



公益財団法人 日本体育協会公認  
茨城県スポーツ指導者協議会

# 会報

## 第 72 号

平成28年3月15日

発行人  
茨城県スポーツ指導者協議会  
会 長 照 沼 一 美  
事務局 〒306-0204  
古河市下大野1463-4  
事務局長 鈴 木 義 夫  
TEL・FAX 0280-92-4555  
会員数 1,258 名 (H28.3.1 現在)



全県研修会 (平成 27 年 8 月 2 日(日) 水戸市・茨城県農村研修館)

公益財団法人 日本体育協会公認  
スポーツ指導者のために

資質向上と  
活動の推進を

連帯感を深め  
組織的活動を

## 目 次

会長あいさつ.....	2
事務局長の活動報告.....	3
平成 27 年度全国公認スポーツ指導者研修会報告	
受賞者あいさつ.....	4～7
支部だより.....	7～9
みんなの広場.....	10～12

ごあいさつ



照沼 一美

茨城県スポーツ指導者協議会会長

茨城県スポーツ指導者協議会会員の皆様、ご機嫌如何お過ごしでしょうか。平成二十八年度を迎えるにあたり、新しき年が我々スポーツ指導者として、より良い年になりますよう、願いを込め茨城県スポーツ指導者協議会会員の皆様に、ご挨拶を申し上げます。

平成二十七年事業も予定通り滞りなく、すべての事業が終了いたしました。これ等ひとえに役員の皆様の献身的なご努力と、会員の皆様のご協力によるものと感謝の意を表し御礼を申し上げます。

本協議会に主事業である登録更新時の必須義務研修である全県研修会においては、中央支部主管として盛大に実施いたしました。更に支部単位の更新時義務研修会は県西支部、鹿行支部、が其々に実施いたしました。其々に支部の特徴を演出し、役員の皆様のお力が前面に出されて、参加者のニーズに応えることが出来たと確信いたしました。平成二十七年度の養成講習会は

各競技団体が行う独自事業として山岳、バドミントン、グラウンドホッケー等が実施されました。新しい仲間の方々が受講され指導者として誕生いたしました。新公認資格者として指導力を有意義に成長させてほしいものです。新公認資格者の皆さんの一人でも多くの方が本協議会へ御入会されるよう望まれます。どうぞ、積極的な御入会をお待ちしております。

毎年の恒例行事になりました、公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導者の表彰式典が、去る平成二十七年十二月十二日、東京都港区高輪のTKPガーデンシティ品川ボールルームにおいて、公認指導者の全国研修会に先立ち開催されました。本県からの受賞者は以下の通りです。

- ▽県スポーツ指導者協議会推薦者
  - 近藤康雄様・水泳
  - 櫻井孝之様・ジュニア

- ▽各種競技団体推薦者
  - 梅村恒雄様・剣道
  - 高野照代様・卓球

計六名の皆様が受賞されました。誠に改めてとうございます。今後更なるご健勝とご活躍をさねますようご期待申し上げます。式典後の公認スポーツ指導者全

国研修会は、

特別講演としてソウル五輪シンクロ・デュエット銅メダル獲得、田中ウルヴェ京様による「メンタルトレーナーが考える次世代リーダーとは」と題して、

また講演は「これからの時代に求められる指導者とは」と題してハンマー投げ、室伏由佳様・四季レディースクリニック院長、江夏亜希子様お二人による「アスリート女性の体調管理に関する生理学」を、清水隆一コーチングカレッジ株式会社代表取締役、清水隆一様による「プレーヤーと指導者の望ましい関係」と題して出席者対象のワークショップが行われました。

表彰式典の前日、十一月十一日渋谷シダックスホールにおいて平成二十七年全国スポーツ指導者連絡会議が都道府県代表者・中央競技団体及び協力団体選出代表委員により連絡会議が開催されました。主な内容は

- \*日本体育協会指導者育成事業の現状について
- \*日本体育協会公認スポーツ指導者表彰要項について
- \*公認スポーツ指導者制度の見直しについて他

◎実践発表として「スポーツを通じた復興支援」岩手県スポーツ指導者協議会会長の浅沼道成様が発表されました。

その後、関東一都七県による関東各都県代表者会議を開催し、

\*「公認スポーツ指導者制度の見直しについて」等々、各都県の現状のヒヤリングを行い、この結果を日本体育協会へ報告し、関東一都七県による今後の情報の共有化を約束しました。特に関東一都七県は全国に先駆けてブロック会議等の結末、年度事業として其々の各都県からの情報発信を促進し情報の共有化を約束しました。

さらに翌日十二月十三日、公益財団法人日本体育協会事業の指導者育成五十周年記念行事が品川プリンスホテルにおいて開催され、茨城県からは県体育協会市村専務理事が出席され、茨城県は育成協力団体として表彰されました。

茨城県スポーツ指導者協議会といたしましては県体育協会の指導の下、義務研修会を中心に、機会ある毎に「スポーツ界における暴力根絶」を訴えてまいります。

新たな年、平成二十八年度が有資格者それぞれの皆様にとつて、益々ご活躍されますよう、ご祈念申し上げます。終わりにご愛読いただきありがとうございます。茨城県スポーツ指導者協議会各位の益々のご活躍を、更に茨城県スポーツ指導者協議会への格別なる、ご指導ご鞭撻を賜りますようお願いを申し上げます。



