

高く・強く・楽しく



柏崎体育

第188号

Kashiwazaki City Sports Association

(一財) 柏崎市スポーツ協会広報誌

2024年1月19日発行

編集●(一財) 柏崎市スポーツ協会広報部

印刷●柏崎インサツ

“柏崎スポーツフェスティバル2023” を開催しました



9月30日(土)、(一財) 柏崎市スポーツ協会の主催、柏崎市教育委員会の共催で、今年も、小学生を対象としたスポーツ体験会“柏崎スポーツフェスティバル2023”を開催しました。天候がやや心配されましたが、8会場で14の競技が予定どおり行われました。多くの小学生が、スポーツの楽しさを存分に味わう1日になりました。

今年参加してくれた小学生は、約170名(のべ400名)でした。14の体験ブースを開設してくれたのは、柏崎市スポーツ協会に所属する、陸上・水泳・水球・ライフセービング・野球・バスケットボール・テニス・ハンドボール・卓球・サッカー・剣道・少林寺拳法・氷上競技・少年硬式野球の団体の皆さんでした。陸上競技場、アクアパークを中心としたエリアを「海浜スポーツエリア」とし、各会場を近隣に集めたので、子どもたちは、複数の種目を体験することを目指して頑張ってくれました。

今年も(株)ブルボン様から特別協賛をいただいたので、体験した子どもたちに飲料水やお菓子を提供することができました。そのお菓子のおかげで、「次はどこ行こうか。」とさらにやる気を見せてくれていました。また、例年よりも低学年の子どもたちの参加が増えました。将来どんなスポーツをやっているのか、そのよいきっかけづくりになれば幸いです。元気いっぱいスポーツに親しむ子どもたちの姿にふれ、来年はさらにバージョンアップしていきたいと思っています。

無事に開催できたのも、参加してくれた小学生・保護者の皆様、加盟団体の皆様のご協力のおかげです。本当にありがとうございました。

“最後の国体”燃ゆる感動 かがしま国体 ～熱い鼓動 風は南から～

令和2（2020）年に開催予定だった第75回国民体育大会（燃ゆる感動 かがしま国体）は、新型コロナウイルス感染症の影響を受け中止となりました。しかし、佐賀県など後催県と調整を行い、2023年の今年、「特別国民体育大会」として開催されました。国体が開催されるのは3年ぶりであり、待ちに待ったその国体で奮闘し、入賞した選手・チームの言葉を紹介いたします。

また、「国民体育大会」という名称は今回が最後となります。2024年に佐賀県で開催される、第78回大会から「国民スポーツ大会（国スポ）」に大会名称が変更になります。

二つの意味で特別な今大会での柏崎選手団の活躍をご覧ください。

■ 柏崎翔洋中等教育学校 小山 風香

競泳 少年女子A200m 平泳ぎ 4位



私は今年、二度目の国体に出場しました。昨年は100m平泳ぎでの出場でしたが、今年は得意な200m平泳ぎだったので、高校3年生もいる中で少しでも良いパフォーマンスをし、新潟県チームに貢献したいという気持ちがありました。直前合宿や現地での練習ではなかなか調子が上がらず、不安と焦りがありました。しかし、周りのコーチや選手のみんなのサポートのおかげで、決勝ではタイムと順位を上げ、自己ベストで泳ぐことができました。昨年はコロナ禍で大きな声が出せない状況で、十分な応援ができませんでしたが、今年は思い切り声を出して応援ができ、とても盛り上がった大会となりました。普段はあまり交流のない成年の選手とコミュニケーションが取れたり、同じ新潟県チームとして戦えたりしたことは、私にとってとても良い経験になりました。来年は少年区分が最後なので、優勝できるよう頑張ります。たくさんの応援、ありがとうございました。

