あすかと高岡

第6号

国体を契機に体力づくりを

(財)高岡市体育協会副会長
竹中時造

二〇〇〇年に行われる富山国体も開催されるまで、あと五年となりました。選手の強化計画も順調に進んでいるように聞いております。是非とも優勝できるような組織づくりを期待いたしております。

体育というものは、競技にしろ、体力づくりにしろ、二〇〇〇年国体一年だけのものではなく、引き続きこの気持を持ち続けなければなりません。運動によって心身を鍛えられ養われるものであります。これを機会に高岡市体育協会では高岡市民全体の体力づくりを推奨し又はあらゆる競技に参加する意識をもっていただき、自から進んで競技を行うことが出来るよう指導していきたいと考えております。

全市民が何らかの運動を趣味として行い日本一の体育の町になるよう祈念いたしております。このことが強いては自己の健康づくりにも、更には高岡市の発展につながるものと信じております。

第48回　市体小学生リレー競技

平成7年度 評議員会

●4月29日(土)
●高岡富士観ホテル

来賓に細呂木教育長・新田スポーツ振興事業団副理事長並びに狩野体育保健課長をお迎えして開催されました。

橘会長の開会のあいさつや細呂木教育長による佐藤市長のあいさつの後に(財)高岡市体育協会の表彰式が行われました。

引き続いて議事に入り、議長に大井昭一氏(柔道連盟会長)を選任し、議題に沿って次の事柄を承認・可決しました。

一、平成六年度事業報告
二、平成六年度収支決算
三、役員の変更
四、平成七年度事業計画
五、平成七年度収支・予算
(総額三千一百五十万円)

本年も低金利で運用収益の低下の中で強化事業の予算の増加に務めた。この為、寄附行為第三十条にある賛助会員を募ることになりました。

そしてこの事に各加盟団体のご協力を得る事をお願いしました。

事業計画の高岡市駅伝競争大会(十一月開催予定)の内容について質問がされたが、細目は検討中ということでありました。

議事終了後、懇親会を開催しました。

新しく次の各氏が役員になられました。

〈新役員〉

参与　細呂木六良(市教委教育長)
　　川淵　義弘(中体連会長)
　　川田　盛稔(高体連会長)
理事　大坂　昭輔(体協事務局長)
　　狩野　忠則(体育保健課長)
　　大達　義明(スポーツ振興事業団事務局長)
　　西村　和人(中体連理事長)
事務局次長　木田　幸光

〈第一回理事会〉

日時　四月二十四日
場所　市民体育館会議室
出席理事　二十名

議長に橘会長を選任し、議事には
いる。

①平成六年及び七年の事業・決算・予算を審議する。決算方式を変更する提案があったが、従来どおりとする事に決定。
②役員の変更を原案どおり承認。
③体協表彰者を承認。

