

県民のスポーツスタイルを応援する情報マガジン



公益財団法人 滋賀県スポーツ協会
SHIGA SPORT ASSOCIATION
Bispo+はスポーツ振興くじ助成金を受けて発行しています。

Bispo!+

ビスポ Vol.29

東京2020オリンピック・パラリンピック

金 3 銀 2

～世紀の祭典に挑み、夢と感動をありがとう!
滋賀にゆかりのある精鋭たちが躍動!!～

TAKE
FREE



[将来の有望選手]

大津高校
カヌー一部所属

松井杏樹・深尾美萌彬
小林陽菜・亀井玲利

[★キラキラ★放課後タイム]

大津高校 ボート部

[スポーツ特別指導員紹介]

内田弦大 (トライアスロン)

[滋賀県企業スポーツ振興協議会]

新旭電子工業株式会社

大塚和・中村夏樹 (ウエイトリフティング)

[びわっ子NOW 未来に輝く子供たち]

スポーツは一生のトモダチ ～少年団案内～

[あなたの街の総合型地域スポーツクラブ]

大津市スポーツ協会総合型地域スポーツクラブ

城山あいあいクラブ

[topics]

関西みらいローイングセンター(県立琵琶湖漕艇場)
施設紹介など

▶特集

TOKYO 2020

東京2020オリンピック・パラリンピックへの挑戦



東京オリンピック

現在のオリンピックは、フランスの教育者ピエール・クーベルタン男爵の働きによって、ギリシャのアテネで記念すべき第1回オリンピックが開催された。1964年にアジアで初となる「第18回東京オリンピック」が、20競技163種目、93の国と地域から約5,100人が参加され大成功に終わりました。

57年ぶりに東京で「第32回東京オリンピック」が開催され、33競技339種目、205の国と地域から約11,000人が参加しました。

7競技10種目に挑み、夢と感動を与えてくれた16人の滋賀にゆかりのある精鋭たちをご紹介します。

競泳

競泳女子史上初のダブル金

大橋悠依選手

(彦根市出身・イトマン東進所属)

競泳人トップを切って200m、400m個人メドレーで金メダルを獲得し、競泳女子史上初の2冠達成という快挙を成し遂げた。大橋選手は、極度の貧血を食事療法により克服、長い手足を生かし抵抗の少ない泳ぎで、2017年日本選手権で400m個人メドレーで日本記録樹立、世界選手権で銀メダル。泳ぎ切ったときの笑顔が素敵でした、本当におめでとう！ ありがとう！ お疲れ様！ (悠衣さんは、嵐の大ファン！ 特に大野君が大好き！)



女子サッカー

対カナダ戦(1-1)、対イギリス戦(0-1)、対チリ戦(1-0) 1勝1負1分でグループリーグを突破したが、準決勝のスウェーデン戦(1-3)に敗れ準々決勝で敗退。

中島依美選手

(野洲市出身・INAC神戸レオネッサ所属)

攻撃的なミッドフィールダー、巧みなテクニックとミドルシュートが持ち味。



女子バレーボール

対ケニア戦(3-0)、対セルビア戦(0-3)、対ブラジル戦(0-3)、対韓国戦(2-3)、対ドミニカ戦(1-3)の1勝4負で予選ラウンド敗退。

田代佳奈美選手

(栗東市出身・VBナント所属)

前回リオ大会にも出場、安定感のあるセッター。



黒後愛選手

(栃木県出身・東レ所属)

五輪初出場。パワフルなスパイクで日本代表エース。



石川真佑選手

(愛知県出身・東レ所属)

兄の石川祐希選手とともに初出場。巧みなスパイクで得点を狙う。



バドミントン

常山幹太選手

(草津市出身・トナミ運輸所属)

世界ランキング日本勢2位で初五輪。鋭いクロスが得意。予選ラウンドで2勝し決勝トーナメントに進むも1回戦で敗退。



ホッケー男子

オーストラリア戦(3-5)、アルゼンチン戦(1-2)、ニュージーランド戦(2-2)、スペイン戦(1-4)、インド戦(3-5)の4敗1分で予選ラウンド敗退。

田中健太選手

(米原市出身・HGC HC所属)

頼れるエースストライカーとしてチームをけん引。東京五輪のため海外挑戦。



吉川貴史選手

(米原市出身・岐阜朝日クラブ所属)

2013年から代表入り、日本の砦を引き受ける鉄壁の守護神。



山田翔太選手

(米原市出身・岐阜朝日クラブ所属)

2014年から代表入り、日本の守備の要。



ホッケー女子

対中国戦(3-4)、対ニュージーランド戦(1-2)、対オーストラリア戦(1-4)、対アルゼンチン戦(1-2)、対スペイン戦(-4)の5敗で予選ラウンド敗退。

松本夏波選手

(米原市出身・コカ・コーラレッドスパークス所属)

五輪初出場、的確なスティックさばきで相手ボールを奪う。



森花音選手

(米原市出身・コカ・コーラレッドスパークス所属)

昨シーズン得点王で、初めての五輪代表。



水球

対アメリカ戦(13-15)、対ハンガリー戦(11-16)、対ギリシャ戦(9-10)、対イタリア戦(8-16)、対南アフリカ戦(24-9)の1勝4敗で予選ラウンド敗退。

吉田拓馬選手

(長浜市出身・東京ガスクリエイティブ所属)

小柄な体格だが左右どちらのポジションもこなせる器用さが武器、五輪初出場。



アーティスティックスイミング

乾友紀子選手

(近江八幡市出身・井村アーティスティックスイミングクラブ所属)

3大会連続出場。2009年代表入りしてから、日本のエースとしてチームをけん引。前回リオ五輪ではデュエットで銅。東京では、デュエット、チームとも惜しくも4位。



陸上競技

桐生祥秀選手

(彦根市出身・日本生命保険相互会社所属)

中盤までの爆発的な加速が魅力。前回リオ五輪では400mリレー銀メダル獲得。男子4×100mリレー、38秒16のシーズンベストで予選突破、決勝ではバトンミスにより途中棄権。



射撃

山田聡子選手

(甲賀市出身・自衛隊体育学校所属)

高校から射撃を始め、初の五輪代表。10mエアピストルで570点23位、混合エアピストルで559点20位。



中口遥選手

(鳥取県出身・滋賀ダイハツ販売所属)

中学から射撃を始め、大学でW杯出場。初の五輪代表。10mエアライフル622.2点32位、混合エアライフル625.6点13位。



東京パラリンピック

障害者スポーツは、イギリスの医師ルードヴィヒ・グッドマンが第2次世界大戦で負傷した兵士の治療としてスポーツを取り入れ、原点は1948年にロンドンのストーク・マンデビル病院内でアーチェリー大会を開いたこととされている。1988年のソウル大会より正式名称が「パラリンピック」となった。

1964年東京で「第13回国際ストーク・マンデビル競技大会」として、22カ国から567人が参加し開催された。東京は夏季のパラリンピックを2度開催する初の都市です。

東京2020では、過去2番目に多い161の国と地域から約6,200人が参加し、22競技539種目で争われ、滋賀にゆかりのある12人の精鋭たちが挑みました。

トライアスロン(運動機能障害PTS4)

鉄人宇田、涙と感謝の銀

宇田秀生 選手

(甲賀市出身、NTT東日本・NTT西日本)

2016年リオデジャネイロ大会から採用されたトライアスロンで、日本初のメダル獲得。8年前、結婚から5日目に仕事上の不慮の事故により右腕を失い、リハビリで始めた水泳をきっかけにトライアスロンを始めた。本番では、スイムで8位と出遅れたが、バイクで3位に浮上、最後ランで決して諦めない強い気持ちで追いつき2位でゴール。宇田選手、笑顔と涙、夢と感動をありがとう！

(宇田選手は、高校サッカー県選抜チームで、乾貴士選手らとプレーしていました。)



車椅子バスケットボール

《予選リーグ》
対オーストラリア戦(73-47)、対イギリス戦(54-48)
対カナダ戦(35-61)、対ドイツ戦(54-59)2勝2敗
《準々決勝》
対オランダ戦(24-82)

