道をしている方だったので、赴任して間もなく道場に連れて行かれ、半ば強制的に再び剣道を始めることになりました。このときは、趣味のレベルではありましたが、平日の仕事終わりや週末に、週5日、大学生、現職の警察官や警視庁OBの方たちと、かなりガッツリ稽古していました。

この社会人時代に4年余り剣道の稽

古をしたおかげで、三段まで取得することができました。振り返ってみると、とても貴重な時間を過ごさせて頂いたなと思います。

そんなスポーツ歴の私ですが、まさか40歳半ばを過ぎて今のようなスポーツ中心の生活をしていようとは、障害者になる以前は、想像すらしていなかったことは言うまでもありません。

身体障害を もつこととなった理由

私は、左足の太もも半分のところを足を切断しています。2013年、左足に原因不明の悪性肉腫（筋肉にできるがん）を発症したことが原因です。がんの告知を受けたとき、がんの浸潤がかなり進んでいました。しかも、悪性肉腫の中でも特殊なタイプのがん細胞で、10年、15年経つと、急に再発というケースもみられるとのことで、主治医からは一刻も早く治療に入ることを強く勧められました。告知を受けてからは、（当時、食品メーカーの営業職に就いていました）抱えていた仕事を片付けるため、そして、今後の受療のことを考えるにあたり、セカンドオピニ

オンを聞くための10日間を過ごした後、足を切断し、化学療法（抗がん剤治療）を受けることを決め、入院生活に入りました。

告知を受けたときは、一瞬血の気が引くような感じもあり、瞬間的にいろんなことが頭を駆け巡りました。しかし、その一方で、これは、いま思い返しても不思議なのですが、主治医の話を聞きながら「もうこれで、解放された」という感覚も持つていました。これから治療に入るという状況なので、全然解放されてはいないのですが、話を聞き終えて診察室を出るときには、「死」という言葉よりも、「さあ、新しい人生を生き直そう！」という言葉のイメージの方が強かったのを覚えています。とはいえ、化学療法は思った以上に過酷でした。それでも、なんとか長い入院生活を終えることができました。そのような経緯で、左足を失い、身体障害者としての生活がスタートしたのです。

パラスポーツとの出会い

障害を負って最初に始めたのは水泳でした。義足生活になることで運動量を減らさないため、体調管理の

ために、一人でできて、一番手軽にできそうな水泳を始めたのです。始めたときから「どうせやるなら、大会にも出てみたいし、良い成績も残したい」と思っていたので、一生懸命泳いでいました。水泳を始めて2年、2015年全国障害者スポーツ大会で、運良く50m自由形で1位、25m自由形で2位になることができました。その後も水泳は続けていましたが、妻が高校時代カヌー部に所属していて、全国大会で入賞したこともあると話してくれたことをあるときふと思い出し、「カヌーに乗ってみたい」と思いました。

初めて乗ったカヌーは、誰でも乗れるレジャー用カヌーでしたが、すぐそばの池で、中学生、高校生が、速そうなスプリントカヌーに乗っているのを見て「あれに乗りたい!」と思ったのが、パラカヌーへの挑戦の始まりでした。

カヌーとの格闘

カヌーを始めはしたものの、簡単には乗れませんでした。左足がないため、身体の左右で6キロの体重差があることも、練習を困難にさせた理由の一つでした。カヌー（カヤック）

ク）は、2017年10月に始めたのですが、真冬の冷たい水に落ちては乗り、落ちては降りながら練習を続けました。「本当に乗れるようになるんだらうか…」と途方に暮れそうになる気持ちとすぐさま打ち消し「必ず乗れるようになる!」と言い聞かせながら…。結局、毎週日曜日だけの練習ということもあり、バランスをとって座っていられるようになるまでに5ヶ月くらいかかりました。