受賞おめでとうございます。

〈表彰者〉

☆表彰状

大橋喜八郎(市民あるこう会)
健康で明朗な市民生活のために副会長として尽力

神谷　文二(レスリング協会)
永年理事長として協会の発展に寄与し、又体協の理事として運営に尽力

江川　正美(フェンシング協会)
協会設立に尽力し、理事長・副会長として貢献

関　久幸(バドミントン協会)
十二年間理事長として協会の発展に尽力し、又体協の理事として貢献

中尾　英昭(テニス協会)
十三年間理事長として協会運営に貢献

滝田　悟(パワーリフティング協会)
全日本マスターズ大会　三位

竹沢　新吾(レスリング協会)
国体十二回連続出場

気谷　篤人(バドミントン協会)
全日本総合選手権大会　複二位
同　混合複三位

本山　秀昭（バドミントン協会）
　全日本総合選手権大会　単二位
佐々木　忍（バドミントン協会）
　全日本社会人選手権大会複二位
　全日本総合選手権大会混合三位
高岩　住恵（バドミントン協会）
　全日本混合ダブルス選手権三位
松田　治子（バドミントン協会）
　全日本総合選手権大会混合三位
山田　潤子（バドミントン協会）
　全国高校選手権大会　単一位
　同　複二位
山田　青子（バドミントン協会）
　全国高校選手権大会　複二位
神谷　仁士（バドミントン協会）
　全国高校選手権大会　単三位
山本　智広（パワーリフティング協会）
　全国高校選手権大会　三　位
松永　洋祐（柔道連盟）
　イタリアＪｒ国際柔道大会　三位
トナミ運輸㈱バドミントン部
　全日本実業団選手権大会　三　位
　国民体育大会　成年男子　三　位
三協アルミニウム工業㈱バドミントン部
　国民体育大会　成年女子二　位
タカギセイコーフェアリーズ
　（ソフトテニス連盟）
　日本実業団リーグ　一　位
高岡女子高校バドミントン部
　全国高校選抜大会　二　位
高岡工芸高校剣道部
　全国高校選手権大会　三　位

☆感謝状

石田　金次（ゲートボール協会）
　十年間常務理事・事務局長として協会の発展に貢献
久田　仁一（中学校体育連盟）
　永年中学校バスケットボール競技の振興と二年間中体連会長として尽力
山田　正司（クレー射撃協会）
　十年間理事として尽力
金森　弘子（テニス協会）
　女性理事として協会業務に貢献
浦島　忠幸（相撲連盟）
　二十年間理事として運営に尽力
中野　栄機（水泳協会）
　理事（計時主任）として永年尽力
西手　優（ソフトテニス連盟）
　事務局長を永年務め連盟に貢献
藤田　章一（サッカー協会）
　理事として又少年サッカーの指導者として尽力
三国　愛子（陸上競技協会）
　十五年間協会役員として尽力
大屋　洋一（レスリング協会）
　二十三年間常任理事として協会発展のために尽力
福田　武（卓球協会）
　十三年間常務理事として協会の発展や普及に尽力
米島　義三（バレーボール協会）
　二十年間理事・常務理事として協会運営に貢献
新井　郁夫（中体連）
　十六年間バスケットボール協会と中体連の役員として貢献
大房　重則（ハンドボール協会）
　十八年間理事として協会の発展に尽力

第55回国民体育大会
高岡市準備委員会の設立

去る五月三十一日㈬午後二時より富山県高岡文化ホールにおいて、二〇〇〇年国体開催の高岡市準備委員会の設立総会が開催され、設立趣旨、会則が承認され、会則に基づいて市民各層からなる準備委員会委員そして準備委員会役員、常任委員会の構成が決まり、高岡市としての本格的な取り組みに向けてスタートしました。

「財団法人 高岡市体育協会」賛助会員について

本協会においては、左記に表しました趣旨で市民皆様方の暖かいご協力を広くお受けしたいとお願いしております。

謹啓　時下ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

貴台には、日ごろ本市体育・スポーツの振興に格別のご支援、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

高岡市体育協会は平成四年十一月に財団法人として発足以来、本市スポーツ活動の推進と競技力の向上をめざし鋭意努力を続けているところであります。さらに、西暦二〇〇〇年に本県で開催される第五十五回国民体育大会に向けて、活躍が期待される選手・チームの育成が強く望まれております。

本協会においても、あと五年に迫った富山国体を総仕上げの年として、本市の競技力が頂点に達することを目標として、「高岡市スポーツ選手強化計画」を策定し、優秀選手・チームの育成強化、指導体制の整備、競技スポーツ人口の増大、推進組織の整備を柱に、市当局をはじめ各競技団体や関係各位の総力を結集し、組織を挙げて課題に取り組む決意をいたしております。

つきましては、諸事業の遂行のためこの趣意にご賛同を賜り、賛助会員として本会の事業充実のためになにぶんのご協力、ご支援をいただきますようお願い申し上げます。

敬具

平成七年七月

(財)高岡市体育協会
会長　橘　康太郎

加盟団体紹介⑩

高岡市ハンドボール協会

当協会は、昭和二十六年に設立され翌二十七年に高岡市体育協会へ加盟致しました。この間、競技活動として高岡高校が活躍し、昭和二十四年の富山県ハンドボール選手権大会で氷見高校を3対1で破り優勝するとともに、昭和二十八年開催された第八回国体(四国)出場まで高岡中部高校の活躍が光っていた。