土田真由美選手

(滋賀県出身・シグマックス所属)

パラリンピック初出場。正確なシュートが武器、初めて1年で日本代表。



清水千浪選手

(滋賀県出身・メルカリ所属)

元なでしこサッカー選手。2017年国際大会で日本代表に初選出。



北田千尋選手

(和歌山出身、湖南市在住・LINE所属)

リバウンドとシュートが武器。日本選手権 MVP4回。パラ初出場。

陸上競技(女子マラソンT12)

藤井由美子選手

(犬上郡出身・藤井治療院所属)

56歳で世界ランキング4位のベストタイムを達成し、パラリンピック初出場。

3時間17分44秒で5位入賞



水泳

9年目、本命種目で悲願の金メダル



木村敬一 選手(栗東市出身・東京ガス所属)

4大会連続出場、今大会を含め通算7個のメダルを獲得している木村選手、100m平泳ぎS11の銀メダルに続き、本命種目100mバタフライS11で通算8個目となる悲願の金メダル獲得。2008年北京大会の初出場から4大会連続出場。金メダル獲得のため、単身アメリカで武者修行の成果が9年目にして最も輝くものとなり表彰式の君が代で大粒の涙。(アニメ「名探偵コナン」が大好きだそうです。)

100mバタフライS11(視覚障害)優勝、100m平泳ぎS11(視覚障害)2位、200m個人メドレーS11(視覚障害)4位入賞

シッティングバレーボール男子

《予選リーグ》 対ボスニア・ヘルツェゴビナ戦(0-3)、対エジプト戦(0-3)、対ロシアパラリンピック委員会戦(0-3)
《7-8位決定戦》 対中国戦(0-3)8位入賞

田中浩二選手

(長浜市出身・長浜キャノン所属)

シドニー・アテネ・北京大会に連続出場。今回の東京で4度目の出場。



井上舞美選手

(守山市出身・イトマン大津所属)

お兄さんの影響で水泳をはじめ、スイミングのインストラクターをしながら練習に励む。



福井香澄選手

(野洲市出身・滋賀友泳会所属)

高校から水泳に取り組み2018アジアパラで金メダル獲得。パラリンピック初出場。

100m背泳ぎS14(知的障害)7位入賞、混合400mリレーS14(知的障害)4位入賞



南井瑛翔選手

(守山市出身・近畿大学所属)

2021ジャパンパラで3種目で日本新、パラリンピック初出場。

100m自由形(運動機能障害S10)予選敗退、100mバタフライ(運動機能障害S10)予選敗退



馬術

宮路満英選手

(鹿児島県出身、湖南市在住・セールスフォース・ドットコム所属)

奥様と前回リオ大会に続いてパラリンピック2度目の出場の63歳。

個人-グレートII(障害)7位入賞
団体-グレートII 15位
フリースタイル-グレートII(障害2)8位入賞



シッティングバレーボール女子

《予選リーグ》 対イタリヤ戦(0-3)、対ブラジル戦(0-3)、対カナダ戦(0-3)
《7-8位決定戦》 対ルワンダ戦(0-3)8位入賞

田中ゆかり選手

(岐阜県出身、長浜市在住・米原市立坂田小学校勤務)

米原市で小学校の教諭をしながら練習に励み、初めて1年で日本代表入り。



将来の有望選手

～世界に羽ばたけ～ 滋賀のアスリートたち



今回ご紹介するのは、大津高校カヌー部の女子選手4名。いずれも今年9月に開催される国際大会の日本代表に選ばれています。県立琵琶湖漕艇場で練習する彼女たちを訪ねて、カヌーの魅力や競技への想い・目標を聞きました。



松井杏樹

Matsui Anju

大津高校3年生。カヌー部副主将。2003年11月5日生まれ。身長155cm。高校入学後、カヌー競技を始める。9月3日からポルトガルで開催される「カヌースプリントジュニア世界選手権」のカナディアンカヌーペア500mに日本代表選手として出場。



深尾美萌彬

Fukao Miori

大津高校3年生。2004年3月6日生まれ。身長160cm。小学生の時にイベントで初めてカヌーを体験。中学3年から大津高校の練習に参加するようになった。松井選手とペアを組み、「カヌースプリントジュニア世界選手権」に日本代表選手として出場。

5月に開かれた選考会で優勝し、ペアで「カヌースプリントジュニア世界選手権」の日本代表に選ばれた松井選手と深尾選手。まずはカヌー競技の魅力聞いてみた。「スタートを切った時、他の艇と競り合っている時、ゴールの瞬間、どのシーンもスピード感が魅力だと思います。(松井選手)。「琵琶湖の風を全身で感じながら気持ちよく漕げるのが魅力。自分の力加減で艇の進み方が変わるところもおもしろいです(深尾選手)」。

以前にもペアを組んだ経験があるという2人に、相手のストロングポイントを探してみると「粘り強くて勝ちたい気持ちが前面に出る選手。本番に強いところも頼もしいです(松井選手)」、「明るくて練習の時から声もしっかり出すし、一度も気を抜かずとどんどん漕いでいくんです。その姿がかっこいい(深尾選手)」とお互いを信頼していることが伺える。

ただし国際大会に臨むのは2人とも今回が初めてだ。現在の課題は「私が後ろでしっかりコントロールできるようにしたい。動画で自分の動きを研究したり、先輩方からアドバイスをいただいたりしています(松井選手)」。「後ろが合わせやすい漕ぎ

をすること。後ろが見えないので、振動を頼りに合わせるよう意識しています(深尾選手)」。

それぞれの答えに、ペアとの呼吸合わせを重視していることが表れている。初めての国際大会でも、「水上で一人じゃない」。それはお互いにとって何より心強い武器になるだろう。最後に世界選手権への意気込みと、将来の目標を尋ねた。「初めての大きな舞台だし、海外の選手は体格もいいので緊張すると思いますが、その中でも楽しんで自分たちのレースができるよう頑張ります。卒業後の進路はまだ決まっていませんが、もしカヌーを続けるとしたら、『応援したい』と思ってもらえる選手になりたいですね(松井選手)」「リラックスしてレースに臨み、決勝に進出して入賞できたらいいなと思っています。今後は大学でもカヌー競技を続けたいですね。練習や大会でたくさん強い選手に出会っていきと思いますが、自分に負けず頑張ります(深尾選手)」。

世界の舞台でたくさんのことを吸収し、一回りも二回りも大きく成長して帰って来る2人の姿が楽しみだ。



小林陽菜

Kobayashi Haruna

大津高校2年生。2005年3月12日生まれ。身長163cm。小学生の時から大津市のオーバルカヌーチームに所属。9月10日からチェコで開催される「オリンピックホープスレガッタ」のカヤックシングル200m、500m、1000mに日本代表選手として出場。

競技の魅力を「まずは自然を間近に感じられるところ。試合を重ねるうちにタイムが良くなっていて、自分の成長が感じられることも楽しいです」と話す小林選手。オリンピックホープスで3種目に出場する小林選手は、中学3年生の時にも同大会に出場している。「初めての国際大会で、海外の選手に圧倒されました。その時は準決勝で敗退したので、あらためて挑戦するという気持ちで頑張ります」。

強みはスタートダッシュ。そのため「短距離の方が力を発揮しやすい」そうだ。逆に課題としては「終盤でなかなかペースが上がらず、体力もどんどん落ちていってしまうこと」。対策として有酸素運動と無酸素運動を組み合わせたメニューで心肺を鍛えているという。

「オリンピックホープスでは苦手の1,000mから始まるのでちょっと心配でもありますが、1,000mをまず漕ぎ切って、500m、200mにしっかりつなげていきたいです」と明るく話す姿が実に頼もしい。目標は決勝に残ること。今までの練習の成果を発揮して、世界に名を馳せる活躍を見せてほしい。



