



体協だより

スポーツ高岡



土曜っ子スポーツチャレンジ



当事業は、完全学校週5日制

になった平成14年に、小学生を対象として始めたもので、今年度で9年目を迎えた。

「走る・とぶ・投げる運動」、「水に親しむ運動」、「からだや道具を使った運動」として、3期に分け、運動の基本動作を中心に、色々な種目を体験し体を動かすことの楽しさや爽快感、仲間づくりなどを目的に開催している。今年度は、第1期が4月24日から7月3日までの6日間城光寺陸上競技場で144名の参加で行われた。第2期は8月21日から長慶寺室内プールで始まっている。指導は、各種競技団体や教職員、体育指導委員の方々の協力をいただいている。参加者は低学年が多いが、学年に分け指導しており、体力・能力に応じ楽しんで活動している。神経系の成長が著しいこの時期に色々な運動を行うことで、子供の体力向上はもちろんのこと子供の運動好きにも役立っていると考えている。

挑 戦

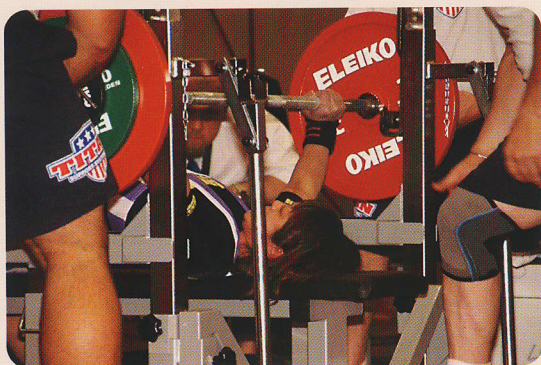
第10回世界マスターズベンチプレスシングルリフト選手権大会
40才代の部 52キロ級 優勝

増山 朱美 (市内在住/所属: 健宝の湯)

子供の頃から、水泳、バレーボールをして大人になってエアロビクスと、ずっと運動をしてきた私に、今から13年前の34歳の時、生まれつき悪かった股関節が、朝起きると突然歩けないくらい痛くなり、運動ができない状態になりました。通っていたスポーツクラブを辞めるのも悔しくて、足を使わなくても何かできる事はないかと思っていた時に見つけたのがベンチ台です。股関節にも筋肉をつけた方がいいと言われたので、自分でできる程度の軽いウエイトトレーニングを始め、地道にやっているうちに試合に出てみようかと思い、8年前の県大会に初めて出るようになりました。軽い気持ちで出た大会でしたが、その時に記録保持者になりたいと強く思い、本格的なトレーニングが始まりました。



1年後の同大会で、念願の県記録を出して、それからどんどん記録が伸びていき、世界大会へ出るまでに至りました。



そして、過去2大会(ドイツ・スロベキア)では連続2位の悔しさを晴らすべく、今年アメリカフロリダにて開催された世界マスターズベンチプレス選手権大会に参加して、52キロクラスで自己ベストの100キロを挙げ、金メダルを獲得することができました。

健康の為に始めたウエイトトレーニングから、まさか世界大会で金メダルを取るまでに至るとは、私自身驚いています。

現在47歳の私が、一つの目標に向かって真剣に取り組めるものに出会えた事は、喜びでもあり誇りでもあります。

これからも、からだが動く限り、更なる目標に向かって、挑戦し続けたいと思います。

平成22年度評議員会及び協会表彰

平成22年5月8日(土)ホテルニューオータニ高岡において開催され、議案第1号「平成21年度事業報告について」、議案第2号「平成21年度収支決算について」、議案第3号「役員改選について」が審議され全議案滞りなく議決された。

今回の役員改選においては、湯谷信竹副会長、小木芳朗、氷見脩、吉岡茂喜、久保直行、酒井孝治の各理事及び矢地徳吉監事が退任し、副会長には井村昭彦(福岡町体育協会顧問)、理事には、明道将人(バスケットボール協会理事長)、紺谷文夫(野球協会理事長)、梶川豊司(レスリング協会理事長)、山崎栄三(小学校体育行事委員長)、中村清志(体育指導委員協議会理事長)、監事には、山田哲(市会計管理者)が就任した。