その後、現高校制になり女子では高岡女子高校が県選手権で優勝するなど暫く高岡市内の高校の活躍があり国体に高校・一般クラブチームが高岡から出場するとともにインターハイにも出場するなど黄金期があったのが懐かしい思い出であります。

昭和三十三年に開催された富山国体において氷見高校の活躍がハンドボール愛好者や県民に大きな感動と競技の浸透を促し、県内の中学校に部が創設される機会となり現在の中学校の活躍があるのであります。

昭和四十五年全日本チームを高岡市に招聘して強化合宿を実施するとともに地元チームと交流試合を行うなど競技力の向上を図った。

ミュンヘンオリンピック大会よりハンドボール競技が正式に開催されることが決まっており大いに関心を高める機会となったものであります。

近年においては、高岡向陵高校が安定した実績をもつ中で、全日本チームに加入する選手を輩出するなど目ざましい活躍があります。

一方、中学校においても県選手権大会等で常に上位に位置するチームつくりがなされ、今後、協会と指導者の一層の連携協力を深め更なる競技力の向上と来る二〇〇〇年国体に是非とも当高岡市からチーム・選手が多数出場するよう今一層の組織強化と環境つくりを行うものであります。

★賛助会員

・本会の趣旨に賛同し、事業を後援する個人・団体または法人といたします。(本会の寄付行為第30条による)

◎㈶高岡市体育協会の役員がお願いにあがります。

★賛助会費

◎会費は1口1万円とし、1口以上をお願いいたします。

★会費納入方法

・毎年　6月1日～12月末日

・金融機関への振込もしくは体育協会役員に直接わたされても結構です。

・会費納入後、会員証を送付いたします。

〒九三三　高岡市古城一番八号
(高岡市民体育館内)
TEL (〇七六六) 二六―五二二五
局長　大坂昭輔

第四十八回市民体育大会の熱戦

六月二十五日を主会期として約一万人が参加しました。

熱い声援

好球必打

加盟団体紹介⑪

高岡市サッカー協会

当協会では、市内の優秀な選手を幅広い年齢層でとらえ小、中、高と一貫した指導を徹底し、個人能力の開発と技術の向上を目指しています。その指導の一つとして小、中、高各種別で優秀選手を集めたトレーニングセンターを開設しています。

活動内容については、年間を通じて約三十～五十日間の練習日を設け、一回二時間程度の時間で主に基本的な個人技術の向上をねらった練習を行っています。また、各種別とも休業期間には強化遠征に出かけ、レベルの高いチームと試合をすることで意識の高揚を図っています。さらに県外から優秀なコーチを招き実際に指導して頂いたり、指導者を対象にして講演をして頂いたりとより高いレベルのサッカーを身につけようと努力しております。

一方、昨年からユースチャンピオンズカップと銘打って全国からユース年代の各大会の優勝チームを招いた大会を開催しております。より高度な試合を実際に見ることで高校生のみならず小、中学生のレベルの向上にも役立つ意味のある大会だと思っています。今年も七月八・九日の両日、スポーツコアで開催します。

昨年は伏木高校が全国大会に出場し、また本市出身の荒谷君がJリーガーの仲間入りをするなど、着実にこの成果が現れてきています。今後も日本代表選手を育てるという当協会の夢に向かって更なるレベルアップを図っていきたいと思っています。

第1回
ユースチャンピオンカップ

新企業チームの紹介

■立山アルミニウム工業㈱女子ハンドボール部

かねてより二〇〇〇年国体のために準備されていた立山アルミは竹平栄太郎社長のハンドボールを通じて社会への貢献、会社の一体感の実現と強いチームづくりを目指すという方針の元、三月より女子ハンドボールチームを発足させた。

監督金原至、コーチ金明恵、主将田中千栄子他十一名の構成である。コーチの金さんは北国銀行を全日本優勝に導いた手腕を持ち、韓国より柳美貞・白永蘭のナショナル級の選手を招聘し期待される。しかし残る選手は大学・高校を今年卒業したばかりの若いチームなので、ただ今は基礎体力造りと闘う気力を植え付ける事を主眼にした練習をしている。又コーチと選手一同は寮に寄宿し、チームワークづくりを進めている。