# 平成二十七年 本協議会活動報告



茨城県スポーツ指導者協議会事務局長  
鈴木 義夫

平成二十七年茨城県スポーツ指導者協議会の事業活動を、ご報告申し上げます。

今年度の本協議会総会は、平成二十七年四月二十六日(日)に水戸市・内原中央公民館で開催して、茨城県スポーツ指導者協議会会長より総会席上に於いて、功労賞に県北支部長推薦で阿部幸江様・柴田美知代様、県西支部長推薦で大竹幹夫様、感謝状に中央支部長推薦で木村邦子様が受賞しました。

平成二十六年度事業報告及び収支決算報告並びに平成二十七年事業計画案及び収支予算案、規約改正案、次年度新役員選出案が全会一致でご承認が得られました。

本協議会の主なる事業は、研修会「全県研修会・地区研修会」を茨城県内の三ヶ所会場で開催して今年度の全県研修会を中央支部及び研修委員会共同で主管して、平成二十七年八月二日(日)に水戸市・茨城県農村研修館で開催して参加申込者は百六十六名に

対し、受講者は百四十六名「会員百二十一名・未会員二十五名」でした。さらに県西地区研修会は県西支部主管で、平成二十七年十一月十五日(日)に筑西市・生涯学習センターで開催して、参加申込者は百六十七名に對し、受講者は百三十九名「会員八十五名・未会員五十四名(一般十七名含む)」であり、また鹿行地区研修会は鹿行支部主管で、平成二十八年二月十四日(日)に潮来市・潮来市立中央公民館で開催して、参加申込者は百九名に對し、受講者は八十二名「会員五十七名・未会員二十五名」でありました。

次に本協議会は、会報を毎年二回「三月末及び七月末」に広報委員会が主管で、研修会取材・原稿依頼・校正等など編集後に印刷製本が出来上がり次第に本協議会事務局から各支部を通じて、会員皆様へ会報発行して、また各支部が独自に研修会・講習会等を開催し、支部便りも発行しております。

茨城県に所属する公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導者は、平成二十七年十月一日現在に登録人数は三千九百三十三名で、本協議会の支部別に公認スポーツ指導者(有資格者)及び会員数は「県北支部有資格者三百一名・会員数百六十一名」「水戸支部有資格者三百八十三

名・会員数百四十八名」「中央支部有資格者五百九十六名・会員数二百九十八名」「鹿行支部有資格者百七十九名・会員数九十一名」「県南支部有資格者千一名・会員数四百十八名」「県西支部有資格者三百五十六名・会員数百六十二名」で、有資格者合計は二千八百六十一名(但し、スポーツリーダー及び県外有資格者は除く)、会員数合計は千二百七十八名で、会員比率四十四・六六%、前年度十月より百五十九名の会員増加になりました。

公認スポーツ指導者は、資格取得後に義務研修会を四年間に一回以上の研修会に受講した実績が無い場合は、資格更新の案内通知が送付されなくなりますので、本協議会が主催する研修会「全県研修会及び地区研修会」に受講者を公益財団法人茨城県体育協会を通じて、公益財団法人日本体育協会に義務研修会に受講者を書面で提出して資格更新の案内通知が届きますよう会員皆様をご支援します。

本協議会は、毎年四月及び十月に公益財団法人日本体育協会に資格取得した公認スポーツ指導者に会員入会のご案内文書が届きましたら、本協議会へ会員更新を積極的にご入会お願い申し上げます。

今後とも茨城県スポーツ指導者協議会の発展寄与に事業運営等を

会員皆様の格別なるご理解とご支援を賜りたく合せてご協力を宜しくお願い申し上げます。



鹿行地区研修会 (H.28.2.14(日) 潮来市)



県西地区研修会 (H.27.11.25(日) 筑西市)

平成  
27年度

# 全国公認スポーツ 指導者研修会報告



## 受賞者あいさつ



県北支部  
梅村 恒雄

去る十二月十二日(土) 十三時よりTKPガーデンシティー品川ボールルームにおいて、平成

二十七年公認スポーツ指導者全国研修会公認スポーツ指導者等表彰式の席上、財団法人日本体育協会より全国一八五名の一人として、公認スポーツ指導者表彰を受賞する事ができありがとうございました。ご推薦を頂きました茨城県体育協会、茨城県スポーツ指導者協議会、そして県北支部関係者皆様方のご尽力に心より感謝を申し上げます。

今回の全国研修会では二〇二〇年に東京にて開催されるオリンピック・パラリンピック競技大会は、これまで育んできたスポーツを見つめ直し、さらに未来へつなぐ、広め、高めていく機会であり、各種研修会を開催し様々な情報提供を通じて「学び」を応援することから「これからの時代に求められる指導者とは」をテーマとして、これからの時代にはどのような資質を備えた指導者が求められるのか、ふさわしいリーダーとなるための資質・能力とはどのようなものか、また、女性アスリートが抱えている健康問題について、プ

レーヤーとの信頼関係の構築法やコミュニケーションスキルの獲得などのプログラムが企画されており、日々のスポーツ指導のヒントとなる講演でした。

最初の、ソウル五輪シンクロ・デュエット銅メダリストで、「心」と「身体」の健康としてアスリートからビジネスパーソンなど広く一般にメンタルトレーニングとして指導しているスポーツメンタルトレーニンング上級指導士の田中ウルヴェ京氏による「メンタルトレーナーが考える次世代リーダーとは」では、コーピング(ストレスの対処法)はプレーヤーが自分の感情に気づくことはコントロールでき実力を発揮し結果がだせる、ストレスの原因は個人個人の力で変えることはなかなかできないが、ストレスとうまく付き合えることができればリスクは軽減されるなど分かりやすいスピーチでユーモアのある話し方に引き込まれ、さらに学んでみたいスキルでした。

