

あすりーと高岡

第26号



富山県民体育大会入場行進

7月30日(土)～8月1日(月)



スポーツがはたす人材育成への期待

財高岡市体育協会 副会長 林 秀 治



この度、輝かしい伝統を誇る(財)高岡市体育協会副会長を仰せつかり、大きな責任を感じる。とともに、高岡市のスポーツの発展に

少しでも貢献できる機会を与えていただいたことに深い感謝の念をいだけております。ご承知の方もいらっしゃるでしょうが、私が経営に携わる会社では、硬式野球部と相撲部が活動をしており、特に硬式野球部は、平成14年8月には、都市対抗野球大会に北信越代表として東京ドームで王子製紙と戦い、平成15年11月には同じく北信越代表として大阪ドームで行われた日本選手権大会に出場し、強豪の松下電器産業を相手に3対2と逆転勝ちを収めるという大きな成果を挙げております。私が誇りに思うのは、立派な施設を持ち、豊富な資金で連れてきたプロ顔負けの選手を揃えた大会社のチームに伍して、やり方次第では十分戦うことができることを証明してくれたことです。当社の野球部の選手は、試合の無いときは他の従業員と同じように仕事をこなし、練習グラウンドも内野はでこぼこ、外野には雑草が生えているという決して恵まれていない環境を克服して、大舞台で輝いてくれました。私はここに地方都市におけるスポーツ振

興のヒントがあるように思われます。また、最近企業を取り巻く社会の意識は大きく様変わりしております。企業の不正に向けられる厳しい社会批判により、あるものは姿を消し、また他の会社は苦境に立たされています。どんな大企業も企業責任を果たさない場合は、即刻退場となるのです。コーポレートガバナンスの確立など自らを厳しく律することが求められています。これは言葉で言うほど簡単なことではありません。いくら経営者が口やかましく言っても従業員一人一人が法令遵守の精神を持たない限り、ミスや不正を隠したりすることはなかなかないと思いません。私はスポーツの果たすことが出来る大きな役割のひとつがここにあると思います。知育も確かに必要ですが、小さい時からスポーツに親しみ、ルールの大切さを身につけること、つまり、知識ではなく第2の天性としてスポーツマンシップ、フェアプレイ精神を身につけた人材を多く育てることが、やがて企業風土を高め、ひいては社会全体を変えていく事が出来る契機になると考えております。

今後とも、スポーツ活動が高岡市民に定着し、明るく活気溢れた町を実現するため、微力ではありますが(財)高岡市体育協会の皆様とともにがんばっていききたいと思っておりますので、忌憚らないご意見をお寄せくださるようお願い申し上げます。



totoの収益は、身近に親しめるスポーツ環境の整備や競技力向上の事業に活かされます。

平成十七年 評議員会・ 体育功労者表彰式

平成17年5月21日(土)
於 高岡商工ビル

平成16年度事業・収支決算の報告後、役員の一部変更として平成17年度の事業計画および収支予算(案)が審議、承認された。評議員会終了後、体育協会又は加盟団体の育成に尽力、国際・国内競技大会の上位入賞者の表彰式がおこなわれた。受賞者・役員は次のとおりです。

表彰状

■団体の部
トナミ運輸(株)バドミントン部
(バドミントン協会)

■個人の部

今井 紀夫 (バドミントン協会)
舩田 圭太 (バドミントン協会)
大束 忠司 (バドミントン協会)
大束 真也 (バドミントン協会)
早瀬 清三 (バウリフテイング協会)
中島 諭正 (バウリフテイング協会)
安吉 永興 (バウリフテイング協会)
坂田 芳寛 (水泳協会)
竹内 克洋 (陸上競技協会)

感謝状

東野 隆夫 (野球協会)
加藤 孝義 (水泳協会)

役員の選任

濱田 隆男 (水泳協会)
田川 良潤 (バレーボール協会)
前畑 明 (剣道連盟)
加藤 政和 (レスリング協会)
岩城 裕之 (柔道連盟)
藤森 裕 (中学校体育連盟)