引き続き行われた、平成22年度協会表彰では、佐武俊作(バドミントン協会会長)、小木芳郎(バスケットボール協会副会長)、永井彰(アマチュアボクシング連盟副会長)、谷井春男(フェンシング協会副会長)、トナミ運輸(株)バドミントン部(バドミントン協会)、平田典靖(同)、橋本博且(同)、佐々木翔(同) 瀧田悟(パワーリフティング協会)、中島諭正(同)、増山朱美(同)、前田優(ソフトテニス連盟)、上野恵梨子(フェンシング協会)の方々が表彰状を、志村芙美江(陸上競技協会)、木戸正義(野球協会)、坂本雅則(バレーボール協会)、柴田成人(柔道連盟)、菅谷俊成(スキー連盟)の方々が感謝状を受賞された。



第5回高岡市民体育大会

総合開会式



平成22年6月19日(土)、高岡市民体育館で総合開会式が行われ、26・27日を中心会期とし、市内一円35競技約10,000人の参加で開催された。

開会式では、市長、体協会長の挨拶、高岡龍谷高校アーチェリー部 石川風太選手の代表宣言の後、志貴野中学校新体操部のアトラクションが披露された。

第5回市民体育大会 (中学の部)を振り返って

中学校体育連盟 理事長 南星中学校 堀井 祥朗

本年度の市民体育大会(中学の部)は、例年の開催時期を早め、5月28日(金)～30日(日)に行われた。大会の開催日を早めることで混乱が起きぬよう、中体連では各競技団体との連携を密にし、何度も会議を開くなどして共通理解を図った。そのため、大会はスムーズに運営され、各競技で熱戦がくりひろげられた。生徒たちには、この後さらに練習に精進し、上位の大会で活躍することを強く願っている。

中学の部団体成績

種 目	男 子		女 子		会 場
	優 勝	次 勝	優 勝	次 勝	
陸 上	高岡西部中学校	福岡中学校	高岡西部中学校	高陵中学校	城光寺陸上競技場
水 泳	芳野中学校	福岡中学校	南星中学校	志貴野中学校	県高岡総合プール
バスケットボール	志貴野中学校	福岡中学校	福岡中学校	高陵中学校	伏木中学校
サ ッ カ ー	戸出中学校	芳野中学校			高岡スポーツコア
ハ ン ド ボ ール	志貴野中学校	高陵中学校	志貴野中学校	芳野中学校	芳 野 中
軟 式 野 球	五位中学校	中田中学校			高陵中・芳野中
体 操			伏木中学校	芳野中学校	氷見ふれあいスポーツセンター
新 体 操			志貴野中学校		氷見ふれあいスポーツセンター
バ レ ー ボ ール	南星中学校	芳野中学校	志貴野中学校	中田中学校	南星中・高陵中
ソ フ ト テ ニ ス	志貴野中学校	南星中学校	南星中学校	芳野中学校	高岡スポーツコア
卓 球	戸出中学校	福岡中学校	戸出中学校	高岡西部中学校	福岡Uホール
バ ド ミ ン ト ン	南星中学校	高岡西部中学校	高岡西部中学校	牧野中学校	高岡市民体育館
ソ フ ト ボ ール			戸出中学校	五位中学校	戸 出 中 学 校
柔 道	芳野中学校	戸出中学校	芳野中学校	戸出中学校	県営高岡武道館
剣 道	高岡西部中学校	高陵中学校	戸出中学校	福岡中学校	県営高岡武道館
相 撲	志貴野中学校	伏木中学校			古城公園相撲場

スポレクとやま2010

みんなで楽しむ生涯スポーツの祭典
10月16日(土)いよいよ開催!

参加方法は「する」「みる」「支える」
みんなで参加し、交流を深め思い出に残る大会にしよう!