二つ目の、「女性アスリートの健康支援」については、アテネ五輪女子ハンマー投げ日本代表の室伏由佳氏と江夏亜希子氏公認スポーツドクターが対談形式で、室伏氏の体験から女性とスポーツ環境について、アスリートと医学との関わり、健康問題など女性の健

康・予防医学に関する啓発活動を通して「一生付き合う身体 長い一生につながる 身体のことを知ることが大切」と女性特有の身体について熱く話していました。女性を預かる指導者として心すべき講演でした。

最後の「プレーヤーと指導者の望ましい関係」と題したワークショップは、清水隆一コーチングカレッジ代表により、一本の木に例えて、「信頼」という「根」をコミュニケーションを地中深く張り、相手を深く知り、お互い信頼し合ってこそより強固な「幹」を「ティーチング」が立ち、しっかりとした「枝・葉」を「ティーチング」が育まれるという。コーチングの世界では「答えは相手の中にある。相手の中から答えを導き出して自発的な行動を促す。何かを教えたり、一方的に指導するのではなく『受け身』で問題解決までのプロセスを考えて貰う、解決策を与えるのではなく、解決するための『考え方』を身に付けてもらう。即物的な技術指導も大切ですが、解決に至るプロセスを自分で考えられるようにする事が大切で気づきへのきっかけを、自分で考えられるようにすることがコーチングである」とスポーツやビジネスの事例をさみながら話され、その中で「本当に勝つことが目的でし



か」という問いに対して、「競技スポーツである以上、試合において勝つことを目的」とすることは当然である。しかしもっと重要なのは、勝つことを「目標」にプレイヤー個々人が「自分は何をすれば良いか」「自分は何ができるか」など考え工夫し行動することである。つまりプレイヤー個々人が自ら考え工夫し行動するための環境づくりが、指導者には求められるのである」と熱のこもった話に、私は大人の剣道は武道と捉え、スポーツ少年団の子供達の剣道は競技であるという認識で指導しており、自分の剣道指導と照らし合わせ納得しながら、今後スポーツ指導者として微力ではありますが指導者同士もっと「根」を張らせ、強固な「幹」を真っ直ぐに立て、しっかりと「枝・葉」を育んでいかなければと気を新たにしました。



行方市

高野 照代

この度は、公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導者の表彰を賜りまして、感謝申しあげます。私は、幼稚園の教諭として仕事をしながら、地域卓球の普及指導

に従事してまいりました。

中学生の時初めて卓球と出会い、一九八二年には、旧麻生町に卓球クラブが設立され、日本体育協会の卓球指導員の資格を取得しました。そのお陰で、今までに多くの方々と出会い、交流を深めることができました。

行方市は、茨城県南東部にあり、西は霞ヶ浦、東は北浦と、2つの湖に挟まれた「武湖の国なめがた」といわれる自然・文化・歴史に恵まれた地域です。古来から人情味あふれる行方市ですが近年、地域の一体感や郷土への愛着心の欠如が問題とされる中、コミュニティスポーツの役割はますます重きを増しております。特に障害をもつ人たちが、スポーツを日常的に楽しめる環境づくりは急務と考えます。

行方市では平成二十五年に「パラリンピックの開催を契機として、障がい者スポーツを推進しよう」と鈴木市長の熱い思いが示され、本格的に平成二十六年度より、障がい者スポーツへの思いを込めて、障がい者スポーツ推進振興事業を立ち上げました。

私も、現在は卓球クラブの他に、市の総合型スポーツクラブの中で、卓球を指導しながら一緒に楽しんでおります。障がい者の方と共に生きがいを求めて、障害の

ある人が、生まれ育ったところで共に生きていける環境を創り上げる事に、スポーツは重要な役割を果たせると思います。

そして、なめがたふれあいスポーツクラブの会員に「障がい者就労支援事業所」で働く仲間を受け入れることにしました。障害のレベルは人により全く違います。障がい者の方をよく理解し、一人一人の可能性のある運動機能を刺激しつつ、遊びながら楽しみながら運動できるように、支援者としてかわっていきます。常に相手の立場に自分を置き換えて、問題点・支援の方法を見つけていくことが大切だと思えます。障害のある人がスポーツを楽しむ中で、自信や誇り、生きる力を養って行ける場でありたいと願っています。スポーツクラブに来てくださる市民の方々は、小学生からお年寄りまで幅広い年齢層です。中には、私の親と同年齢で、八十二歳になられる方もいます。その方は、卓球一筋で卓球だけを楽しみに来てくださいます。そんな方々の少しでもお役に立てればと考えております。

一人でも多くの方が、健康で自分の力で身体を動かすことが維持できるよう、生涯スポーツのあり方を考えていきたいと思えます。

みんな集まれ・・・を合い言葉に、地域の人々とのつながりをも

ち、みんなが元気な市、いつまでも住み続けたい市、子ども達が夢をもてる街づくりを目標にしたいと思えます。

子どもからお年寄りまで、ふれあいを大切にしながら、お互いに生きる元気をもらい、誰もが気軽に参加し楽しめるスポーツクラブを目指します。

スポーツ指導者として、あらゆる世代が出会い・ふれ合い・地域に根ざしたスポーツ環境づくりのお手伝いの一端になればと思います。障がい者の方にも「来てよかったなあ」「楽しかった!」と感じてもらえるフオローを心がけています。特に、休憩のひとときなどは、語らいのコミュニケーションが楽しさを倍増させ、スポーツを楽しむ仲間同士、優しき心が通う時間となります。