カヤックとは別に、ヴァー（※）という種目もあるのですが、そのヴァーに初めて乗ったのは2019年1月でした。カヤックと違って安定性はあるのですが、艇を真っ直ぐ進ませるのが難しい乗り物で、こちらも悪戦苦闘しました。また、当時、ヴァーは香川県になかったため、2週間毎に土日になると、はるばる石川県まで遠征して練習しました。そんな風にして練習を積んだ私は、2019年3月に「デビュー戦」に出場し、カヤック3位、ヴァー2位という成績を収めました。

今後の目標

日本代表選手として中身の濃いト

レーニングを重ねる中で、少しはパラアスリートらしくなってきたかなという感触はありつつも、試行錯誤の連続で、トレーニングを積み重ねるほど未熟な部分を痛感する毎日ですが、目の目標である「東京パラリンピック出場権を獲得すること」に、残された時間、全力を注ぎます。そして、カヌーをより多くの人にとって身近なスポーツにできるような活動を行ない、「（パラ）カヌーといえば香川」という環境を作りたいという夢も叶えたいと思います。

自分の望む人生にするために

「幸せになりたかったら、」幸せになれるような種「をまこう」これは、私が小中学校などの講演会で話させてもらっている言葉です。「りんごを作りたいのに、ぶどうの種をまいてないかな?」と考えながら日々の言葉や行動を見つめることは、何をするときにも大切なことだと思います。

がんになり、身体に障害を負うことにならなければ歩むことのなかった、このパラアスリートという道を力尽きるまで全力で歩んでいきます。みなさんがそれぞれの「幸せの種」

をまき、この世の中がたくさんの、そして、いろいろな「幸せの花や実」で溢れることを願いながら、私もまた「幸せの種」をまき続けていきたいと思えます。



（府中湖での練習風景）

※ヴァー種目…東京2020大会の新種目。艇の横に安定感を補うアウトリガー（浮き具）がついているカヌーを使用。片側だけにブレードがついているパドルを使って左右どちらかをこぎ進む。

1 オリ・パラ教育について

県教育委員会は、スポーツ庁の委託を受け、平成30年度からオリ・パラ教育推進事業を行っています。今年度は小学校19校、中学校6校、高等学校2校、特別支援学校2校の計29校を推進校に指定し、オリ・パラ教育の実践研究に取り組んでいただきました。そこで、推進校の取組みを中心に、本県のオリ・パラ教育について紹介します。



直接、パラリンピックの金メダルに触れる様子
～三豊市立財田小学校～

2 オリ・パラ教育の学習の流れ

子どもたちがオリ・パラ教育を深く学べるように、「事前学習」-「中心学習」-「事後学習」の流れで、授業が行われています。ここでは、高松第一高等学校の実践を紹介します。

事前学習	中心学習	事後学習
オリ・パラについての学習	ボッチャ・ブラインドサッカー体験	新しいパラスポーツ種目を開発する
 Im POSSIBLEなどの指導参考資料を参考に、動画やプレゼンテーションソフトで資料を作り、授業で使用しました。	 ボッチャでは非利き腕で投げさせたり、パイプ椅子に座らせたりして行いました。ブラインドサッカーでは、サポート側の難しさも体験しました。	 これまでのオリ・パラ学習やパラスポーツ体験を踏まえ、新しいパラスポーツ種目を考案し発表しました。

3 オンラインを活用した取組み

今年度はコロナ禍で、県外の講師に直接指導をしてもらうことが難しいため、講師にオンラインを活用して質問するなど、工夫された授業が行われました。



ゴールボール体験をしながら、オンラインで、ロンドンパラリンピックゴールボール金メダリストの安達阿記子選手に、技術指導や助言をしていただきました。

【多度津町立多度津中学校】



パラリンピアンに、オンラインインタビューを3校合同で行いました。合同で実施することで、自分たちの疑問を解決するだけでなく、他校の児童の質問から、新たな視点を学びました。また、他校の児童からも意見をもらうことで、その後の学習意欲の向上につながりました。