亀井玲利

Kamei Reiri

大津高校2年生。2004年8月21日生まれ。身長160cm。高校入学後、部活紹介ビデオでカヌー競技に魅せられて入部。9月10日からチェコで開催される「オリンピックホープスレガッタ」のカナディアンカヌーシングル500mの日本代表に選出された。

「毎日乗っていても、景色が違って見えるんです。それがとても爽快」とカヌーの魅力話す亀井選手。カナディアンを選んだのは、「パドルが片方だけ(シングルブレード)というのが難しそうだと思って。先輩たちが乗りこなしている姿を見て、難しそうだからこそやってみたくなりました」。

自身の強みを「根性」と即答する亀井選手は、おそらく負けず嫌いの精神が原動力なのだろう。それでいて「力はある方だと思うんですけど、技術が追いついていない。リズムが一定になるようカウントを数えながらゆっくり漕いだり、パドル操作の練習に力を入れたりしています」と冷静に自分の課題も掴んでいる。

オリンピックホープスの出場は見合わせるようになったが「日本代表に選ばれたことは自信につながりました。今はインターハイ^(※)で入賞することが目標。そして来年のインターハイにも出場して、3位以内を目指します」と明確な目標を答えてくれた。競技歴は短いながらも着実に進化している亀井選手。今後の成長に注目したい。

(※)8月18日～21日に福井県で開催。

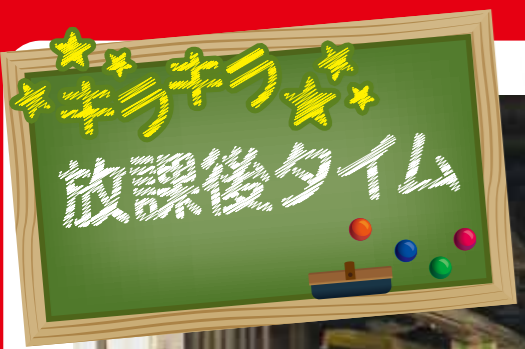


師匠が語る

大津高校カヌー部 監督
越後啓二良 先生

松井は副主将ということもあり、非常に面倒見がよくてしっかりしています。力を出し切って成績を残してほしいですね。深尾は非常に身体能力が高い選手。大学でもカヌーを続けるなら、4回生の時に滋賀国スポが開催されるので、そちらでの活躍も期待しています。小林は全中で優勝経験がある優秀な選手。インターハイでも優勝を狙えるでしょう。亀井はまだ競技全体をとらえていない部分もありますが、夏休みに入ってからどんどん力を付けてきています。芯が強いので、経験値を重ねればもっと飛躍すると思います。

※このインタビューは2021年8月上旬におこなったものです。



大津高校 ボート部

琵琶湖の風を感じながら日々練習。全国覇者も輩出する強豪校



監督の和田先生

県立琵琶湖漕艇場で日々練習を重ね、インターハイでの優勝者や国体出場選手を数多く輩出している大津高校ボート部。今年も3年生の女子1名がインターハイに出場、10月に三重県で開催される国体には、滋賀県代表として男子1名・女子5名が参加する。強豪ではあるが、チームカラーは「固過ぎず、くだけ過ぎない」。練習の合間には、あちこちで和気あいあいとした声が上がっている。

代替わり後の1・2年生だけで30人以上という大所帯のため、「できるだけ自主的に、目標に向かって取り組めるような環境づくりをしています」と監督の和田先生。先輩が後輩に対して技術やメンタル面での指導をしたり、お互いに声をかけたりして、スキルを高めていくのが理想だ。

高校生のボート競技種目は、シングルスカル、ダブルスカル、舵手付きクワドルプル(舵取り+4人乗り)。大津高校では、大会ごとに選手の特性や相性を考えながら各種目のクルーを決めている。取材に伺った日は、間近に控えた「滋賀県ジュニア選手権大会(8/28・29開催)」への練習に取り組んでいた。いわゆる新人戦であり、1年生にとっては公式戦



デビューだ。「新人戦では特定のクルーに戦力を集めず、2年生と1年生を組み合わせます。結果的に入賞できたら嬉しいのですが、まずは漕ぎの基本をしっかりとりとえて、1年生にレースの雰囲気を感じてもらおうのが目的。その次の秋季大会から本格的に全国を目指します」。



「水上」という特殊なフィールドでの戦いだけに、「一番成長できる場合は、試合本番」というのも頷ける。もちろん、人としての成長もおざなりにしない。「挨拶や掃除や整理整頓など、日常の中の基本的なことが大事。それらを心がけることで、競技でのいい結果にもきっとつながります。高校生活ならではの経験や学びを積んで、自分自身に限界をつくらず、高い目標に向かって頑張してほしいですね」。県ジュニアで弾みをつけ、秋季大会では一人でも多く全国大会に出場できるよう応援したい。

「水上」という特殊なフィールドでの戦いだけに、「一番成長できる場合は、試合本番」というのも頷ける。もちろん、人としての成長もおざなりにしない。「挨拶や掃除や整理整頓など、日常の中の基本的なことが大事。それらを心がけることで、競技でのいい結果にもきっとつながります。高校生活ならではの経験や学びを積んで、自分自身に限界をつくらず、高い目標に向かって頑張してほしいですね」。県ジュニアで弾みをつけ、秋季大会では一人でも多く全国大会に出場できるよう応援したい。

部員にインタビュー



大橋陽生 選手 (2年生/男子キャプテン)

大津高校のボート部は、「やる時はやる」というメリハリがある部。漕艇場が学校からも行きやすく、練習時間がたくさん取れるので、とても恵まれた環境だと思います。競技を始めて知った楽しさの1つが、ボートを後ろに向かって漕ぐため、前方に艇が見えれば「自分は速い」と分かること。個人的な目標は、来年のインターハイ出場。高校生活最後の大会になると思うので、今から毎日努力します。



栗原瑞生 選手 (2年生/女子キャプテン)

種目としてはクワドルプルが一番好きですね。クルーの人数が多い分、より速く進む感覚を味わえるし、チームがまとまるほどうまく艇が動いてくれることを実感できるんです。県ジュニアでは私はシングルに出場しますが、代替わりして初めての大会なので、みんなでいい成績を残せるように頑張ります。個人的な目標としては優勝。高校在学中の県大会では、すべて優勝するつもりで臨みます。

*このインタビューは2021年8月中旬におこなったものです。「ジュニア選手権大会」は残念ながら本年の開催は中止となりました。

スポーツ特別指導員紹介

トライアスロン競技 内田弦大さん

Uchida Genta



Profile

1997年生まれ。高島市出身。小中学生の時は地元のスイミングクラブに、高島高校では陸上部に所属。いずれも全国大会出場を経験。2015年、関西大学に入学。2016年と2017年に日本学生トライアスロン選手権で優勝。2019年、トライアスロンアメリカンカップ3位入賞。今年から滋賀県スポーツ協会に所属。日本トライアスロン連合の強化B指定選手。



滋賀県選手の競技力向上を図るため、今年度から滋賀県スポーツ協会では「スポーツ特別指導員」を採用。本県代表選手として国スポで活躍するとともに、競技団体が実施する強化練習会などに参加します。今年の採用者の一人であるトライアスリートの内田弦大さんに、活動の様子や目標を尋ねました。



トライアスロンを始めたのは、いつ頃、どんなきっかけからだったのでしょうか。

始めたのは大学1年生の夏休みごろです。それまでは友達と遊んだりバイトや勉強をしたりという普通の大学生でしたが「4年間、何も無く終わるのはイヤだな」と思い立ちました。水泳や陸上も本気で頑張っていたので、同じように夢になれるものを探していたんです。それでトライアスロンをやってみようかなと。

「スポーツ特別指導員」として、どのような活動をされるのかお聞かせください。

大きくは2つあります。まず、僕自身の活動や競技の結果を通してスポーツの楽しさを知ってもらうこと。もう一つは県内の小中学・高校生と実際にふれあったり指導したりしながら、滋賀県のスポーツ界を盛り上げていくことです。コロナ禍のため、オフラインで会うことがなかなか難しいのが現状ですが、地元・高島市のトライアスロン教室で子どもたちと少しずつ交流しています。