退任
参与 細呂木六良
副会長 宇於崎 弘
理事 竹田 進

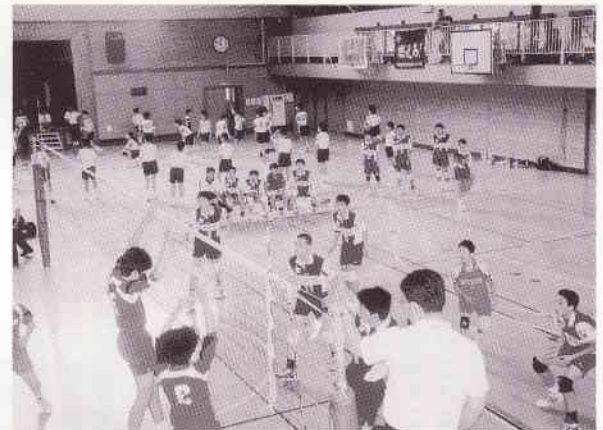
新任
参与 村井 和
相談役 宇於崎 弘
副会長 林 秀治
理事 山崎 一志

第五十八回

高岡市民総合体育大会

6月25日(土) 市民体育館において
橘慶一郎市長(大会長)をはじめ、館
勇将議会副議長・山達雅美教育委員長
や関係団体長のご臨席のもと総合開会
式を開催した。

大会フラカード保持者・桃井優君(牧
野中学校)、選手代表宣言は山崎岳洋
君(国吉中学校)がおこない、そして、
7月2日(土)・3日(日)の中心会
期を前後に、市内一円で35競技役員・
選手約一万人の老若男女が熱戦を繰り
広げました。



第五十八回

富山県民体育大会

7月30日(土)～8月1日(月)

(二部 総合成績)

一般の部

一位 富山市 (一六三三点)
11年連続52回
二位 高岡市 (一一九・三三三点)
三位 黒部市 (九四四点)
四位 南砺市 (九〇・三三三三点)

中学の部

一位 富山市 (一二八二点)
25年連続31回
二位 南砺市 (六八八点)
三位 高岡市 (六四四点)
四位 氷見市 (五八八点)

ス ポーツアングル

今年も恒例の伏木遠泳大会が無事
終了しました。

毎年八月の第一日曜に実施されて
おり、今年は九十余名の参加者が百
名以上の伴泳者、二十艘余の伴船に
見守られながら、国分浜沖の男岩を
回り約2.5kmを泳ぎました。

いつから始まったのか確かな記録
は残っていませんが百年近い歴史が
ある行事で、かつては伏木小学校の
行事として臨海教育の最終日に実施
されていました。しかし、十数年前
に当時の校長先生が学校行事のまま
では遠泳大会の存続が危ないと考え
られ、PTAや地域の方々を説得し、
地域行事として学校、教職員、保護
者をはじめ、水泳愛好者、国分浜を
利用している団体、伏木地区のいろ
いろな団体、海上保安部、警察、消
防など幅広い協力のもと伏木の夏
の一大イベントとして現在の姿に移行
され、年々良い方向へと発展してき
ています。

近年、学校と地域の係わりが見直
され、地域に開かれた学校、地域の
力を学校教育にどう生かしていくか
等いろいろと話題になりますが、県
内一の歴史と伝統の伏木小学校と地
域の遠泳大会への取り組みが、両者
の良い関係を見せてくれているよう
に感じられています。

来年の夏、皆さんも「遠泳」を体
験されては如何でしょうか。

水泳協会 関 清嗣

スポーツ・アドバイス

スポーツ医科学委員

清水 芳 隆

チームづくりのヒント (その2)

今回は、選手を育成していくに際し、どのように分析して考えるかについて述べます。私は、金沢大学で保健体育を専攻したので、生理学・心理学・トレーニング概論など運動に関する単位は一応修得していました。しかし、私がそれらの学問が体育人にとって重要な基礎力だと痛感したのは、東京オリンピックの後、日本体育協会主催の1・2級トレーニング養成研修に参加したことからです。私にとってこの研修は、学生時代の勉強がいかに実践的でなく、目的が曖昧であったか思い知らされました。

(1) 身体面での問題の第1は、小学生の過当たりの練習頻度です。毎日実施から週に1回実施まで様々ですが、小学生が夕方の2・3時間を毎日のように1つの競技に取り組むことに、私は賛成できません。理由の1つは、多様な経験を大切にしたい少年時代に、1日の生活時間の1割近くを継続的に練習に当てることは、生活のリズムが余りに偏るからです。学習の習慣や家族関係の構築など経験するべき事柄が沢山あると思います。2つは、将来性を含めて本人の適性とマッチしているのか。3つは、長期的スパーンを視野に入れて指導されているのか。「選手がチームに所属している期間に勝てばよい」になっていないか、疑問を持つてゐるからです。

私はバドミントンのジュニア教室を12年間実施してきました。最初は週に1回の教室開催でした。しかし1回では、練習の積み立て効果は遅く、選手の癖の矯正という点では間隔が空きすぎる悩みを持っていました。週2回の実施にすると上達が早く、全く練習効果は違いました。ある年の夏休み期間、週3回の練習会を企画しました。選手は面白いよう

に練習内容を吸収していききました。指導者としては、効果が眼に見えて現れてくるので、楽しくなり日数を増やせばもっと強くなるのではないかと深追いたくなりました。「子供には子供の人生がある」と思いますし、身体的発育の速さの違いなどを考慮する必要があると考えました。

第2は、トレーニングについてです。高岡市民病院整形外科部長の山田均先生に、「なぜトレーニングするのですか？」と尋ねられたことがあります。私は、「日本一の選手を育てるために必要な練習をしたいからです。体力がなく目的とする練習をコントロールしなければならぬというでは困るからです。」と答えました。選手は、盛夏に開催されるインターハイの試合数に耐える体力が必要でした。