第23回全国スポーツ・レクリエーション祭
スポレクとやま2010
平成22年10月16日(土)~19日(火)

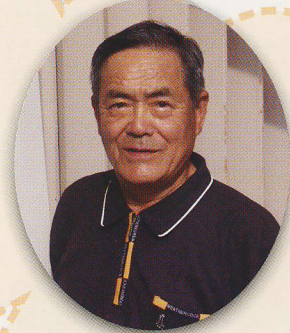


グラウンド・ゴルフ

高岡おとぎの森公園

グラウンド・ゴルフとは、ゴルフをアレンジした新しい試みの軽スポーツで、生涯スポーツ活動推進の一環として考案され、現在では国内だけでなく、海外にまで普及しています。

天気の良い日には、いつも夫婦、仲間と共に楽しく練習をしてきたので、今回の事は本当に嬉しいです。全国大会でも日頃の成果を発揮できるように更に練習に励みます。



高岡市参加選手
【いきいきとやまちーむ】
総領 芳彦さん
(川原本町在住)



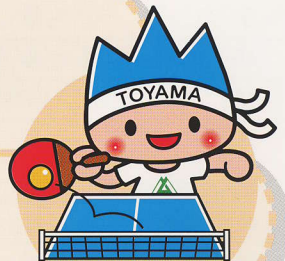
高岡市参加選手
【かたかごクラブ】
松木 紘二・峯子夫婦
(伏木矢田新町在住)

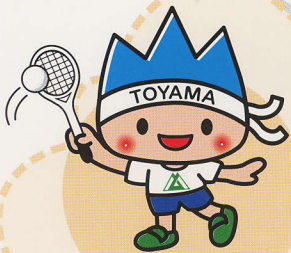
ラージボール卓球

福岡町 ユーホール

ラージボール卓球は、硬式ボール(直径40mm)よりやや大きくて軽いボール(直径44mm)を使用し、表にソフトラバーを張ったラケットを使ってプレーする競技です。

高岡市で全国の仲間と卓球が出来る。万葉の里で迎えるこの喜びと感激! 元気・やる気を秘めた夫婦パワーで爽やかに挑みます。





年齢別ソフトテニス

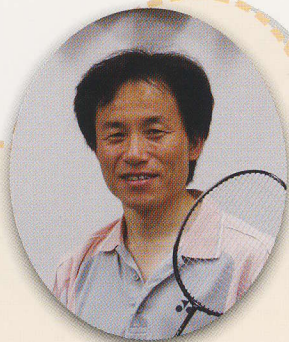
高岡スポーツコア

ソフトテニスは、以前は「軟式庭球」という呼び名で親しまれ、平成4年にソフトテニスと改名された、幅広い年齢層で楽しめるスポーツです。日本で生まれ育ったスポーツですが、現在は海外でも盛んに行われるようになり、アフリカやヨーロッパでも普及活動が行われています。

多くの人たちとふれあい、仲間と楽しく試合をして、結果それが勝利に結びつけば、最高だちゃ！



高岡市参加選手
【キトキトとやま】
木森千佳子さん
(早川在住)



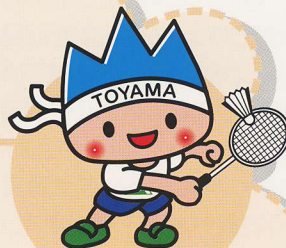
高岡市参加選手
【チーム富山・B】
大井 龍仁さん
(戸出市野瀬在住)

年齢別バドミントン

高岡市民体育館

バドミントンは、ネットで仕切られたコートで、シャトルコック（コルクの台の上に16枚の水鳥の羽根が植えられているもの）をラケットで打ち合う競技です。

地元開催のバドミントン競技に選手として参加でき光栄です。他県選手団との交流を第一に上位をねらっていきたいと思っています。



全国スポレク奮戦記！

VOL.3



みなさん！覚えてくれましたか？僕は「スポレクとやま2010」祭典マスコットの“きときと君”です。

祭典開催100日前となる7月11日(日)には、みんなで作り上げる祭典を目指し、開催機運を盛り上げるために「100日前イベント」を開催したよ。小雨模様の天気だったけど、会場の高岡市民体育館前特設テントにはたくさんの人に来てもらったよ。「スポレク」クイズラリーでは、スポレクにちなんだクイズに挑戦しながら古城公園内を楽しく散策したり、全国から集う皆さんへの応援メッセージをフラッグに書き込んだり、僕のぬりえを楽しんだりしたよ。もちろん僕も参加し、きときと夢体操と一緒に踊ったり、参加してくれたみんなと写真を撮るなどとても楽しかったよ。