トライアスリートとしての現在の活動状況や、練習の方法を教えてください。

大学時代から所属していたクラブチームを2018年に卒業して、それ以降は一人で練習しています。パーソナルトレーナーにウエイトトレーニングなどは教わりますが、トライアスロンのコーチはいません。最初は一人で取り組む状況に苦しみましたが、今は自分で計画的に練習に取り組んでいます。1日3種目、必ずやるんですよ。例えば午前中に自転車とランニング、夕方からは水泳...のような感じで、1日5~6時間を練習に充てています。

海外遠征で印象に残っていること、異文化を感じたことなどはありますか？

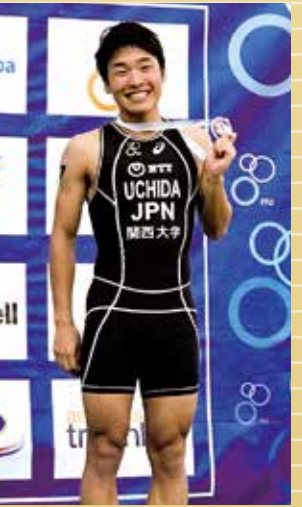
僕は自分が知らない景色を見るのがすごく好きなんです。海外では外国のトライアスリートと言葉が通じなくてもふれあうし、食事や現地の料理をいただきます。7月に行っていたトルコではトルティーヤや、チャイと呼ばれる紅茶を満喫しました。紅茶はくびれのある「チャイグラス」で飲むんです。街を歩くとトルコの人々がみんなそのグラスを手にしていて興味がわきました。そういう知らないことに出会うのが、海外遠征の楽しみの一つですね。

ご自身のストロングポイントはどんなところだと思いますか？

柔軟な対応力でしょうか。立てた目標は変わりませんが、そこに到達するまでの手段は変わることもあります。例えば一人で練習することを決め、SNSで様々な発信をするようになったのもその一環。競技力を伸ばすため、その時々で柔軟に切り替えます。

これからの目標と、滋賀県の皆さんへのメッセージをお願いします。

国内では、10月の三重国体に滋賀県代表で出場するので、表彰台を目指します。2025年の滋賀国スポでは、優勝が目標。国際大会では、2024年のパリオリンピックへの出場を目指しています。成績以外の部分では、僕が現役選手のうちにトライアスロンの大会を開きたいですね。予算や場所なども具体的に考えていて、かなり本気です(笑)。まずは僕の活動や競技への取り組みを通して、県民の皆さんにもっとトライアスロンのことを知ってほしいですね。「トライアスロン=きつい」というイメージがあると思いますが、けっこうかっこいいんですよ!ぜひ注目してください。



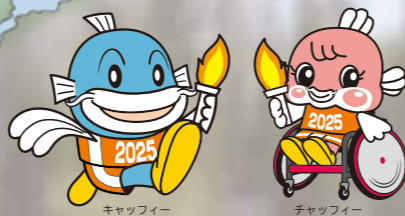
*このインタビューは2021年8月中旬におこなったものです。「三重国体」は残念ながら本年の開催は中止となりました。

昭和56年 びわこ国体の 感動を再び!

両大会イメージソングが
完成しました!



視聴♪
ダウンロード



大会マスコットキャラクターの
キャップフィーとチャップフィーは、
琵琶湖の固有種である「ビワコオナマス」を
モチーフにしたキャラクターです。

2025年 滋賀県で 国スポ・障スポ開催!!

湖国の感動 未来へつなぐ

わたSHIGA輝く国スポ・障スポ
第79回国民スポーツ大会・第24回全国障害者スポーツ大会 2025

※2024年から国民体育大会の名称が国民スポーツ大会(国スポ)に変更されます。



問い合わせ先 第79回国民スポーツ大会・第24回全国障害者スポーツ大会
滋賀県開催準備委員会事務局(滋賀県文化スポーツ部 国スポ・障スポ大会課内)
TEL:077-528-3321 FAX:077-528-4832 E-mail: kokusupo-syosupo@pref.shiga.lg.jp



東京2020オリンピック・パラリンピックの思い出を こどもらと話してみませんか

東京2020オリンピック・パラリンピックは様々な感動を与えてくれました。競泳女子400m個人メドレー、200m個人メドレーの2冠を達成した滋賀県出身の大橋悠依選手の「本当に夢みたいだ」と笑顔で語った言葉は、今後スポーツの世界ばかりでなく様々なところで使われていくことでしょう。また中学生や高校生の活躍も我々に驚きと新たなスポーツの姿を伝えてくれました。スケートボードで金メダルを獲得した西矢椛選手への「13歳真夏の冒険」と絶賛した倉田アナウンサーの言葉も話題となりました。

コロナ禍の中での開催、様々な意見がありました。その中で日本選手らばかりでなく全世界の選手から、大会を開催して頂いたことへの感謝の気持ちが述べると共に、チームの仲間らの協力があってメダルを獲得できたことを全世界に伝えてくれました。選手らは、スポーツを「する」ばかりでなく、「支える」人々の存在を伝えてくれました。

また、パラリンピックではルールを丁寧に説明してくれことから、試合を「観る(見る)」ばかりでなく、競技を「知る」ことができました。

私の友人は、仕事を休んで選手を選手村から競技会場に運ぶ(車で)ボランティアに参加していました。「多額の費用を使って、よく参加するな〜」と思いましたが、「海外旅行はいつでも行けるが、海外の選手らと交流できるのは今しかない。費用は関係ない! 生徒らに、オリンピックでボランティアした経験を話す事で、生徒らが私の撮った写真を用いて将来いろいろな方に伝えてくれる。またスポーツを支える精神が育ってくれる。」と話します。ボランティアで「支える」ことによって、選手らの試合前の緊張、リラックス法などを「知る⇒学ぶ⇒伝える」ことに繋がったようです。

そこで、お父さんやお母さんは、ぜひ、こどもさんと東京2020オリンピック・パラリンピックの思い出を話してみませんか。無観客での試合がほとんどでしたが、NHKで共有されている映像や写真を用いることでお話しできるでしょう。1964年東京オリンピックが開催されたとき、下町育ちの私は、銭湯でテレビを見ながら「東洋の魔女=日本女子バレーボールチーム」の回転レシーブを脱衣所で真似ていました。オリンピックの楽しい思い出です。2020東京オリンピック・パラリンピックのいろんな思い出を子どもさんと共有し、新たなスポーツの観戦方法や支え方を創造してほしいと思います。特に今回の大会で、選手らが伝えてくれた「感謝」の文字は、未来を創造する子供たちの財産になるのではないのでしょうか。

東京2020オリンピック・パラリンピックの思い出

ご父母から語ってきましょう 映像を観ながら
<https://sports.nhk.or.jp/olympic/>



- 大橋選手の活躍は凄かった!
- 女子ソフトボールピッチャーの投げ方はこんな感じかな?
- 卓球ダブルスの入れ替わりがダンスを踊っているように見えた

子どもさんは、どんな印象を持っているかな?
興味ある競技の映像を使いながらイメージを引き出してあげましょう

知らない競技もあるので映像を使いながら振り返りましょう

今回の大会で学んだことを伝えましょう

選手らを 支えた大会

- 無観客で開催された(コロナ禍)。
- 選手たちが、開催されたことに感謝を述べた。
- 一人ではメダルは獲得できなかった。協力してくれた仲間らに感謝した。
- 日本のボランティアが、世界で注目され、各国の選手が感謝していた(日本のおもてなし)。



岡本直輝 立命館大学スポーツ健康科学部教授

ど
い
でも
起
こ
る

骨
折
疲
労

「スポーツ選手がどこか痛がったら疲労骨折を疑え！」

そのぐらいアスリートの疲労骨折は多いです。体の一番上では第7頸椎棘突起。一番下では拇趾基節骨まで経験してます。第7頸椎棘突起はcray shoveler's骨折とも呼ばれます。多くの疲労骨折は適度な休養で治癒しますが、中には手術をしないと治りにくいもの、コルセットをして安静にしないと治らないもの、無理すると本当に折れてしまうものまで様々です。