【三木町立氷上小学校(写真)・高松市立屋島東小学校・土庄町立土庄小学校】

4 推進校に派遣した講師

(1) 講演講師

県内講師	回数	県外講師	回数
木村和史選手 (短距離走)	1回	中嶋 茜 氏 (ゴールボール)	1回
田中 司選手 (パラ陸上)	2回	【オンライン】	
皆見信博選手 (パラ卓球)	3回	安達阿記子選手 (ゴールボール)	2回
今井航一選手 (パラカヌー)	2回	田口 侑治選手 (ゴールボール)	1回
		廣瀬悠・順子選手 (パラ柔道)	1回



木村和史選手 (短距離走) の講演・実演
～高松市立三溪小学校～

(2) パラスポーツ体験

○派遣校数：車いすバスケットボール体験8校、ボッチャ体験3校、シッティングバレーボール体験3校

○講師：車いすバスケットボール・シッティングバレーボール
…一般社団法人IINE (いいね)

ボッチャ…香川県ボッチャ協会



車いすバスケットボール体験
～綾川町立滝宮小学校～

スポーツのすすめ



『人生100年時代において 体を動かすことの大切さ』

香川県エアロビクス連盟
会長 塩津 陽子

現在、香川県エアロビクス連盟会長および（公社）日本エアロビクス連盟常務理事をしています塩津陽子です。

エアロビクスは1980年初頭に健康体力づくりプログラムの一つとして日本に紹介されました。その後、技術向上の視点から競い合うエアロビクスが生まれ、現在では、健康寿命を延伸するための「健康スポーツ」、体操競技の一つである「競技スポーツ」、そして学校体育での「教育スポーツ」と、子どもから高齢者まで誰でも楽しめるスポーツとして普及しています。

私がエアロビクスと出会ったのは大学4年生の時で、卒業後も仕事をしながら続けていました。2003年に香川県で全国スロレク祭が開催されることになり、中央団体より香川県連盟を設立する命を受けて2001年に県連盟を立ち上げました。

その当時、「エアロビクスとエアロビクスの違いは何ですか？」という質問から始まったことを思い出します。

11年間理事長として県連盟を運営しましたが、別の視点から運動・スポーツを捉えたいと考え、一念発起して同志社大学大学院スポーツ健康科学研究科に入り、これまで体験的に感じていたことが、理論を通して、さらに検証することによって科学的根拠（エビデンス）のあるものになり、指導する上で大きな自信となりました。

人の体は不思議な世界で、まだまだ分かっていないことがたくさんあります。しかし、今明らかになってきていることは、運動・スポーツが脳や体に及ぼす影響は大きいということです。特に介護が必要になる主な原因である「認知症」や「脳血管疾患」、「高齢による衰弱」などは

「体を動かす」ことと非常に関連があります。例えば、有酸素性運動は、全身の血流を促すことによる生活習慣病の予防、また、脳の血流を促し神経細胞を活性化することによる認知症の予防に効果があると言われていています。また、レジスタンス運動は、加齢による筋力・筋量の低下を防ぎ、改善していくことでサルコペニアの予防に効果的だと言われています。

さらに、運動・スポーツはただ単に身体機能を維持・向上させるためのものではなく、人との出会いや触れ合いによって精神的に、社会的に生活が豊かになるものだと考えます。生涯にわたって楽しめる運動・スポーツを生活の中に取り入れることが人生100年時代を迎えた私たちにとても重要な課題ではないでしょうか。

最後に、コロナ禍における、外出の控えや閉じこもり、不活発な生活が続くことによる心と体の機能の低下が非常に心配されます。立ったり座つ

たり、こまめに動くだけで血行が良くなります。座位時間が長くないように気を付けたいものです。私としては、今後も健康寿命延伸のために調査・研究を行い、様々な健康関連情報や安全で効果的な運動プログラムを提供していきたいと考えています。