これからも、地域卓球の普及指導に従事しながら、スポーツを通して生まれる笑顔と元気をやりがい頑張ってまいりたいと思えます。



牛久市

櫻井 孝之

### 全国表彰を受けて

三十二年前スポーツ少年団認定指導員資格を取得し、中根小サッ



# 支部だより

## 県北支部

支部長  
梅村恒雄

「ネス」とは？目の前にいる選手が本人の出した力を引き出させる為に何をやるのか？興味を持つたら楽しくやる。いかにモチベーションを上げるか？最終的には本人、アスリートから話を聴く事が最も重要だとこの事でした。（積極的傾聴）

講演二として「女性アスリートの身と競技を考える」―室伏由佳さんの五輪チャレンジを通して―の女性の体（特に月経）の仕組みについて話があり私たち指導者として女性アスリートに対しての思いを改めて考えさせられました。

ワークショップでの話はやはり「プレーヤーの話を聴く事」が良い結果が出るとの結論になりました。

今回の指導者表彰及び全国研修会に参加した事によりこれからの指導活動に微力ではありますが努力してまいりたいと存じます。今後共、皆様方のご指導、ご鞭撻を宜しくお願い致します。

最後になりましたが現在、古河市スポーツ推進委員として活動しておりますが2019年茨城国体、公開競技として「綱引」を古河市で開催する事になり微力ながら協力をさせて頂いております。「綱引」に興味がある方、又、実際に競技に参加している方がおられましたら御協力をお願い致します。

前回、今年度の総会までご報告しましたので、その後の事業実績についてご報告します。

・平成二十七年事業実績  
四月 六日 定例会

さくらロード助勢反  
省・県常任理事会報告  
歩け歩け大会助勢報告

五月十一日 定例会

県・支部総会報告  
県理事會総会報告  
女性センター総会報告

六月 一日 定例会

全県研修会対策  
周年事業準備委員会  
定例会

七月 六日 定例会

全県研修会検討  
周年事業内容検討  
定例会

八月 三日 定例会

周年事業内容検討  
支部会報審議  
定例会

九月 七日 定例会

全県研修会報告・支部研修会対策・女性センター対策  
定例会  
県理事会報告・支部研修会対策・女性セ

十月 五日 定例会

十一月二日 定例会  
ンター祭対策

県理事會報告・全国表彰者報告・関プロ情報交換会対策・女性センター報告

十二月七日 定例会

県協議会表彰者審議・支部研修会対策・関プロ情報交換会報告・女性センター式典対策・障がい者スポーツ中級指導者養成講習報告

十二月十二日 全国研修会

一月十八日 定例会  
全国研修会報告・支部研修会対策・女性センター対策・地区研修会審議・県報告事項審議

以上が現在までに実施した事業です。今後の事業は、二月 一日 定例会  
女性センター報告

県協議会報告事項審議  
支部研修会最終対策  
支部研修会

三月 七日 定例会

支部研修会の反省  
支部総会対策

等を予定しています。尚、今年度の支部総会において永らく監査をお願いしておりました平沢ふく枝氏、保坂信子氏の御両名が勇退されました。これまでの活動に感

謝を申し上げ、今後も支部活動に對するご支援、ご指導をお願い申し上げます。後任に江川恵子氏、八百律氏が新任されました。今後の活動を期待しております。

支部研修会は、現在三十一名の参加者があり準備を進めています。今後は、平成二十七年年度の反省と平成二十八年度の事業計画について議論し、役員一同精一杯頑張りますので、会員の皆様のご支援、ご協力をお願いいたします。

## 中央支部

事務局  
野々村律子

平成二十八年を迎えるにあたり、中央支部といたしましては、四月二日にひたちなか市松戸体育館に於いて、総会を開催し、六月初旬に恒例の救急救命の講習会を受講して、有事の時に意義のある関わりが出来ればと思っております。

尚今年度の支部研修としては、トレーニングの科学、日本体育協会懸案事項の暴力撲滅を徹底と思うと同時に、自由研究に於いて、各競技における、体の不自由な人達、高齢者の人達との関わり方を考えてみたいものと思えます。今が少子化・高齢化を問題視される社会に居て、競技の現況をふまえた時一人一人の指導者が、意識を持つべき時ではないでしょうか。



二〇二〇年東京オリンピック・パラリンピックと正式名称にもありません様に、今からこそ統計的に継続的に知識を学びたいものと思えます。私が関わる卓球の世界では目の不自由な人達の卓球の審判のお手伝いをしている内に、進化というべきでしょうか、同じ土俵で目の不自由な人、体の不自由な人、車椅子に乗った人、そして私は青眼者として参加出来る事を知りました。これは又高齢者にも嬉しい事だと思えます。この世界は、ボランティアの手が、不可欠な所でもありますので理解が必要と思えます。審判だけでなく、運営面も一杯お手伝い出来る事があります。

研修会までに事務局で、出来るかぎりの資料を準備するとして、又会員の皆様の情報も楽しみにして、と思えます。笠松の会場の確保が出来次第、日本体育協会の資格更新事業として、お知らせ致します。