昨年コロナ禍での長期休校後部活を再開した時期には、足部の疲労骨折が相次ぎました。それも1箇所2箇所だけでなく、1人で5箇所ぐらい疲労骨折してくるのです。ただしこれはほとんど1ヶ月で治りました。もちろん下肢に多いのですが、ソフトボールや剣道などでは上肢にもおこります。では疲労骨折の中でも治りにくい特殊な疲労骨折を紹介します。



第5中足骨の疲労骨折の術後



脛骨跳躍型疲労骨折

これは、脛骨の中央部前の方に起こる疲労骨折です。通常は疾走型といって脛骨の後方に起こって、徐々に骨ができていきますが、これはど真ん中の前に骨の欠損部が見え、放置しておくとも本当にポキッと折れることがあります。一番良いのは髄内釘といって骨の中に金属の柱を入れて骨移植するのが早いのですがなかなか踏み切れず、いつまでも治りません。



第5中足骨疲労骨折

“Jones's”骨折ともいわれる、サッカー選手に多い骨折です、やはり髄内釘による手術になることが多いです。



第1肋骨疲労骨折

症状は背中が痛い、ということが多いですが、押ししてみると鎖骨の上のくぼみに痛みがあります。野球のスイング、ソフトボールの投手、剣道などで多いですが、他にも筋トレやランニングでなることもあります。他の部位の肋骨の疲労骨折に比べ治るまで長期間が必要で。



腰椎椎弓疲労骨折(腰椎分離症)

完成して偽関節になってしまったものを腰椎分離症と呼びますが、もとは疲労骨折です。5歳でもなることがあります。早期発見、早期治療で90%以上が治癒しますが、放置すると治癒率は10%以下です。特に第5腰椎は両側が分離すると将来腰椎分離すべり症から脊柱管狭窄を引き起こすことがあるので、なるべく治しておきたいところです。ただ、治癒するまでに3ヶ月以上かかり、その間スポーツ活動をほとんど休まなければなりませんので、高校生の場合はリスクを甘んじて受け入れ、治療しないという選択をすることもあります。

これ以外にも安静にすれば治るのに、無理をすると本当に骨折してしまう疲労骨折が大腿骨頸部疲労骨折と脛骨内果疲労骨折です。どちらも治癒するのに時間はかかりますが、ちゃんと見つけて安静にすればそれだけで治ります。しかし、無理をしてしまうと本当に骨折してしまい手術が必要になります。

このようにいろいろな疲労骨折が様々な部位で起こります、何より大切なのは早期発見早期治療です。早期発見にはMRIが有効です。部位によってはMRIでないと発見できない疲労骨折もあります。特に腰椎、手根骨、足根骨はその代表です。

アスリートがどこか痛がったら疲労骨折を念頭に置いて診察を受けましょう。

はたスポーツ整形
クリニック理事長
畑正樹

滋賀県スポーツ協会会長

立命館大学アメリカンフットボール部バンサーズチームドクター



手根骨(有頭骨、月状骨)の疲労骨折のMRI

スポ通信
Vol.26

森宜裕

所属
一般社団法人BeeTanz 代表

資格
・日本スポーツ協会公認
アスレティックトレーナー
・理学療法士
・一般社団法人スポーツリズ
ムトレーニング協会認定
シニアインストラクター



運動前にオススメのストレッチ!

今回のスポコン通信では「運動する前に」行うことで、身体が動かしやすくなるストレッチを紹介します。

ストレッチには反動や弾みを付けずにゆっくりと筋肉を伸ばしていくスタティックストレッチ【静的ストレッチ】や、伸ばそうとしている筋肉と逆の動きをする筋肉を繰り返し収縮してから伸長するダイナミックストレッチ、ラジオ体操やスラジル体操のような反動や弾みをつけて行うパルスティックストレッチなどがあります。

どのような場面で、どのストレッチを使うかについては今のところ特に決まった基準はありません。

しかし、これから運動やスポーツを行うときのウォーミングアップにおいては、スタティックストレッチだけではなく、動きや力発揮を伴ったストレッチ【動的ストレッチ】を導入することが関節可動域の拡大や筋柔軟性の改善、筋温や体温を上昇させるのに効果的です。

それでは、股関節を中心とした動的ストレッチの実施方法を解説します。

1



足を大きく踏み出し前足をできるだけ地面に垂直に立てます。後ろ足は足の指を曲げて地面を踏み、膝は少しだけ浮かせます。

2



①の姿勢で前足と同じ側の手を、太ももの下を内から外へ通して地面へ着きます。このとき上体は出来るだけ低い姿勢になるように意識してみてください。

4



次は左右へお尻を動かします。低い姿勢は保ったままでお尻の外側や股の付け根が刺激されるのを感じながら行ってください。真横だけでなく円を描くように行っても効果的です。気持ちよくリズムカルに呼吸を止めないで行いましょう。(5往復)

3



②の姿勢から前後へ身体を動かします。きついです。前足の足裏は地面から離さず、お尻を動かすようなイメージで可能な範囲で大きく動かします。できるだけリズムカルに反動も使いながら行いましょう。(5往復)

5



最後に手の位置を図のように外側へ着くようにして、太ももの上にお腹と胸をくっつけるように乗せます。後ろ足の膝は地面に降ろします。その状態から身体と足が離れないように注意しながら前足の膝を伸ばしていきます。しばらく伸ばしたら元の位置に戻り、この動作を繰り返します。太ももの裏側が伸びるのを感じながら徐々に大きく実施しましょう。(5往復)

いかがでしたでしょうか。ゆっくり伸ばすだけでなく、動きや反動でリズムカルに行うことで筋肉の柔軟性に刺激が入り身体も温めることが出来たとおもいます。

注意点としては、急激な伸張をしてしまうと筋線維に微細損傷や痛みが起こる可能性がありますので、最初はあまり無理をせずに実施してください。

運動は、日常生活の動作レベルよりも高い身体活動が求められます。あらかじめに筋肉、関節、神経系を刺激しておかないと傷害の発生に繋がりますので動きや力発揮を伴うストレッチをぜひ取り入れてみてください。

スポーツ食

レシピ紹介

朝ごはんはスポーツジュニアが身につけたい必殺ワザ!

みなさん、朝ごはんを毎日しっかり食べていますか?スポーツジュニアはトップアスリートと同じくらい食べる事が大切です。なぜなら体は食べたものでできているから。皆さんは毎日成長しながらスポーツもがんばっている、食事でも成長の分とスポーツの分が必要です。トップアスリートも実行している「栄養フルコース型の食事」を覚えていますか?①主食②おかず③野菜④果物⑤牛乳・乳製品、の5つを毎食揃えること(図)。そして3食以外の「補食」、練習・試合後のゴールデンタイムを逃さない、でしたね(25~28号)。

さて寝ている間に体はどうなっているでしょう?休けいしている?とんでもありません!脳は活発に働いているし、スポーツして傷ついた体を治す作業も行われています。そして前日の夜ごはんから何も食べていない、ということは…朝、起きた時には使えるエネルギーが少なくなっています。まず朝ごはんをしっかりとり、午前中の勉強やスポーツに使うエネルギー、水分を補給しましょう。体温が上がり、腸の働きにスイッチが入り、体のリズムが整います。朝ごはんは一日3食のうち一回です。必要な栄養の3分の1をとりましょう。体の材料になるたんぱく質は一度にたくさんとるよりも3食に分けてとるほうが効率よく体に取り込まれます。逆に腹ペコのまま活動するとエネルギーを得るために筋肉を分解してしまいます。朝も栄養フルコース型の食事を実行できるとすばらしいです!