各種目に参加されるチームの申込書も届き、「いよいよ開催！」という雰囲気になってきたよ。



歓迎レセプション、各種目別大会の運営や開始式・表彰式、交流行事などの準備もより一層具体的になってきたよ。

そうそう、この全国スポレク祭に、日韓スポーツ交流事業・成人交歓交流として3種目（ラージボール卓球、年齢別ソフトテニス、年齢別バドミントン）に韓国のチームも参加するんだ。各競技会場で全国の参加者と交流を行い、日韓両国の親善と友好をより一層深められる大会になればいいなぁと想着いて、その準備も進めているよ。

高岡万葉マラソン開催！



ゲストランナー

弘山晴美さん

第30回の節目である今大会。スペシャルゲストランナーとして、オリンピック3大会に出場、世界陸上には4回出場し3種目で入賞、1500mから5000mの前日本新記録保持者だった、弘山晴美さん(資生堂ランニングクラブ)を迎え開催いたします。

参加者の皆さんに満足していただけるようおもてなしの心で運営いたしますので、是非ご参加ください。またボランティアスタッフも募集しております。ご協力よろしくお願いいたします。

参加者募集！

さわやかな秋の万葉路を走ってみませんか？

と き：11月21日(日) 開会式 午前8時30分

ところ：城光寺陸上競技場発着

種 目：ハーフマラソン、10km、5km、2km
(年齢別で4種目計21種別あります)

対 象：小学生以上で健康な人

参加料：一 般 3,000円、高校生 2,000円、
中学生 1,000円、小学生 800円

申 込：10月12日(火)まで、市内体育施設にある大会要項に従って申込ください。体協HPにも掲載いたします。

参加賞：記念Tシャツ、おいしい豚汁、飲み物

☆上位入賞者には高岡万葉米プレゼント！

ボランティア募集！

受付や飲み物引き換えなどを行う
ボランティアを募集します。

と き：11月21日(日) 午前7時～正午

ところ：城光寺陸上競技場

申 込：10月29日(金)まで

高岡市体育協会事務局まで (☎26-5225)

☆記念Tシャツをプレゼント！



カローリングをやってみよう！



●カローリングとは？

あなたはカローリングを知っていますか？

カローリング(CUROLLING)は、カナダや北欧の国々で親しまれている氷上のスポーツ「カーリング」からヒントを得て、平成5年に誕生したスポーツです。「カーリング」では、「ストーン」を投球しブラシで氷をゴシゴシこする様がテレビで放映されていますが、「カローリング」では氷上でなくても室内で楽しめるように、底面に車輪がついた「ジェットローラー」を使用します。

また、「カローリング」の名の由来は、「軽やかにローリング(回転)する」ことであることから分かるように、子どもから高齢者まで年齢や性別を問わず、みんなが楽しめるスポーツです。

〈詳しいルールについては、日本カローリング協会HP(<http://www.curolling.com/>)をご参照ください。〉

●カローリング指導者養成講習会

(財)高岡市体育協会では、そんな素晴らしいカローリングをみんなで楽しめるようにと、平成22年5月30日(日)ふれあい福祉センターにて、第1回指導者養成講習会を行いました。市内の体育振興会や体育指導委員を中心とした40名ほどが、講師の北村茂氏・川島裕和氏(日本カローリング協会公認SA級指導員)の熱心なご指導をうけ、和気あいあいとした中にも真剣さを漂わせながら学習しました。



得点の散え方が
ちょっとだけややこしい…



最初のうちは、
なかなかポイントゾーンに
入ってられません。



カラフルなジェット
ローラーをポイントゾーン
目掛けて投球します。

「カローリングをぜひやってみたい！」という方は、当協会では用具を貸し出していますので、ご連絡(☎26-5225)ください!!