私達指導者は、従来の指導に加えて、若い指導者の養成も大事ですが、経験者が新たな経験としての挑戦を試みるというのは、どうでしょうか。

パラリンピックを通して、これからの指導により意義深いものが得られるように、頑張りたいものと思えます。

**水戸支部**

支部長

吉田 広光

この新年を迎えますと早いもので前支部長の後任として受け、六年目を迎え様としております。その間会員の皆様様の意見希望を取り入れ協議会の活動を積極的に交流を深めてその役割を目指して私なり活動してまいりました。水戸支部運営委員又有資格者会員のそれぞれの皆様ここに新しい新年を迎えることができ格別なる協力に感謝を申し上げます。昨年五月十七日救急救命の研修会及び同時総会を実施しました。無事参加者の皆様の協力により開催をして義務研修が終了されました事を報告申し上げます。さて本年二十八年は水戸支部事業活動の一つとして全県茨城県スポーツ指導者研修会をさる、八月七日日曜日開催が決定しております。会場として平成二十六年「茨城県農村研修館」を推進計画した会場です。駐車場の件も自由に出来る事が出来るかと思っております。是非積極的に受講されます様、皆様の参加を期待しております。

本年度茨城県スポーツ指導者協議会表彰規定細則に基づいて水戸支部理事で活動して下さる笹本弘様を表彰候補として推薦致しました。競技団体の中で行事運営に對

し積極的に役割を果たしておられ特に「青少年の礼儀作法」「社会性を身につける」「身体を鍛える」この三点に活躍をされておられます。茨城県スポーツ指導者協議会活動競技団体での今後献身的な活躍を期待しております。

さる二〇二〇年東京五輪パラリンピックのメインスタジアム新国立競技場の新たな建設計画を担う設計施工業者選定が決まった建築家の隈研吾氏は選手や皆さんの意見を聞いてみんなのスタジアムにしたいと意欲を示されたようです。白紙撤回を経て「大会のシンボル」建設計画がようやく決まった。競技者初め全国のスポーツに活躍活動されている方々にはほっとした所ではないでしょうか。

「本年は挑戦」サッカー日本代表の本田圭佑が決意の中で青少年達に伝えたいこと「一、しぶとく生きていける人間を育成したい、二、失敗の数はその人の魅力そのもの」失敗したことがないという人が目の前に現れたらその人間は何の魅力も感じないそして失敗はすごい価値のあるものだと言っています。とても素晴らしい充実感を味わいました。今自分達が出来た事、切磋琢磨、人達のために何が出来るか共に考えながら本年会員皆様の協力理解とご支援を賜りたくご協力申し上げます。

**鹿行支部**

支部長

島田 昌和

鹿行支部では二月に潮来で研修会を実施します。内容は講演Ⅰが田中氏による「指導者に必要なコミュニケーションスキル」講演Ⅱが鉾田病院院長横田広夫氏による「中高年齢者のための運動プログラム」で指導者の資質の向上を図ることを目指します。

三年後には茨城国体、ラグビーワールドカップが開催され四年後には東京オリンピック、パラリンピックが開催されます。身近なところでの国体を大いに盛り上げ成功させることは茨城にとつて大変有意義なことであり東京大会に繋がりたいと考えます。

茨城国体は正式競技三十七、公開競技五、特別競技一、デモンストレーションスポーツ二十三、計六十六の競技が茨城県内全域で開催されることで大いに茨城の良さをPRしたい。

鹿行各市での種目を紹介しますと、潮来市でボート、トライアスロン、鹿嶋市でサッカー、神栖市でテニス、カヌー、グランドゴルフ、鉾田市で山岳、行方市でゲートボール、ビーチハンドボールが実施されます。この様に鹿行地区は多種目開催ができる地域の環境条件にも恵まれています。鉾田での山岳、



行方のビーチハンドボール、神栖のカヌーなどはめずらしく、いろいろな種目が開催されるのは楽しみであります。

鉦田市では六年生を対象にトックライマーを呼んで前期と後期の二回のクライミングの講習会を実施し、市内六小学校にクライミングウォールを設置して、ほこまるカップなる小中学生の大会を実施するなどして茨城国体に鉦田から選手を出そうと取り組んでいる所です。

こうした大会を契機に更に国民一人ひとりがスポーツの数限りない良さを認識し、推進していくことが大会の成功に繋がるものだと思います。

又スポーツ庁もできました。スポーツを通して「国民が生涯にわたり心身共に健康で文化的な生活を営む」ことができる社会的の実現を目指すとし、子どもの体力向上、生涯スポーツ、競技スポーツの三本柱を掲げています。ライフステージに応じたスポーツ活動も成人の場合二十七年六月の調査で週一回運動は40・4%を週一回の実施率を三人に二人の65%に、週三回を三人に一人の30%に目標をおいています。

総合型スポーツクラブの育成も奨励している。目標を達成するためにも地域指導者の役割は大きなものがあり大切であると考えます。

## 県西支部

事務局長

近藤 康雄

平成27年度の活動もまもなく終わりに来ております。今朝、県西支部独自の活動として昨年8月30日(日)に「ニュースポーツ、インディアカ」の講習を企画し実施しましたが残念ながら参加者は7名と少くももう少し事前にPRをしなくては考えました。来期も企画しますので大勢の参加を期待致します。

さて、平成27年度茨城県スポーツ指導者研修会「県西地区研修」を昨年11月15日(日)に筑西市生涯学習センター「ペアーノ」で開催致しました。筑西市体育協会の御協力もあり、大変立派な施設(収容600名)での開催となり参加者は139名、県西地区が最も多く73名、県外からも4名の参加を頂きました。