スポーツ指導者の声

「出会いの縁を

出愛の縁に」



健康運動指導士
森 明美

私は、行政を中心に介護予防教室の指導をさせていただいています。

昨年は、コロナで3月から5月まで運動指導がすべて休みになり、家で時間が長くなったことで、やりたいと思っていた筆文字（幸せ言葉）を毎日書くことができました。

また、出逢ってくださった方々に何か恩返しをしたくて、介護予防教室を再開した時からみなさんに筆文字がきをお渡ししています。「額に入れて飾っているよ」「毎日見て、元気を貰っているよ」と、嬉しい言葉を懸けてくださり、身体も心も喜んでいます。

当たり前だと思っていた日々に戻り、また、みなさんの笑顔に会うことができて感謝しています。私のレッスンには、「よしよし」「ありがとう」と身体をさすりながら筋肉や関節の動きを感じ、自分の身体と会話しながら動かすように心掛けています。

「身体を動かすって楽しい」そう思うと顔が微笑み、脳も若返り、体が

軽くなります。「今日も先生に会いに来たよ」「朝、参加をどうしようかと思っただけど、来て良かった」などの声をいただくことが私の元気の源です。いくつになっても、来て下さる方々と共に楽しく身体を動かし、健康寿命を伸ばしていくお手伝いをしていきたいと思っています。



香川県運動推進協会

Mail: master_unsui@gmail.com

「体幹・体軸を

鍛えて元気に」



KOBABO式体幹☆バランス
マスタートレーナー
富田 雅志

KOBABO式体幹☆バランストレーニング（通称KOBABO☆トレ）は、サッカー、水泳、陸上等、名だたるトップアスリートのトレーナーを務める木場克己さんが開発したメソッドです。私は長年、少林拳法に取り組んでおり、40歳を過ぎた今でも現役として活動しています。KOBABO☆トレは当初、自身のパフォーマンスを高めたという気持ちから取り組み始めました。

行うと関節の可動域が広がり、動きがスムーズに、体の各部にスイッチが入り、短時間で動ける体を作ることが出来ます。その効果を実感した私は、本格的に学ぼうと、当時、県内では一人しかいなかった伊東勝マスターに学び、いつしか自分が学んだことを人に伝えたいと思うようになり、マスターライセンスを取得しました。

現在、私が指導している対象者は、小さな子供から高齢の方まで、またスポーツに取り組んでいる方など、

年齢も普段の運動量も異なる方ばかりです。しかし、体の軸、体幹の力を必要としない人はいません。誰もが取り組めるのがKOBABO☆トレの良いところです。運動に苦手意識を持っている方、健康になりたい方、パフォーマンスを上げたい方、様々なニーズに応えられるよう、日々、自身も実践しながら、体に関する知識の勉強は欠かしません。相手の理解度やモチベーション、体力に合わせて指導することは簡単ではありませんが、それだけ運動指導の幅を広げることもでき、やりがいもあります。

KOBABO☆トレで人々を元気に、そして、いつか世界で闘うアスリートが香川県から生まれるよう、これからも指導を行っていきたくと思っています。



あの町この町・わが町のスポーツ自慢

三豊市

11月に開催される「うらしまマラソン」では、世界の宝石といわれる瀬戸内海を一望することができるコースを駆け抜けます。心地良い風と海の香りを肌で感じ、さらに、粟島・志々島をはじめとする荘内半島の島々、1年に一度だけ橋がかかる島にある津島神社など素晴らしい景色を堪能することができ、他ではなかなか味わうことのできないシーサイドコースになっています。

本大会の魅力は、瀬戸内海の景色以外にもたくさんあります。浦島太郎伝説にちなんだ「紫雲出山」の景色や詫間海軍航空隊が使用していた海への滑走路跡、またマラソンで心地よい汗を流したあとは、地元の特産物などが楽しめるシーサイドマルシェも開催されています。