それでも朝が苦手、という人にアドバイスです。まずはしっかり寝て起きる、前の晩からリズムを整えましょう。夜遅くにたくさん食べると朝おなかがすきません。食べにくければ水、オレンジジュース、ドリンクヨーグルト、スムージー、牛乳一杯などから始めましょう。その次はごはんに納豆やたまごをつける、みそ汁の具を増やす、パンならいろんなものを乗せてピザトースト風にするなど少しづつ栄養フルコース型の食事近づけていけば大丈夫です。レシピも参考にしてみてください。

朝ごはんはスポーツジュニアが成長して上達するための必殺ワザ!ぜひ身につけましょう!

(参考)柴田麗「ジュニアのためのスポーツ食事学」(学研)、明治の食育HP「スポーツジュニアのための食事サポート」

「栄養フルコース型」の食事



- ④果物
- ⑤乳製品
- ③野菜
- ②おかず
- ①主食

朝食を大切に3つの理由

- 午前中、活動するためのエネルギーがとれる
- 体のリズムが整う
- 1日3食の1回分の栄養が充分にとれるチャンス!

朝食に
いかが?



クロックマダム

ホワイトソースにたっぷりのほうれん草と卵で朝食やランチへアレンジ!



作り方

- 1) ホワイトソースを作ります。厚手の鍋にバターを弱火で溶かし、バターが溶けたら小麦粉を加え、焦がさないように炒めます。粉っぽさがなくなったら火を止め、牛乳を少しずつ加えてのばします。ダマができないように混ぜながら、とろみがつくまで煮て、顆粒コンソメ、塩、こしょうで味をととのえます。
- 2) ほうれん草を2cm幅に切ります。フライパンにサラダ油を熱し、ほうれん草をサッと炒め、4か所に卵を割り入れるくぼみを作ります。卵を割り入れたら、ほうれん草を卵の周囲にまめ半熟状の目玉焼きにして、塩、こしょうをふります。
- 3) パンに1)を塗り、チーズを全体に散らして、オーブントースターでチーズがとろけるまで焼きます。焼きあがったら、上にハム、2)をのせます。

材料(4人分)

*ホワイトソース	ほうれん草 4株	食パン(6枚切り) 4枚
バター 10g	卵 4個	細切りチーズ 60g
小麦粉 10g	塩、こしょう 各少々	ハム 4枚
牛乳 150ml	サラダ油 大さじ1	
顆粒コンソメの素 少々		
塩、こしょう 各少々		

栄養価 1人分	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	食塩相当量	調理時間
	424kcal	21.6g	212mg	1.9g	25分

トマトとしらすのチーズ卵とじ丼

チーズとめんつゆで作る新和食。朝ごはんにもどうぞ。



作り方

- 1) 卵を溶きほぐします。チーズを大きめにちぎり、トマトは1~1.5cm角くらいに切ります。
- 2) 鍋にめんつゆと水135mlを入れて強火にかけ、煮立ってきたらトマトを加えます。再び煮立ってきたら、しらす、溶き卵、チーズの順に加え、蓋をして弱火にし、卵が半熟になるまで火を通します。
- 3) 器にご飯を盛り、2)をかけた上に青しそを手でちぎってのせます。

材料(4人分)

チーズ 5個	しらす 40g	青しそ 4枚
卵 4個	めんつゆ (3倍濃縮) 大さじ3	
トマト 1個		ご飯 茶碗4膳分

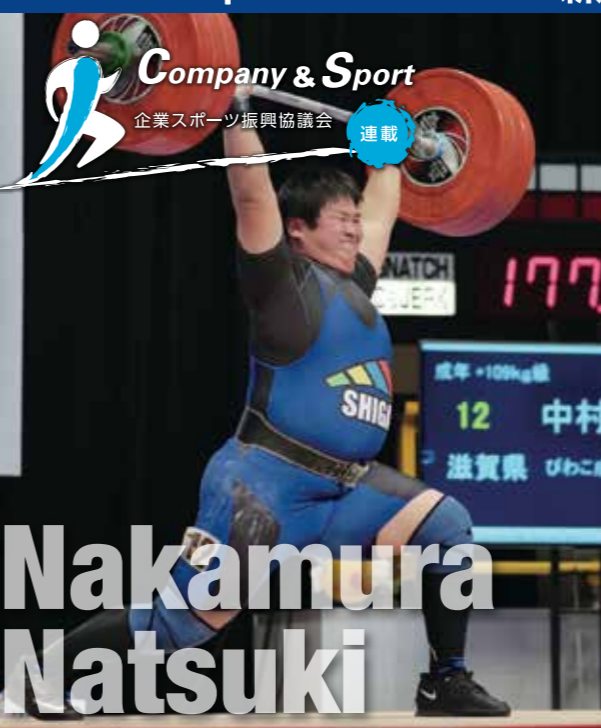
栄養価 1人分	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	食塩相当量	調理時間
	416kcal	13.4g	150mg	1.6g	15分

企業スポーツ振興協議会

SHIN-ASAHI ELECTRIC IND CO., LTD.

Interview/Report Vol.18

新旭電子工業株式会社



Nakamura Natsuki



Otsuka Tomo

練習場所も近く働きやすい環境「競技優先」で全面的にサポート

共に高島市出身で、安曇川高校入学後にウエイトリフティング競技を始め、びわこ成蹊スポーツ大学へ進んだ大塚さんと中村さん。大塚さんは2019年の全日本選手権で、中村さんは同年の全日本学生選抜で、それぞれ準優勝を収めた。滋賀国スポでの活躍も大いに期待されるトップアスリートだ。2年先輩の大塚さんは先に社会人になっていて、「通勤時間が往復3時間弱、睡眠も3時間程度」という状況で競技成績が伸びず、転職を考えることに。中村さんは大学卒業を控え、動きながら競技を続けられる環境を探していた。そんな2人が、縁あって同時期にSHIGAアスリートナビ(※1)へ登録。今年の4月に、揃って高島市の「新旭電子工業」に入社した。

大塚さんは基板の必要な部分を打ち抜く仕事を、中村さんは大きな素材が必要なサイズに切断する仕事に携わっている。月~金曜日は朝の8時~8時半頃に出勤。繁忙期以外は17時20分に終業し、車で5分ほどの安曇川高校へ行って練習。自宅・職場・練習場所が近いことで「競技に打ち込める環境をいただきました」と笑顔を見せる。さらに「とにかく前提は“競技優先”。平日の合宿・試合への参加や、遠征費支給、道具の補充などは必要に応じて相談してもらいます(上司・林さん)」と会社のサポートも行き届いている。

その環境に感謝しながら「必要とされる人材になりたい(大塚さん)」。「早く仕事を覚えて会社に貢献したい(中村さん)」と仕事への意欲を見せる。取材に伺った日の前日は、ちょうど三重国体出場(※2)をかけた近畿大会に出場していて、2人とも各階級で2位に。「今朝、職場の方から『昨日の試合どうやった?2位?すごいやん!』と声をかけていただきました(中村さん)」と、同僚からの温かい応援も励みになっているようだ。目標は、「滋賀国スポで上位入賞し、滋賀県を



ウエイトリフティング



大塚和さん
(67kg級)
製造二課プレス係
2021年入社



中村夏樹さん
(+109kg級)
製造一課NC係
2021年入社



団体優勝に導くこと」。初めての職場でまだ慣れない部分もあると言うが、同じ高みを目指す仲間が近くにいることは、何より心強いだろう。切磋琢磨しながら、社会人としてもアスリートとしても大きな飛躍を見せてほしい。

※1/SHIGAアスリートナビ/滋賀県によるトップアスリートと県内企業のマッチング事業。
※2/本年の三重国体・障スポは開催見合わせとなりました。

上司からのメッセージ



新旭電子工業株式会社
林賢治さん(工場 部長代理)
仕事と競技を両立させようという志が、まず素晴らしいと思います。彼らはとても真面目で、仕事に対する姿勢が一生懸命。それぞれの職場の同僚に聞いてみると、「覚えが早いし、先を読んで動ける」と高い評価を受けています。仕事に對しても競技においても夢中で取り組んでいるようなので、将来にも期待がかかりますね。会社としては全面的に応援していきますので、トップを目指して頑張ってください!