白 永蘭選手の力強いフォーム

練習は毎日午後二時～五時で、練習場は主に氷見市体育館と県営プールトレーニング室で行っている。そして、試合や練習の移動のために大型バスを購入した。

目標は一月から始まる日本リーグ二部の優勝による一部昇格とのことだ。一月十五日と二月十八日に高岡市で試合があるので皆様の応援をお願いしたいとのことでした。

■宮越工芸㈱レスリング部

昨年角地山豊氏（日大・警視庁）をコーチ兼選手として招き、引き続き今年主将の木内樹選手（日大）佐々木大（富一）上森大輔（高商）平井信寛（向陵）坂上嘉規（富一）各選手が入社し本格的に発足した。

オーナーの宮越社長は創部について県の要請もあったが、会社の発展に当たり、社会への還元を考えた。競技レベルの高いレスリングを採用し、二〇〇〇年国体での優勝を目指すとのことであった。

選手はコーチ夫妻と共に寮に寄宿し、食事は角地山コーチの奥さんが賄っている。内容は成長盛りの選手のため量はもとより、カルシウムや野菜を豊富にいれたバランスの良いものに工夫されている。

選手を指導する角地山コーチ

当面の目標は六月十日に開催される全日本社会人大会（七名編成の団体戦）に参加し、一回戦の勝利を目指している。

このためゴールデンウィークに日本大学の強化合宿に参加した。七月には警視庁チームが来高し、合同合宿を行う。今後の試合としては、十一月の全日本選手権予選会と全日本社会人オープン大会（個人戦）に参加する。

練習は自社のMCホールで、月～金の午後六時～八時行っているが、若いチームなので体力づくりと基礎練習が主であるとのことであった。

■伏木海陸運送㈱相撲部

昭和十九年の会社設立時より発足した相撲部は、一時期低迷していたが、昭和五十三年より再始動し、県内の実業団選手権において度々優勝した。平成五年第三十五回全日本実業団相撲選手権大会において善戦し、ベストエイトに後一歩まで行った。平成五年十月には県より強化企業チームの指定を受ける。さらに平成六年六月に専用相撲場を建設する。幡部長はこれにより二〇〇〇年国体を目指し、一層精進したいと抱負を述べられた。横江監督はただ今選手は六名いるが、ベテランばかりで練習もまま成らない状態であるが、八月の県実業団選手権と九月の全国実業団選手権（三年連続出場）目指して頑張っているとのことだ。

そして、若い選手を発掘して育てたい。又、来年には良い選手を入社させたいとの事であった。

完成した相撲場

《スポーツドクター・アドバイス・第五回》

スポーツ障害予防のための自己管理について

高岡市民病院整形外科
山田　均

毎日の激しい練習のために、関節やすじ（靱帯、腱）に痛みを覚えることがしばしばあると思います。こうした状態が回復しないうちに、同じ部分に繰り返しストレスを与えると慢性化してしまい、競技レベルの低下につながることはいうまでもありません。原因の多くはその選手の体力にたいして、練習時間が長すぎるか、練習の強度が強すぎるか、その両方かということになると思います。そこで同じ部分の痛みが何日もつづくようであれば、指導者に報告することが大切です。言ってもどうせ聞いてもらえないと、黙っているとますます悪化してしまいます。しかし、こうした痛みは自分の身の回りに注意を払うことで、解決できることもあります。ひとつはいつも使用している用具への配慮です。とくにシューズは色々問題をおこすことが多いようです。足がO脚の人は、靴底の外側が減る傾向があり、靴底の減りとともに、O脚が強調されることになり、知らぬ間に膝が痛くなってくるようなことは、よくみられることです。また、X脚の人はその逆で、靴底の内側が減ってきて同様のことになります。あまりに靴底がやわらかいシューズも、踵を着いた時に、足の変形なりに内側か外側が沈み込んでしまうため、やはり膝に負担がくることになります。むしろ靴の外枠はくずれにくいようにしっかりしていて、靴の中に衝撃吸収材（クッション）を入れて対応したほうがよいと思います。