来年度で第5回目となる、「うらしまマラソン」は、ハーフ・10キロ・1.5キロの3コースからなり、参加者は自分に合ったランニングコースを選択することができます。様々な種目を取り入れることで、老若男女問わず、例年1000人を超えるラン

ナーの方々に応募をいただき非常に活気のある大会となっております。

このマラソンを通じて、三豊市の魅力を感じていただき、スポーツへの関心を高め、より楽しく健康づくりに努めていただきたいと思います。

みんなで一緒にスポーツを「楽しみ」ましょう。



連絡先…三豊市教育委員会

スポーツ振興課

電話 0875-73138

FAX 0875-73140

三木町

『三木町民大運動会』

澄み渡る青空の下、毎年体育の日、三木町総合運動公園において、幅広い世代が集まり、一生懸命競技をする選手にあたたかい声援が鳴り響く「三木町民大運動会」が開催されています。

三木町では、大勢の町民が健康に汗を流す機会の創設とスポーツを通じて世代間交流や地域の絆を深めることなどを目的として、スポーツ関係者や地域の代表者が中心となって実行委員会が組織され、平成27年度から「三木町民大運動会」がスタートしました。

町内を地域別に編成した7チームと運営スタッフを合わせた約1300人が参加する本町を代表するイベントの一つです。子どもから高齢者までの幅広い年齢層から構成された各チームが、運動会の定番となっている「障害物競走」、参加者の大多数が参加し綱でボールを送る「大玉送り」、スポーツ少年団別に競う「スポ少対抗リレー」、各地区それぞれに踊りや衣装に趣向を凝らした「応援合戦」、運動会の花形で熱い真剣勝負が繰り広げられる「チーム対

抗選抜リレー」など、14競技を実施し、優勝を目指して汗を流しました。

競技の実況アナウンスは三木高校放送部の皆さんが担ってくれるなど、地域の多数の方にご協力いただき運営しています。

また、会場の隣では、参加者のために、カレーやたこ焼き、クレープなどの屋台を出店する飲食コーナーを設けて、より多くの人が交流できる場を提供しています。

令和2年度は新型コロナウイルス感染症対策のため残念ながら開催中止となりましたが、町民のスポーツへの関心や健康に対する意識を高めるきっかけ、各地域で世代間交流を深める貴重なイベントとして、今後実行委員会を中心に、様々な工夫を凝らして取り組んでまいります。



連絡先 三木町教育委員会

生涯学習課

電話 0871-89113314

FAX 0871-89811994

かがわのスポーツ・インフォメーション

総合型地域スポーツクラブ
「とらまるクラブ」
ONLY・ONE

【困難続きの船出】

とらまるクラブ ONLY・ONE は、三町が合併してできた東かがわ市で唯一総合型クラブがなかった旧大内町に対し、市が県体協（現在の県スポーツ協会）から設立の打診を受けたことで開設に向けた動きが始まりました。平成16年に文科省の「育成指定クラブ委託事業」の委託を受け設立準備委員会が設立。その後行政担当者の異動や、メンバーの離脱など様々な出来事で解散の危機を迎えながらも、平成18年5月に設立総会を迎え活動をスタートしました。このような経緯で立ち上がったクラブはその後数年間、活動趣旨を見失ったまま個々の活動を続けるだけになっていきました。

【新たな船出 リスタート】

そんな中、当時の事務局（現クラブマネジャー）が、県総合型クラブ連絡協議会の交流に参加。県内クラブと交流する中で「もう一度クラブを立て直したい」と決意しました。その後平成23年から3年間をかけて

一から組織編成を行い、「三楽想像（自分が楽しく・皆が楽しく・未来が楽しい）」をミッションに参加者も運営側も楽しみながら活動できるクラブに変わっていきました。現在では6種目とクラブ数は少ないながらも、地域に根付いた活動をしています。

【積極的に他団体と関わる】

リスタートにあたり意識してきたこと、それが自分たちの活動を知ってもらうため地元の団体と積極的に関わることでした。これまで、市のスポーツ推進委員会、体育協会、文化協会、スポーツ少年団、NPO法人など様々な組織と連携し、行政とも友好的な関係を築いています。