新旭電子工業株式会社

住所
高島市新旭町
薬園2588番地

TEL
0740-25-5333

明治の食育ではクラブ・部活向けにオンラインセミナーも実施しています。

詳しくはHPへ。



meiji Copyright Meiji Co., Ltd. All Rights Reserved. ★このページは「株式会社 明治」にご協力いただき作成しました。

スポーツ少年団のご案内

スポーツは一生のトモダチ

令和2年(2020)年度現在スポーツ少年団は、約56万人の子どもが地域の協力によって全国各地の約3万団で活動しています。
 その中で、子どもたちは、60種以上もあるスポーツを楽しみ、その活動を通じて成長する過程で必要な多くのことを学び、経験しています。



仲間との集団行動が『こころの成長』につながります

『スポーツを楽しむ』ことが目標です

『地域のキズナ』のなかで子どもの支援する組織です



●何歳から登録できるの?

登録は登録する年の4月1日現在満3歳以上となっています。スポーツが得意な子どもだけでなく、運動が苦手な子どもでも男女を問わず大歓迎です。もちろん、中学生や高校生の登録も可能です。
 令和2(2020)年度現在、中学生以上の団員は約7万5千人。その中には、スポーツを楽しみながら団員のリーダーとして活動し、将来の指導者を目指す人もいます。

●どんなところで活動しているの?

主に近くの小学校のグラウンドや体育館で活動を行います。近隣の団体と合同で活動する場合は場所を変更することもあります。試合などがない限り基本的に同じ場所で行います。
 もし、放課後や土曜日、または日曜日にそれらの場所でスポーツをしている団体を見かけたら、それがスポーツ少年団かもしれません。

●どんな人々が支えているの?

基本的に、地域の人々によって支えられています。それぞれのスポーツ少年団の組織構成としては、「団員」、「指導者」、「役員・スタッフ」、保護者や地域住民からなる「育成母集団」、団員をまとめ指導者の補助的な役割もする「リーダー(団員)」に分けられます。多くの人々が、それぞれの立場で活動の運営や支援を行っています。

●どんな人が指導者になっているの?

スポーツ少年団の「指導者」は、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格を有しており、それぞれの団にはスポーツ少年団の理念を学んだ指導者が2名以上いるので団員は安心・安全に活動することができます。地域に住むスポーツ少年団出身者や団員の保護者などが指導にあっており、スポーツを通じた子どもたちの成長に携わっています。

スポーツ少年団に関するお問い合わせは

公益財団法人 滋賀県スポーツ協会 滋賀県スポーツ少年団
 〒520-0807 滋賀県大津市松本一丁目2-20 滋賀県農業教育情報センター4F
 TEL 077-526-5522 FAX 077-521-8484 shiga-sport@bsn.or.jp



※今回のびわっ子は取材予定の単位団が活動休止のため「スポーツ少年団のご案内」に変更しました。

広告 スポーツで滋賀を元気に! 滋賀県スポーツ団体等活動再開等支援事業補助金

県内のスポーツ団体および個人事業主(スポーツ活動を主たる目的とする)の皆さまへ

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として

上限 **5万円** の補助金が受けられます。

滋賀県内で取り組むスポーツ活動に必要な、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策の経費を補助します。(補助率: 3/4、上限5万円)

対象例



補助のしくみ例 **かかった経費が8万円の場合**

補助金 5万円 自己負担 **3万円**

8万円×(3/4)=6万円→上限の5万円を補助

対象となる期間

令和3年 4月1日(木)~
令和4年 1月14日(金)

補助申請の期間

【消印有効】
~令和3年12月24日(金)

※本事業は滋賀県からの委託に基づき実施している事業です。
 ※詳細および申込に関してはホームページ内「滋賀県スポーツ団体等活動再開等支援事業 募集案内、様式等」をダウンロードしてください。

公益財団法人 滋賀県スポーツ協会 SHIGA SPORT ASSOCIATION 〒520-0807 滋賀県大津市松本一丁目2-20 滋賀県農業教育情報センター4階
 TEL.077-511-9955 FAX.077-521-8484

<https://www.bsn.or.jp/>



あなたの街の 総合型地域スポーツクラブ

気軽に楽しめる「スポーツクラブ」

「総合型地域スポーツクラブ」とは、地域に住む「皆さん」が主役となって、自ら運営・管理をするスポーツクラブのシステムです。いろいろな種目を、様々な人々がその興味・関心や競技レベルを問わずそれぞれのスタイルで気軽に楽しむことができます。

大津市

大津市スポーツ協会総合型地域スポーツクラブ

大津市の総合型地域スポーツクラブは、市内の各競技団体・学区体育団体等81の団体が加盟している大津市スポーツ協会が運営主体となり、各団体相互の連携を図り、市民の健康増進・競技力の向上・指導者育成、併せて誰もがスポーツに親しむことができる明るいまちづくり、「元気なまち大津」を目指し、さらなる活動に努めています。

今年度は大津市総合型地域スポーツクラブの中心となる運営を担っている大津市学区体育団体連絡協議会が創立50周年を迎えます。

この協議会は市内36学区、全ての体育団体が加盟し、高齢者から幼児を対象として、「健康寿命を延ばす、地域の子供は地域が育てる」を合言葉に、半世紀に亘り、目標の「元気なまち大津」達成のため、学区単位で、さらに近隣の学区が連携したブロック単位で、広く市全域で工夫を凝らした活動を展開しています。



TEL.077-528-2914

大津市石場10番53号 スポーツステーションおおつ内

甲賀市

城山あいあいクラブ

城山あいあいクラブは、甲賀市水口町の東側を活動拠点としています。地域には商業地域と農村地域があります。近年、生活環境の変化により「身体を動かす」機会が減少しました。この運動不足や食生活の乱れから生活習慣病も増大しています。運動やレクリエーションが地域コミュニティを

育み、健康増進、体力向上、青少年の健全育成等、社会的に大きな意義を果たすという考えのもと水口小学校区で子どもから高齢者まで「いつでも、どこでも、だれでも」気軽に様々なスポーツが楽しめる環境づくりに城山あいあいクラブが貢献できればと考えています。



TEL.0748-63-8177

甲賀市水口町新城653 岩上体育館内

他にも滋賀県内には多数の総合型地域スポーツクラブがございます。詳しくはWEBをチェック! 滋賀県スポーツ協会 検索

帰ってきた琵琶湖漕艇場 関西みらい ローイングセンターになってパワーアップ!

ボート・カヌー競技者から愛され続ける琵琶湖漕艇場が、2021年3月にリニューアルオープンいたしました!

リニューアルに伴い、関西みらい銀行とネーミングライツパートナーを結び、「関西みらいローイングセンター」という愛称がつけました。

2022年はワールドマスターズゲームズ関西、2025年には国スポのボート会場に選ばれました。

競技者向けには数多くの大会が開催され、ボート・カヌーを知らないという方には体験教室も受け付けています。ぜひご参加ください!



ボート・カヌーの体験教室もやってます!

ボートってどんなの?



ボートにはいろいろな種類がありますが、体験で乗るボートは5人乗りの安定したものです。1人が指示役になり、4人で琵琶湖へ漕ぎだします! 4人の息がピッタリあうと、とってもスピードがでて気分爽快です!

カヌーってどんなの?



カヌーにもたくさん種類がありますが、体験で乗ってもらうのは安定性の高い1人乗りと2人乗りの船です。見ている感じはとっても優雅ですが、真っすぐ漕ぐのは至難の業! ボートよりも水面が近く、非日常的な体験ができます!



小学生のボート・カヌー教室も開催しています。手厚い指導で安心してボート・カヌーを始められます。



艇庫

大きな艇庫にパワーアップしました!たくさんのボートやカヌーが収容できるようになりました。



トレーニング室

こちらも見晴らし最高!雨で練習ができない時はこの部屋でトレーニングをします。



ボート競技のトレーニングマシン「エルゴメーター」



屋上デッキ

自由に上がれる屋上デッキも眺めが最高。晴れていると比良山まで一望できます!