さて皆さんの答えはいかがでしょうか。

筋力トレーニングの開始は、一般的に高校時代からが適していると言われます。私は、平成7年度インターハイ団体優勝した選手たちに筋力トレーニングを導入し、毎週月曜日に県総合体育センターに通いました。選手が、フォームも定着し、「重量負荷とスピードへの挑戦」という雰囲気の中でトレーニングに取り組めたのは11月になってからでした。筋力トレーニングの実施にあたり、正しいフォームと意欲的な取り組み姿勢ができるまで約1年間(1回/週)はかかる経験的に感じています。私は実施内容さえ配慮すれば、トレーニングに対する意識づくりを定着させるには小学校高学年から実施してもよいと考えています。

第3は、身体の有効活用を心がけることです。トレーニングにより筋力・スピード・持久力など、体力面を強化することは大切ですが、一方で、身体を効果的に活用するために極力無駄な

要素を抜いた動作を体得させることです。イメージ的には、中国カンフウ映画でジャッキー・チェンが演じる蛇酔拳のような身のこなしが理想とを考えています。

(2) 技術面についての問題の第1は、種目によって多少違いはありますが対人ゲーム種目では、一つひとつの技術の基本に、「変化が可能(相手にわかりにくい)要素」を持っていることが最も大切だと思っています。例えば野球の投手には、スピード・球種・正確さは大切な要因ですが、ボールが投手の手から離れる瞬間まで「打者に判断させないフォーム」が基礎条件になれば必ず打ち込まれます。バドミントンを例にとると、シャトルを打つ際には、少なくとも2つ以上の方向・要素(前後・ストレートとクロス・強弱など)を相手に感じさせることです。シャトルがラケットから打ち出される瞬間まで「相手が判断しにくい」という条件がないと自分のプレーが相手に解析され先手を取られます。結局は、本人が得意技と思っているものが逆にピンチを呼び込むことになります。

練習では、「より速く・より強く・より正確に」を追求するだけでなく、その基礎部分には、「わかりにくい(変幻自在)」の要素を持つてゐることが大切です。このためにも、脱力した身体のコなしが大切なのです。

第2は、選手の年齢が低いほど、力に頼らない柔軟な技術の習得が重要です。身体は力を入れるより、抜くほうが訓練を必要としますし、選手の素質が問われます。指先の感触・耳に入る音からのスピード感覚・動体視力等いずれの要素も身体に無駄な力が入っていないのは効果的な動作の障害になります。

「元気がよい」という選手の内容を再吟味されてはいかがでしょう？

● 加盟団体紹介(37)

高岡市小学校体育行事委員会

高岡市小学校校長会組織には、5つの委員会があり、その1つに『体育行事委員会』が位置づけられています。

1 体育行事委員会組織

委員長 1名(校長)

副委員長 2名(校長)

幹事 2名(教頭)

委員 35名(各校教諭)

2 体育行事委員会のねらい

① 児童の体力・運動能力の維持・向上のための調査・研究

② 水泳・陸上競技記録会を通し心身に健全な児童の育成と運動能力の向上

3 活動内容

① 新体力テストの実施と結果処理

② 泳力調査の実施と結果処理

③ まとめ集『高岡の小学校体育』発刊

【目次の概要】

I 体力調査結果

II 水泳チャレンジカード

III 水泳競技記録会(写真1)

IV 連合運動会・陸上競技記録会(写真2)

V 楽しい体育の授業及び体力・競技力向上のためのQ&A

④ 水泳競技記録会の運営

【会場】富山県高岡総合プール

【種目】男女別2種目・学校対抗200mリレー

⑤ 連合運動会・陸上競技記録会の運

営

【会場】市営城光寺陸上競技場

【種目】・連合運動会

男女別2種目・

学校対抗リレー

・陸上競技記録会

男女別6種目

4 その他

① エキシビション(模範演技・競技)について

昨年度より水泳・陸上競技記録会開催時に県内一流選手によるエキシビションマッチを行った。教員や児童に大変好評であり今年度も行う予定である。いいものを見る機会を今後も続けていきたい。

高岡市小学校体育行事委員会

委員長 谷 繁信

写真1



写真2

平成17年度

土曜っ子スポーツチャレンジ

第1期「走る、とぶ、投げる運動」が5〜7月の間で全6回実施されました。第2期「水にしたしむ運動」が8月〜10月に予定されています。第2期の第3回には、文部科学省等の「子どもの体力向上キャンペーン」の講師として元オリンピック水泳代表で日本記録保持者の萩原智子さんをお迎えします。



編集後記



創刊号より掲載してきました加盟団体紹介コーナーは競技団体が一巡し、今回は高岡市小学校体育行事委員会です。今後は、中学校体育連盟、高等学校体育連盟を紹介する予定です。