(参考) <http://www.curolling.com/>、
<http://ja.wikipedia.org/wiki/>

▶かんたん体操指導者研修会

NEW



- と き 平成22年4月23日(金) 19:00～20:30
- ところ 高岡市民体育館
- 参加者 地域指導者 70名

市民の健康体力づくりを推進していくなかで、地域のスポーツリーダーは欠かせません。

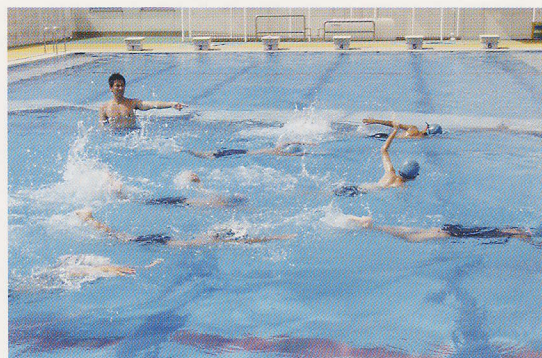
そこで、地域で活動している体育振興会役員、体育指導委員、ヘルスボランティアを対象に、指導上のワンポイントアドバイスと、きときと夢体操&古城公園スキ☆スキ☆スキップ&ストレッチの実技研修を行いました。

住民運動会や公民館活動で、今まで以上に活躍され、地域がもっともと元気になることを願っています。

第2回 開催

- と き 平成22年9月7日(火) 19:00～20:30
- ところ 市民体育館
- 申 込 高岡市体育協会事務局まで (☎26-5225)

▶水泳&スキー派遣指導



夏はプール。冬はスキー場。熱心に指導している大きな声が聞こえてきます。

市内小学校を対象に体協職員が出向きます。今年の夏は17校。プール大好き子が増えますように。この夏の思い出が、彼らの自信につながりますように。

スキー学習は、ハブニング続出です。スキー靴を左右逆に履いている子。スキーより帽子の向きを気にするお洒落さん。初めてのリフトに「マジ?怖いよ〜。」と怖気づいたのもつかの間、帰るころにはニコニコ顔で滑ってきます。「楽しかった。」「まだ滑りたい!」その言葉で、疲れが吹っ飛びます。

高岡市体育指導委員活動紹介

高岡市体育指導委員協議会 理事長 中村 清志

平成22・23年度は男性110名・女性52名の計162名が教育委員会より高岡市体育指導委員として委嘱を受けました。皆、地域住民に対しスポーツに関する指導・助言を行うことはもちろん、その楽しさを深く理解したスタッフです。

既に、地域の各種行事の運営や市関連事業にたずさわりながら、自らの知識・技術修得にも取り組んでいます。6月26日・27日両日にわたり小松市で開催された『北陸地区体育指導委員研修会』には、大勢の委員が参加しました。なかでも“地域を支える生涯スポーツのあり方”をテーマにしたシンポジウムにおいては、前馬義隆副理事長が富山県を代表して登壇し、自らが関わっている総合型地域スポーツクラブの活動を中心に発表しました。まさに地域密着が我々の大きな使命だという高岡市体育指導委員全員の考え方に、会場の賛同を得ることができました。

このあとに控える全国スポレク祭でも、運営役員として自覚をもった行動を心がけ、大会の成功に尽力したいと思います。



平成22年度高岡市民スポーツ大会 大会結果

期 日	大 会 名	種 別	優 勝	次 勝
5/9	年齢別ソフトボール大会	—	博 労 校 下	木 津 校 下
5/16	ビ ー チ ボ ー ル 大 会	18歳以上	横 田 校 下	伏 木 校 下
		35歳以上	西 条 校 下	野 村 校 下 A
		45歳以上	能 町 校 下	東 五 位 校 下
		55歳以上	戸 出 A	古 府 校 下
		60歳以上	戸 出 A	戸 出 B
6/13	ソフトバレーボール大会	—	定 塚 校 下 B	戸 出



スポーツ施設紹介 高岡市民体育館

高岡市民体育館は、中心市街地に約21万㎡の広大な面積を有する古城公園の「三の丸」にあります。春は桜の名所として、夏は緑豊かな自然、秋は色鮮やかな紅葉等、四季折々に人々を楽しませくれます。子供から大人の方まで個人・団体を問わず、卓球・バドミントン・ビーチボール等の練習や大会会場として、利用されています。また、各種スポーツ教室も開催しています。ぜひ、健康・体力づくりの一環として、体育館を気軽にご利用ください。



問合せ先

〒933-0044 高岡市古城1番8号
TEL: 0766-20-1576
FAX: 0766-26-5210

利用者の声!!