■ 選手代表 栗林 陽華



水球 女子 4位

鹿児島国体に新潟県代表として出場し、予選ブロックでは、神奈川県と三重県と対戦しました。初戦の神奈川戦では第1ピリオドから接戦が続き、結果が読めない試合展開となりましたが、第3ピリオドから味方キーパーの好セーブやミドルシュートなどで得点を稼ぎ、無事に勝つことができました。三重戦では、序盤から練習の成果を発揮し、危なげなく勝利を収め、準決勝進出を決めました。準決勝は優勝候補の千葉県と対戦しましたが、前半の1、2ピリオドでは1点差と逆転のチャンスがあると思いましたが、後半は力尽き、相手の強みであるスピードとカウンターで圧倒され点差が開き負けてしまい、3位決定戦に臨むことになりました。3位決定戦は開催県である鹿児島県と対戦し、スタートから得点源である有馬選手にシュートを決められ、さらに自分達の得点源である小出選手をマークされ思うように試合の流れをつかめず、自分たちの思うような試合展開が出来ずに第4ピリオドが終了してしまいました。最終結果は4位で締めくくりましたが、今大会の悔しさをばねに練習し、次こそは良い結果を収められるようにしたいです。

指導者講習会

（一財）柏崎市スポーツ協会が主催する指導者講習会は、日頃からスポーツ指導に携わる方を対象に、指導法とコンプライアンス意識の向上を図り、指導力と資質の向上を目的に開催するもので、今年で5年目となりました。今年度より導入した「公認スポーツ指導者制度」において、資格取得が可能となる講習会でもあります。全部で5講座を開設しました。

◆テーマ：スポーツ選手の食事管理と栄養補給

講師：管理栄養士・公認スポーツ栄養士 長谷川 直子 様

日時：11月10日（金）18:30～

会場：柏崎市総合体育館 会議室 参加者数：48名

基本的な栄養の知識とともに、練習時・試合前・試合中・試合後にどのような食事や栄養素を摂るのかなど、具体的な場面に応じた栄養補給について、とても具体的にわかりやすく説明していただきました。また、できるだけ小学生のうちに食事の知識だけでなく、実践力を身につけることが大切であることから、具体的な数値を用いて指導に活用する方法などをご教示いただきました。



◆テーマ：選手育成の大切なポイント

講 師：WaKaスポーツコンサルティング株式会社 代表取締役 若杉 透 様

日 時：11月18日（土）15:00～

会 場：柏崎市立第一中学校 体育館

参加者数：32名

まず子どもの名前を覚える、コミュニケーション、褒める、自律・自立・自発・自覚・覚悟を促す、専門性を高める（歴史を知る）、配慮、レギュレーション（規則・規制・制限）など、次々に飛び出すキーワードとともに、実技講習の合間にまさにポイントをおさえた解説をご教授いただきました。それらを「計算」して行い、目標に近づけていくという、指導者としての資質や力量を向上させるヒントがたくさんあった講習会でした。



◆テーマ：スポーツ指導におけるコンプライアンス

講 師：高野法律事務所 弁護士 高野 毅 様

日 時：11月25日（土）15:00～

会 場：柏崎市総合体育館 会議室

参加者数：57名

時代のニーズにこたえ、今年度、新たに加えたテーマの講習となります。実際にあった暴力行為やハラスメントの事例をもとに、時代的・社会的背景やその要因、そこから学ぶべき教訓など、弁護士という専門的な立場からの知見をご教授くださいました。近年、話題となっているハラスメントの問題について、常に指導力・指導法のアップデートを行うことが不可欠であると指摘いただきました。よき指導者になる決意を新たにした講習会でした。



◆テーマ：スポーツ指導に関する心理学

講 師：新潟医療福祉大学健康科学部健康スポーツ学科 助教 中島 郁子 様

日 時：11月29日（水）18:30～

会 場：柏崎市総合体育館 会議室

参加者数：67名

思春期の心理的特徴をふまえた声掛けやアドバイス、指導アプローチの仕方など大変参考になる講習でした。「なんで？」と聞くことで考えるようになる、その答えをじっくり待ってやる、そうしてアスリートに必須な能力の考える力（想像力・発想力・創造力）を育てていきたい、そのためには日々の当たり前の取組（食事・睡眠・練習・ケア）が大切な土台となると強調されていたことが、大変印象に残りました。