講演Iとして筑波大学病院教授の高橋伸二先生から「スポーツ現場の救急対応について」と題して講義頂きました。高橋先生は学生時代野球部に所属し投手として東日本医科学学生体育大会で2度の優勝、全国大会で優勝1回の経験がありスポーツ現場での事故を目前で多々経験されたとの事でした。事故、ケガの要因として①内科的(個人的な病气)②外科的(外的プレー中のケガ)③環境的(熱中

症等)例をあげて説明を受け、特に外科的要因の出血、骨折、捻挫に對しての救急対応については改めて考えさせられました。

講演IIとして田中守先生から「指導者に必要なコミュニケーションスキル」と題して講義を頂きました。指導者として一方的な指示命令型(支配型)では選手は育たない。大地に立つ大木を例にあげて説明して頂きました。大木の根は信頼関係、幹はテーピング、枝・葉はコーチング(枝葉を伸ばす)選手(手)の話を最後まで聴く。アクティブリスニング(積極的傾聴)が一番大事だと。光のレセプターは目です。潜在能力を引き出すには一人一人の良い所だけをピックアップしてではなく良い所を褒め、悪い所はアドバイスで気づかせる。コーチングの基本は個人差の容認、立場の尊重から具体的な行動として声かけ、問いかけ、観察、傾聴、承認、共感が最も大切であるとの事でした。指導者としてコミュニケーションスキルがいかに大事か再度、認識考えさせられる講義でした。

今回、県西支部が主管として研修会を開催するにあたり、支部役員、又、筑西市体育協会の方々にご協力を頂き無事終了致しました事を紙面をお借りして御礼申し上げます。

げます。

## 県南支部

支部長

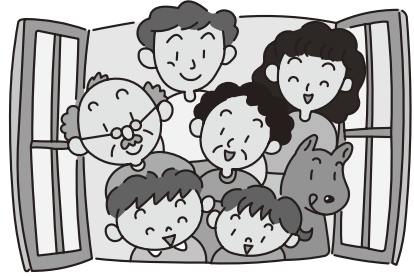
櫻井 孝之

本年度は、会報県南便りの発行一(一)号で、各研修会の報告を行いました。本来は会員の皆様の活躍等をお伝えしたいのですが、広報の力不足で申し訳なく思っています。会員の皆様には、各競技の指導活動にご活躍の事と承知致しております。スポーツ指導者協議会の活動にも尚一層のご理解を頂きご協力下さいませお願いいたします。

十二月五日、日体協の公認スポーツ指導者全国研修会に参加致しました。「これからの時代に求められる指導者とは」三名の講演がありました。田中ウルヴェ京氏はメンタルトレーナーが考える次世代リーダーとは、室伏由佳・江夏亜希子氏による「女性アスリートの健康支援」、清水隆一氏は「プレイヤーと指導者の望ましい関係について」と為になる講演でした。研修会の内容等は、次回県南広報にてご報告致します。

二十八年度は県南で地区研修会開催の予定です。役員、会員の皆様のご協力をお願いいたします。又県南広報に掲載する、会員の皆様の活動、ご意見、会の紹介等何でも結構ですので原稿をお寄せください。

# みんなの広場



## 「つながる」クラブ作りを目指して いなしきA・I（アイ）くらぶ

稲敷市 根本 勝行

「陸上競技」、「体力づくり」、「レクリエーション」等いろいろな運動をバランスよく取り入れながら、心も体も健康に、豊かなスポーツライフを送れる多世代・多目的のスポーツクラブを作ろうという理念で、10年前に立ち上げたのが、いなしきA・Iくらぶです。

設立当初、会員は小学生が中心でしたが、現在は、徐々に年齢層も広がってきました。クラブは年長から高校生までの「A・Iくらぶ」、一般（年齢制限なし）の、「A・Iランニングクラブ」の二つの組織から構成されており、今年度は年長小学生が85名、中学生・高校生が20名、一般が15名の計120名の会員で活動を行っています。

す。活動日は、毎週土・日曜日の週二日が基本ですが、中・高校生は、水曜日にも活動を行っています。各年齢層に対するクラブの活動・指導理念（願い）と主な活動内容は次の通りです。

### ★「A・Iくらぶ」（年長小学生）

#### (1)年長小学生3年生

走ったり、跳んだり、投げたり、体を思い切り動かす楽しさや喜びを味わってほしい。（かけっこ、クロスカントリー走、タイヤとび、なわとび、鉄棒、うんてい、ボール遊び等、外遊びをたくさん取り入れた活動内容で）

#### (2)小学4～6年生

走跳投の動きの基本を身につけながら体力を高めると共に、色々な種目にチャレンジして陸上競技の楽しさを味わってほしい。（短中長距離走、ハードル走、走幅跳、走高跳、ボールスロー、リレー、駅伝、その他、道具や方法を工夫したトレーニング等）

#### (3)中学生・高校生

陸上競技の本質にふれ、楽しさを味わいながら、自己記録の更新や大会での入賞を目標に技術や体力、メンタルの向上を目指してほしい。（種目毎の専門練習・トレーニングや、総合的な体力作り等）