環境変化に合わせたコンディション作りも重要です。寒いと筋肉が硬くなり、思わぬけがをすることもあります。短パンの下にスパッツを履いて保温につとめたり、練習の前にはしっかりストレッチをおこなって筋肉を十分にリラックスさせることが大切です。逆に暑いときは、発汗による体の水分の消失が著しくなります。水分が失われると、その程度がわずかなものであっても、思考力が鈍り、競技パフォーマンスの低下につながります。一気にたくさん飲もうとせず、喉が乾く前に小量ずつ、こまめに補給することが大切です。

スポーツあんぐる

子供達の将来像の調査で、スポーツ選手になる夢を持っている子供が、三四・七%示したそうです。スポーツは観るものから、自らが楽しむ身近なものとなった証です。

四月末の評議員会で、功労者・団体・及び高校生を含む多数の選手が表彰されました。この方々が、二〇〇〇年国体で選手として、あるいは指導者として大いに活躍されることでしょう。

我々の学生時代は、炎天下の練習時でも飲水は禁止されていました。が今日ではスポーツ栄養学まで研究されている時代です。指導者の果す役割は勿論のこと、日頃より食事と健康面を預かっている家族の担う役も、決して見逃しに出来ません。本人と指導者と家族が協力し合って、すばらしい選手に育てていきたいものです。

昨年のインターハイで、選手の祖父母にもマスコミの追跡があり家族全体が平常心を失った話を聞きました。プレッシャーに打ち勝つ精神面を培っていくことも必要ですが、選手がのびのびと本領発揮出来る環境作りも大切ではないでしょうか。

〈行事予定〉

7・8(土)・9(日)　ユースチャンピオンズカップインタカオカ
7・29(土)～31(月)　第48回県民総合体育大会
8・17(木)　富山県青年相撲選手権大会
8・25(金)～27(日)　北信越国民体育大会
9・3(日)　高岡市総合バドミントン選手権大会
9・10(日)　前田杯（バレーボール）（金沢市と交流）
9・9(土)～12(火)　第50回国民体育大会夏期大会
9・15(金)　前田杯（ソフトテニス）（金沢市と交流）
9・15(金)　高岡市剣道大会
10・15(日)　高岡市社会人バレーボール大会
10・15(日)　高岡市ソフトボール大会
10・14(土)～19(木)　第50回国民体育大会秋季大会
10・29(日)　富山県駅伝競走大会
11・12(日)　高岡市駅伝競走大会
11月下旬　スポーツ医科学シンポジウム
11・25(土)・26(日)　第17回バドミントン日本リーグ
12・3(日)・4(月)　役員研修会・反省会
12・10(日)　若獅子青少年柔道大会
12月中旬　トレーニング実技研修会
12・24(日)　第48回高岡市民総合体育大会（スケート）
平成8年
1月4(木)　新春武道稽古始め
1・15(月)　正気館柔道大会
1・15(月)　日本ハンドボールリーグ
2・5(月)　第48回高岡市民総合体育大会（スキー）
2月上旬　第49回富山県民体育大会冬季大会
2・10(土)・11(日)　室内ハンドボール大会
2・18(日)　日本ハンドボールリーグ
2・19(月)・22(木)　第50回国民体育大会冬季大会（スキー）
3・17(土)　高岡市卓球選手権大会

筋力トレーニング講習会

平成七年三月四日
県営高岡総合プール
『講師』金久　博昭（富山大学助教授）
受講者　四十六名

県営プール付属のトレーニング室において各競技団体の指導者や学校体育関係者を対象に筋力トレーニング講習会を実施した。

特に練習段階における効果的なトレーニング法の理論と実技について講習された。

金久講師の指導を受ける

新事務局員紹介

事務局次長
木田　幸光

体協に来てからはや2か月が過ぎようとしていますが、相変わらずの悪戦苦闘の日々が続いています。各競技団体の皆様とはより一層の連携プレーができるよう、親しくお付き合いをお願いしたいと思います。近くへお越しの折りは事務局へぜひお立ちよりください。おいしいお茶を用意してお待ちしております。

編◆集◆後◆記

二〇〇〇年国体を目指して新しく創部されたり、強化された高岡の企業チームを取材しました。今後の活躍を期待したい。

これからも新しいチームや話題の選手を紹介したいので情報をお寄せ下さい。お待ちしています。（E）