★週2回体育館に通い始めてもう30年！エアロビ・ストレッチ・球技等健康づくりと仲間作りに汗を流しています。広いフロアで体を動かし、ストレス解消！今日も明るい声が聞こえます。これからもずっと通います。

★高岡古城クラブ(会長 大石)は、ラージボール卓球クラブとして、体育館を利用しています。初心者から上級者まで専属のコーチ陣(石井・川中)の指導もとで、誰でも卓球を楽しむことが出来るようになります。頭脳と肉体の老化防止として、とても適したスポーツですので一緒に卓球を楽しみましょう。

掲示板

高岡ジュニアラグビーフットボールクラブ

「ラグビーのホームタウン高岡～園児からオールドラグーマンまでみんなでラグビーを楽しんでいこう～」を目指して

『子供たちに勝ち負けではなく、ラグビーをする楽しさを味わってほしい。仲間とともにプレーする楽しさを味わってほしい。その中で、人と人との出会いを大切にしたい。年齢に関係なく一緒にラグビーを楽しんだ仲間としてずっと付き合っていきたい』という基本姿勢のもと、子供たちが伸び伸びと自由にラグビーを楽しむ姿を追い求めて活動しています。わずかに週1回の活動ですが、子供たちはここで出会ったいろんな学校の仲間と元気にラグビーを楽しんでいます。

大変嬉しいことに、ここ数年、高校や高専の全国大会に高岡ジュニアラグビーのOBが出場するようになりました。彼らは、高岡ジュニアラグビーで学んだラグビースピリッツを体で感じとり、全国大会という舞台上で思いっきりプレーをしています。いつの日か、彼らの中から日本代表選手が出てくれることを願ってやみません。

【仲間を募集しています】

高岡ジュニアラグビーは、一緒にラグビーを楽しむ仲間を募集しております。ラグビーというスポーツに触れてみたいと思われた方は、是非ご参加ください。毎週日曜日9:00～11:00、高岡スポーツコアや庄川の河川敷グラウンドで活動しています。詳細は、高岡市ラグビー協会のHP (<http://homepage.mac.com/papa77/TRFU/index.html>) をご覧ください。

【女子ラグビーチーム「オーバル」誕生！】

高岡ジュニアラグビーに所属する選手のお母さんたちが女子ラグビーチームを結成しました。その名も「オーバル」。楕円形(オーバル)のラグビーボールがチーム名の由来です。9月の高岡市ラグビー祭でのお披露目を目指して練習中です。メンバー募集中です。興味のある方は、高岡市ラグビー協会のHP (<http://homepage.mac.com/papa77/TRFU/index.html>) をご覧ください。



総合型地域スポーツクラブ「スポーツクラブこぶし」

土曜日の夜になると南星中学校体育館から聞こえてくる元気な声！「スポーツクラブ こぶし」の子ども達の声です。「走・跳・投」の遊びの中からスター選手が誕生しないかな？ を期待しながら……。

また、大人の人達には、健康で長生きするために『続けることが一番』そして美容にもね。と、笑顔で声をかけ……。

地域に根付いたスポーツクラブになるように頑張っています。

興味のある方は、一度のぞきに来ませんか。

◎活動日：木曜日 木津小学校 19:30～21:00

土曜日 南星中学校 19:00～21:00

◎連絡先：クラブマネージャー 竹田雅子 ☎25-2015

編集後記

梅雨明けと同時に酷暑日の連続。新聞、テレビでの熱中症の報道が毎日のようにあります。

こまめな水分補給と同時に、自身の体力の過信にも気をつけたいものです。

さて、体協だより「スポーツ高岡」は今号より、ページ数も増え世界や全国レベルで活躍するアスリートの紹介や、市民大会、ジュニア、体育指導委員の活動など満載の記事となっています。そして、カローリングの紹介と普及、ケーブルテレビでおなじみの高岡かんたん体操が全市民に浸透し、各校下でのスポーツイベントの準備体操として取り入れていただきたいと思います。

また、10月に開催されます全国スポレク祭に、選手、役員、ボランティアとして参加されます皆様、県外選手や応援の方達と交流を深められ、高岡の良さをアピールしていただければと思います。

広報・調査部会委員 明野美和子