### ●本年度、中学女子砲丸投で、関東・全国大会入賞、高校生男子400mHで、関東大会入賞、インターハイ出場

同じく男子110mHで、関東大会出場と、中・高生は、県外大会でも活躍を見せてくれました。

### ★「A・Iランニングクラブ」（年齢制限なし）

ランニング初心者から、レース経験者

まで、走る目的や目標にちがいがあっても、「走ることを楽しんでほしい」というのが、クラブの一番の願いです。（ビギナー、ファンランナー、シリアスランナーそれぞれに合わせた活動内容をコーチと相談しながら決め、取り組みます。）

### ●今年、フルマソン、ハーフマソン大会も含め、数々のロードレースに多くの会員がチャレンジしました。又、クラブでは走るだけでなく、ハイキングや軽登山、パーベキュー大会など楽しい企画・イベントも多く取り入れていきます。

いなしきA・Iくらぶの目指すのは、「つながる」クラブです。そしてこの「つながる」には、色々な意味が込められています。

①年齢や世代をこえて人と人が「つながる」②学校や職場などの枠をこえて、走ることを楽しむ仲間として「つながる」③いつまでも続けられるクラブで、自分の生きがいや人生の喜びが「つながる」④指導者側の視点でみると、小中高生と、系統性を考えた一貫指導ができること。指導が「つながる」等です。

今後、人と人、人とスポーツ、人と地域、そして何より「人と喜び」をつないでいけるようなクラブ作りを心がけ、運営・指導にあたっていきいたいと考えています。

## 鉾田市、ボルダリング・リードウォール紹介

鉾田市 飯島 崇寿

2019年茨城国体において鉾田市では「山岳競技（スポーツクライミング）」が行われます。

それに伴い、PR活動の一環として、

鉾田市総合公園体育館にクライミングウォールを設置しました。設置したのは、高さ11メートルのリードウォールと高さ3.9メートルのボルダリングウォールで、様々な事業を始めています。

代表的なものは、市内小学6年生を対象としたクライミング体験教室です。授業の一環としてクライミングを取り入れる事は全国でも他に例がなく、初めての試みでしたが、クライミングを体験した子供たちは、「もっとやりたい!」「おもしろかった!」と、楽しんでいた様子で、中には11メートルの壁を登りきる子の姿も見られました。また、茨城国体へ出場できる選手を育成することを目標として、市内の小学校へクライミングウォールの設置を進めており、他にも夏休みには親子でクライミングに親しめる親子クライミング教室の開講、「うまかつペフェスタ」では会場の鹿島灘海浜公園に仮設のイベントクライミングウォールを建てて体験スペースを設けるなど、大人から子供まで多くの方々にクライミングを楽しんでいただいています。さらに、昨年は8月22日に鉾田市初のクライミング大会「第1回ほこまるカップ」を開催しました。はじめての大会に参加者は緊張した表情でしたが、観覧者の方々からも応援の声が飛び交い、素晴らしい大会となりました。

スポーツクライミングは2020年東京オリンピックの実施競技の一つとして準備が進められている競技です。加えて、茨城国体はオリンピックの前年となっており、スポーツクライミングは今後ますます注目を集めると考えられます。

鉾田市総合公園のクライミングウォールは、3時間の講習会を受けさえすれば、



ば誰でも使用することができません。  
 昨年11月には関東でもトップクラスの選手が集まる「第2回関東小中学生選抜クライミング選手権大会」の会場地となるなど、「クライミングウオールのある市」としての認知度も徐々に広がっています。  
 2019年日本のトップクライマーが集う事になる銚田市であなたもクライミングを楽しんでみませんか？

### スポーツ少年団に思うこと



水戸市 笹本 弘

私は平成二年に、日本体育協会スポーツ少年団指導員の、資格をとらせていただきました。

現在主にテニスの指導をしながら、新たな人達に勝利主義ではなく、技術精神力を、養う方法など個々に合った指導が出来る様努力しております。

その一として「礼儀作法を学ぶ」、その二として「社会性を身につける」、その三として「身体を鍛える」私はこの三点で強健な「体と心をもてるよう指導の連帯感を深めながら組織的活動を目指しております。そして将来に大きな芽を持つ子供達に親しまれる指導者を目指しております。

現在水戸市「テニス協会」副会長をやらせていただいています。市民の生涯スポーツの推進と青少年の健全育成とともに元気で連帯感のある街づくりと地域に根づき活躍が出来る事を目指し

ています。皆様の一層の御協力を御願いしたいと思っております。  
 これは余談ですが、皆様テニスの始まりをご存じでしょうか。テニスの原型として一般的に認知されているのが、「ジュ・ドゥ・ポーム(手のひらのゲームの意味)」です。十一世紀にフランスの修道院で考え出されたもので、修道院の中庭や室内にネットを張ったり地面に線を引いて区域を分けて手のひらやグローブをはめた手もしくはそれに代わる道具を使ってボールを打ち合ったようです。

### 今、思うこと(私と卓球)



東海村 杉谷 良子

断り続けていた原稿依頼、新年早々とうとう書くこととなりました。卓球歴48年目、その間卓球競技の指導者資格を取得して今年でちょうど20年目になります。これも何かの縁と思ひペンを取りました。

競技者として指導者として、卓球と共に人生を歩んで来た様に思います。当然の事ながら、私の卓球人生は独りで歩んで来た訳ではありません。本当にたくさんの人達に支えられ、教えられ、導かれてきました。その中でも、高校生の時の恩師の教えは、今も私の心から離れません。先生は空手道の武道家でした。その先生が卓球部顧問となり最初の一声は「スポーツマン精神」とは「武士道の精神」であるとして「卓