このような活動を継続することで、中学校陸上部としての活動場所とし



全国陸上大会に出場したスプリントクラブ会員



教育文化功労者表彰受賞を東かがわ市長に報告



世界大会に出場したカンフーチーム



様々な動きを学べるアスリートクラブ

て陸上に特化したスプリントクラブを認めてもらうこともできるようになりました。また平成27年には、総合型地域スポーツクラブ公式メールマガジンでの紹介（QR）、令和2年には香川県より教育文化功労者表彰を受けるといった理解が増えるなど周囲の理解が深まっています。



【教室の活動】

種目にしぼられず体を動かす楽しさを体験する「アスリートクラブ」。世界の広さを体験することができる「カンフー教室」など6つのクラブを運営しています。

【未来が楽しくなるために】

こういった活動は、なかなか次の世代へ引き継いでいくことが難しいのが現状です。とらまるクラブでは、

3年前に新しく入ってきたメンバーが会長となり、新しい考え方で運営を行っています。組織としてのミッションを意識しながら、参加者だけでなく、地域で活動する次の世代を育てていくことを意識してこれからも活動を続けていきます。

連絡先

とらまるクラブ ONLY・ONE

事務局

住所 東かがわ市湊1104-3

電話 0879-26-1113

ホームページ

<https://toramaru.hkagawa.com/>



かがわのスポーツ・インフォメーション

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 高松大学 田中 美季 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	総合型地域スポーツクラブについて 県広域スポーツセンター クラブアドバイザー 山家 春香 文化としてのスポーツ・地域におけるスポーツ振興 神戸親和女子大学 田中 聡	指導者の役割 香川大学 米村 耕平 四国学院大学 片山 昭彦	トレーニング論ー・スポーツと栄養 松本接骨院 松本 和子 障がいのある方とスポーツ かがわ総合リハビリテーションセンター 藤尾 博子	テーピング基礎 松本接骨院 松本 和子 競技力向上・傷害予防のためのトレーニング・コンディショニング 香川トレーナー協会 阿部 純也	令和2年度内容 救急法 日赤香川県支部 複合トレーニングによる健康づくり運動 日本エアロビック連盟 塩津 陽子 レクリエーション活動 県レクリエーション協会 森 國夫 競技力向上・傷害予防のためのトレーニング・コンディショニング 香川トレーナー協会 阿部 純也

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、6日間の講座を開催しました。

今回の講座は、マスクの着用やこまめな手指消毒、検温の実施等、新型コロナウイルス感染症の感染防止策をとりながらの実施となりました。

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15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 日本スポーツ協会のスポーツ指導者資格である、「スポーツリーダー」に21名の方が認定されました。

講座風景



スポーツ大会の様子



壮年ソフトボール大会
(丸亀市土器川公園ソフトボール場)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により、11月1日(日)サンポート高松において開催を予定していた「ふれあいスポレク広場」と「レクリエーション大会」は中止になりました。

スポーツ大会も同様に中止になった種目もありましたが、キッズサッカー、ターゲット・バードゴルフ、ゲートボール、バウンドテニス、合気道、綱引、エアロビック、ポッチャなど12種目の大会が開催され、2000名を超える参加者がありました。各種目とも徹底した感染防止策をとりながら和やかな雰囲気の中、スポーツを楽しみました。

第31回県民スポーツ・レクリエーション祭開催報告!