◆テーマ：スポーツ傷害の予防

講 師：JA新潟厚生連柏崎総合医療センター 理学療法士 高橋 利一 様

日 時：12月8日（金）18:30～

会 場：柏崎市総合体育館 会議室

参加者数：58名

身体の構造と運動の関連性をもとにした解剖学的な内容を中心に、専門的で説得力のある講義でした。正しい姿勢を意識し、ポイントをおさえたトレーニングを行うことがよいパフォーマンスにつながるということを、実技を交えてご教授いただきました。日頃から日本のトップアスリートを支えるお立場ならではの実践的な講義でした。



加盟団体のPRコーナー



「柏崎卓球連盟の活動について」

普及部 田中 登

柏崎卓球連盟で普及活動等を行う普及部の活動について紹介します。

普及部では、卓球競技のすそ野を広げるため、スポーツフェスティバルへの参加のほか、各コミセン単位で楽しんでいる愛好者への出張指導や講習会を開催しています。

特に、初心者や高齢者向けに、約30年前に生まれたラージボール卓球の普及を主に行い、柏崎地域は県内でも盛んな地区となっています。

生涯スポーツとして、3歳から90歳までレベルに合った卓球を多くの方から楽しんでいたが、健康増進にも繋がれば幸いです。



「初めての大会」

柏崎市少林寺拳法協会 牧野 輝男

コロナ禍の影響がまったく無くなった訳ではありませんが今年は各種行事や大会等もほぼ開催する事が出来ました。9月に開催されたスポーツ少年団大会でも久しぶりに気合いを入れての演武が行われ元気いっぱいの声が体育館の中に溢れていました。柏崎からも選手として子どもたちが参加しましたが他支部の同年代の子どもたちとの交流もあり充実した一日を過ごせたのではないかと思います。この体験や刺激をこれからの練習や普段の生活に生かす事が出来ればと願っています。



「我が街の山岳会」

柏崎山岳会 会長 廣井 博行

私の所属する柏崎山岳会は、現在男性19人女性12人合計31人の小さな山岳会です。

31歳の若手から80歳を越える会員まで、幅広い年齢層で構成されています。しかしながら、若手が少数で、活動の中心は中高年です。

活動の内容は、ハイキング・日帰り登山・アルプス縦走登山・沢登り・アルパインクライミング・バックカントリースキー等、幅広い活動を行っています。また、地域山岳会として米山登山道（野田口）の整備や米山山頂のトイレ清掃、大平登山口のトイレ清掃なども行っています。悩みは入会者が少ないことです。希望者はいつでも大歓迎です！



「空手+柔道=空道」

柏崎空道協会 会長 佐々木 守

柏崎空道協会は、一般社団法人全日本空道連盟の公認として、約26年間柏崎市で活動しています。現在の会員は約17名であり、少年から壮年及び女性と幅広いメンバーです。

稽古は毎週水曜日・土曜日です。水曜日は19時から21時、場所は武道館です。土曜日は18時から20時、場所は東の輪練習場です。

練習は、基本稽古を中心にして個人のレベルに合わせた内容です。なお、試合形式の稽古もあります。また、定期的に試合及び昇級昇段審査会もあります。

柏崎空道協会は、少人数ですが一人でも多くの空道の道友が集まることを目指して、これからも地道に活動を続けていきたいと思っています。



「心と身体の健康に」

柏崎市レクリエーション協会 事務局長 狩野 薫

当協会は、結成10年、会員数20人弱で活動しております。レクサロンとして、年3回、様々なレクリエーションを研修しております。

また、新潟県レクリエーション協会の指導の下、親子の体力遊びを体験するイベントにスタッフとして参加しております。幼少期にしっかり体を動かすことの重要性を感じながら、楽しく活動しております。

老若男女、どなたにも、心と身体の健康に不可欠なレクリエーションを、多くの皆様に楽しんでいただきたいと思いますし、一緒に楽しんでくださる仲間を募集中です。



〒945-0061 新潟県柏崎市栄町18-11 柏崎市武道館内

一般財団法人 柏崎市スポーツ協会 広報部

TEL 0257(22)5597 FAX 0257(41)4001

e-mail: info@kashiwazaki-sports.jp URL http://www.kashiwazaki-sports.jp