球道」として事あるごとに厳しく教えられました。試合に負けては叱られ、勝っても試合態度が悪いと叱られ、当時は反発心をいだいたことも少なからずありました。しかし、最近のトップアスリート達の清々しく感心するばかりの受け答えを目にするたびに、正に先生の教えはここにあるのだ、と思うのです。

そして私の今があるのも先生のお陰と改めて感謝の気持ちでいっぱいになります。  
 さて、私の現在の指導者としての活動は、年に二回開催される卓球教室の講師、また地域中学校部活動への派遣技術指導(東海村体協事業の一つ)それから、自分自身も所属する一般社会人30歳代から70歳代までのクラブチームの指導等です。

対象となる人達の年齢層の幅も広く、個々の目的意識も違うので、対応の難しさを感じながらも基本的な考えはぶれない様に、まずは笑顔とユーモアと協調性をモットーに取り組んでいます。

若い中学生達は、びつくりする程上達が速いです。一分一秒無駄にすることなく目標に向ってやる気と練習あるのみと感じています。誉めることを忘れず「練習は力なり」ということを伝えていきたいと思ひます。

一般の皆さんからは「卓球は楽しい」「病後のリハビリになつて健康になつた」「試合に勝つために上手になりた」とい等の声をいただいたり、「教え方が解りやすい」などとおだてられたりしながらも私の拙い指導で喜んでいただける幸せをかみしめ、指導者として

皆さんに育てられているのだと、改めて感じているところでです。

最後になりましたが、ご承知の通り、今年はおデジャネイロでオリンピックが開催されます。卓球男子団体メンバリーの一人として、東海村出身(元、東海ジュニア卓球クラブ)の吉村真晴選手(現、愛知工業大)が出場します。地元民としては、本当に誇らしく大変うれしい事です。平坦な道のりではなかつたはずですが、その努力をバネに、自分自身のためにも後輩達のためにも頑張つてほしいと、切に願っています。きつと、すばらしい活躍をしてくれるものと今からとても楽しみであり、地元民として、卓球人として心から応援したいと思ひます。

### スポーツ少年団の将来に思う



日立市 八百 律

私が指導者になつたのは、会社の同じ道場でスポーツ少年団も一緒に稽古をしていたので自然に指導者になりました。この時の指導は、自分の過去の経験を基にした指導でした。さらに、自分の力量向上のため「認定員」、「剣道初級社会体育指導員」、「公認スポーツ指導員」資格を取得しました。

剣道では、スポーツ少年団の結成以前より道場があり、その後スポーツ少年団にも属し地域の剣道連盟の大会・講習会等へ参加して活動しています。スポーツ指導者の資質向上さらに指



導活動の促進と指導体制が確立された現状においても、その指導資格を生かした中学校部活への指導者派遣が、なかなか進んでいません。過去に、市教育会に指導者派遣を申し入れても学校側での教師・父兄・校長の合意が必要と説明があり、その合意形成の手がかりすら見つけられず今日に至っています。

全体的にスポーツ少年団活動は、単位競技団から総合型地域スポーツクラブへの活動と変化しています。しかし、中学校部活へのスポーツ指導者派遣の姿が見えて来ません。これを解決するには、異なる二つの意見のあいだに立って双方が合意する第三の意見を共に形成していく「社会的合意」から、学校と地域が、触れ合うスポーツ活動が実現できるよう指導者の一人として活動していききたい。

### ずっとときめいて

八千代町 石塚 君子  
私が所属し監督をしているのは土浦を拠点としているソフトボールのチームです。エルディストという年齢が五十才以上のクラスでチーム名は「ときめき」といいます。メンバーは県内のいろいろな所から来ています。キャプテンの渡さんという方が声をかけて三年前に創部し、今に至っています。練習は毎週土曜日に土浦の市営グラウンドを借りて頑張っています。私から見ると、最初のうちは基本があまり出ていなくて、これで試合になるのかなと思っていました。みなさん真面目に取り組み、バッティング、守備、走



(ときめきチーム)

塁が、歳相応にですが出来る様になってきています。最初の年は関東大会でボロ負けし、悔しいというよりあきらめの気持ちの方が強かったのですが、二年め三年めになると関東で三位になる事が出来、みなさん勝つ喜びを知り次の目標を目指す様になりました。私は過去に実業団でソフトボールをやっていましたが、実業団とは違いくこのチームのほんわかとした気持ちでやるのも「あり」かなと思います。これからも「ずっとときめいて」ソフトボールを楽しんでいこうかと思えます。



## お知らせ

住所変更及び改姓した場合必ず変更届を連絡して下さい。

【連絡先】 ☎306-0204

茨城県スポーツ指導者協議会  
事務局 古河市下大野1463-4

鈴木 義夫

TEL 0280-92-4555

FAX 0280-92-4555



全県研修会参加者



鹿行地区研修会風景

## 編集後記

第七十二号会報発行に当たり皆様に原稿を賜り心から感謝申し上げます。

ご愛読いただけるとなるよう努力してまいりますので、皆様の忌憚のないご意見をお寄せ頂きたいと思えます。

次回の会報第七十三号発行は  
平成二十八年七月(予定)

## 広報委員会

広報委員長

岡野 秀一

広報副委員長

柏葉 光子(中央支部)

広報委員

佐藤 マツ(県北支部)

舛井 幸子(水戸支部)

君和田治也(鹿行支部)

櫻井 孝之(県南支部)

石塚 君子(県西支部)