新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により、11月1日(日)サンポート高松において開催を予定していた「ふれあいスポレク広場」と「レクリエーション大会」は中止になりました。



クレイ射撃大会
(高松国際射撃場)



グラウンド・ゴルフ大会
(高松市東部運動公園 他2会場)



ミニテニス大会
(高松市立香南中学校体育館)

かがわのスポーツ・インフォメーション

令和2年度かがわ
ドリームスポーツ教室
(バレーボール) 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本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(バレーボール)」が10月24日(土) 善通寺市民体育館で開催されました。

東かがわ市出身で、バレーボール元全日本男子監督の植田辰哉さん、元全日本男子代表の山本隆弘さん、諸隈直樹さん、元全日本女子代表でロンドン五輪銅メダルの佐野優子さん、狩野舞子さんの5名が講師を務めました。

この教室は平成26年度から始まり、



佐野優子氏のレシーブ指導



諸隈直樹氏のウォーミングアップ指導



山本隆弘氏のブロック指導



狩野舞子氏のスパイク指導

今回で7回目の開催となります。午前は、小学生73名の参加によるバレーボール教室、午後からは、中学生の県強化指定選手31名の参加による強化練習会と指導者講習会が行われました。
参加した選手は、講師の熱の入った指導のもと、元気いっぱい活動し、さわやかな汗を流しました。

ACP(アクティブ・チャイルド・プログラム)を活用したスポーツ体験教室



11月29日(日)、12月6日(日)、19日(土)の3日間、子どもの運動不足解消のため、スポーツ庁の委託事業として、アクティブ・チャイルド・プログラム(ACP)を活用したスポーツ体験教室が行われました。
主催は、総合型地域スポーツクラブの一般社団法人スポーツトフェライオン高松。テニス・サッカー・テニールールの3種目を実施し、あわせて157名の子どもたちが参加し、鬼ごっこやボール遊びなどの運動遊びを行った後、各種目を楽しく活動しました。



テニス教室 11月29日
(銀星テニスクラブ)



ティーボール教室 12月19日
(四番丁スクエアグラウンド)



サッカー教室 12月6日
(香西芝山マリンランド)

アクティブ・チャイルド・プログラム(ACP)とは、日本スポーツ協会が開発した運動遊びプログラムです。子どもたちが様々な運動遊びに親しみ、楽しく積極的にからだをうごかしながら動きを習得することができます。

【ACPサイト】

<http://www.japansports.or.jp/>

[Portals/0/acp/index.html](http://www.japansports.or.jp/portals/0/acp/index.html)



24年ぶり四国インターハイ開催へ

開催期間 令和4年7月下旬～8月中旬

Inter High 躍動の青い力 四国総体 2022

燃え上がれ我らの闘志 四国の大地へ

大会愛称
愛媛県立伊予農業高等学校
岡崎 真弥さん

スローガン
高知県立河内工業高等学校
山脇 紳吾さん

香川県は、9競技10種目実施

体操(新体操)

高松市



©インターハイ

バスケットボール

高松市
丸亀市
善通寺市



©インターハイ

フェンシング

高松市



©インターハイ

自転車
(トラック・ロード)

高松市
(トラック)
綾川町
(ロード)



©インターハイ

カヌー

坂出市



©インターハイ

登山

まんのう町



©インターハイ

なぎなた

丸亀市



©インターハイ

バレーボール
(男子)

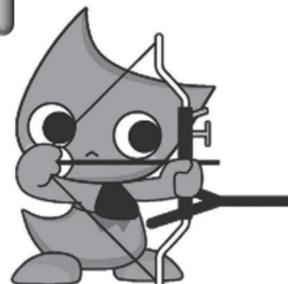
丸亀市
善通寺市
三豊市



©インターハイ

アーチェリー

丸亀市



©インターハイ

主催 (公財) 全国高等学校体育連盟
香川県 香川県教育委員会 徳島県 徳島県教育委員会
高知県 高知県教育委員会 愛媛県 愛媛県教育委員会
和歌山県 和歌山県教育委員会 関係中央競技団体

後援 スポーツ庁 (公財) 日本スポーツ協会
NHK

共催 読売新聞社

インターハイ



インターハイ
マスコットキャラクター
ウイニングくん
©インターハイ



シンボルマーク
徳島県立池田高等学校
三嶋 礼華さん