会議室

会議室だけの利用も大歓迎です!幼児教室やワークショップ等にもご利用いただけます。とっても景色のいい会議室です。



対岸に夕日が沈むので、毎日綺麗な夕日に出会えます。

日中は、運が良いとカモの親子に出会えるかも。

週末には全日本レベルの選手がコースを漕いでいることも!?



問い合わせ先

関西みらいローイングセンター

(滋賀県立琵琶湖漕艇場)
滋賀県大津市玉野浦6-1 TEL.077-545-2165
<https://www.bsn.or.jp/boat/>



《アクセス》

- JR石山駅 阪石山駅から徒歩20分
- 名神高速 瀬田東IC(名古屋方面)から車で約10分
- 名神高速 瀬田東IC(大阪方面)から車で約5分

私たちは滋賀のスポーツを応援しています！

公益財団法人滋賀県スポーツ協会『令和3年度 賛助会員』

特別会員

綾羽(株) 滋賀トヨペット(株) コカ・コーラボトラーズジャパン(株) (公財)スポーツ安全協会 滋賀県支部

法人会員

<p>5口</p> <p>(公財)河本文教福祉振興会 (株)滋賀銀行 京都信用金庫滋賀本部</p>	<p>1口</p> <p>綾羽高等学校教育活動支援会 (株)松善屋 (株)ビルディング・コンサルタントワイズ 森田住宅(株) (株)井筒ハット橋本舗 (株)アルティ 滋賀ユニック 滋賀倉庫土地(株) 大津フィジカルクラブ (有)竹田藤写真堂 (株)エスケイカンポスト 甲賀カントリー倶楽部 湖国大津スポーツ少年団 瀬田町漁業協同組合 (株)金子工務店 (株)中山スポーツ ダイワ不動産(株) (株)スポーツショップキムラ (株)近新</p>	<p>(株)滋賀フーズ 松井工業(株) びわ湖放送(株) 滋賀学園高等学校 (有)嶋村商店 (株)ケイセイ社 (株)コホク 名神東カントリー倶楽部 アマナエレン(株) (株)日本保安警備管理協会 (株)吉川シエル (株)関西みらい銀行 (株)材光工務店 (公財)青樹会滋賀八幡病院 大同塗料(株)滋賀工場 滋賀ヤサカ自動車(株) (株)いずみニー 滋賀ダイハツ販売(株) 桑野造船(株) 大津マル斗(株)</p>	<p>(一社)滋賀県建設業協会 (株)村田自動車工業所 (株)JTB滋賀支店 (株)ワダケン 医療法人あそろクリニック (株)奥村組 (株)ナショナルメンテナンス (株)メンテナンスセンター みずほ証券(株)大津支店 滋賀県信用保証協会 (株)空兵衛造船所 医療法人社団布留クリニック 滋賀中央信用金庫 (株)FUSSAEIZO (株)アヤハコゴルフスジャバエースゴルフ倶楽部 滋賀県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会 (株)寺嶋製作所 滋賀県国民健康保険団体連合会 滋賀短期大学 (株)田中誠文堂</p>	<p>(株)エスサーフ 元三フード(株) 荏原冷熱システム(株) (株)昭建 アインズ(株) 満喜(株) JA滋賀中央会・各連合会 滋賀文教短期大学 (株)スマイ印刷工業 税理士法人横井会計 東洋紡(株)総合研究所 (株)山崎砂利商店 近江鉄道(株) 京セラ(株)滋賀蒲生工場 京セラ(株)滋賀八日市工場 東レ(株)滋賀事業場 日本電気硝子(株) (株)プリンスホテルびわ湖大津プリンスホテル 滋賀県中小企業団体中央会</p>
--	---	--	---	---

※法人会員には、法人および任意の団体を含みます。

競技団体(当協会の加盟団体)

滋賀県ホーク協会 滋賀県相撲連盟 (一財)滋賀陸上競技協会 NPO法人滋賀サーリング連盟 (一財)滋賀県剣道連盟 滋賀県乗馬連盟	滋賀県ソフトテニス連盟 滋賀県中学校体育連盟 (公社)滋賀県サッカー協会 滋賀県グラウンドゴルフ協会 滋賀県アーチェリー協会 滋賀県バレーボール協会	滋賀県スポーツ拳法連盟 滋賀県クレー射撃協会 滋賀県バウンドテニス協会 滋賀県ソフトボール協会 (一社)滋賀県トリアスロン協会 滋賀県空手道連盟	滋賀県スキー連盟 (一社)滋賀県卓球協会 滋賀県カヌー協会 滋賀県ソフトボール協会 滋賀県軟式野球連盟 滋賀県フェンシング協会	滋賀県テニス協会 (一社)滋賀県バスケボール協会 滋賀県ゴルフ連盟 滋賀県ハンドボール協会 滋賀県少林寺拳法連盟 滋賀県山岳連盟 (一社)滋賀県水泳連盟	滋賀県ウエイトリフティング協会 滋賀県レスリング協会 滋賀県スケート連盟	滋賀県弓道連盟 滋賀県スケート連盟
---	---	---	--	--	--	----------------------

都市スポーツ協会

(一社)彦根市スポーツ協会 (一社)甲賀市スポーツ協会	(公財)栗東市スポーツ協会 (公社)草津市スポーツ協会	(一社)高島市スポーツ協会 東近江市スポーツ協会	湖南市スポーツ協会 近江八幡市スポーツ協会	野洲市スポーツ協会 長浜市スポーツ協会	米原市スポーツ協会 蒲生都スポーツ協会	守山市スポーツ協会 愛知郡スポーツ協会
--------------------------------	--------------------------------	-----------------------------	--------------------------	------------------------	------------------------	------------------------

個人会員

河本 英典 高橋 祥二郎 山本 博一 木村 孝一郎	橋爪 建治 青谷 康代一 森田 充 若野 哲夫	南井 加津雄 井上 陽滋 河島 敬 松岡 一男	森 由利子 前田 康一 奥 博 川村 正	松田 善雄 茶谷 不二雄 小西 真 中川 和明	野坂 尚宏 六佐 秀雄 谷山 みや子 的場 政治	長谷川 真一郎 深尾 宗孝 河原田 隆 岸本 英幸	大西 貴 田村 由美子 國松 善次 山田 忠尚	須田 克己 森津 陽太郎 木村 隆 久保 清一	猪飼 和雄 福地 茂 天野 殖 猪飼 敏之	古我 幸二 坂井田 稔 木村 輝男 小林 久真	平井 和博 中村 傳一郎 出原 進三 藤原 健二	黒川 かず江 谷 和彦 《無記名希望12名》
------------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	-------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------	------------------------------

令和3年8月31日現在 順不同・敬称略

『賛助会員』募集

公益財団法人滋賀県スポーツ協会では、賛助会員(個人または法人)を募集してまいります。当協会はスポーツという文化を後世に継承していくことを決意し、改めて力強く各種スポーツ振興事業を積極的に推進しております。そこで、今年も競技力の総合的な向上や生涯スポーツの推進、ジュニア世代の育成等のため、スポーツの持つ魅力と力を多くの県民の皆様を知っていただけるよう、加盟団体である競技団体、都市スポーツ協会、学校体育連盟をはじめ、ご支援いただく皆さまと一致

団結し、各種スポーツ振興事業を積極的に展開してまいります。つきましては、2025年開催の「滋賀国民スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会」を視野に入れ、次世代を担う子ども達への夢を育むスポーツ振興を推進するため、皆さまからの暖かいご支援とご理解を承りますようお願い申し上げます。「スポーツの力で滋賀を元気に!」を合言葉に滋賀を盛り上げていきましょう!

会費 特別会員 1口:100,000円～ 法人会員 1口:10,000円～ 個人会員 1口:5,000円～

目的 ご協力いただきました賛助会費は、本県のスポーツ普及振興事業に使わせていただきます。 **特典** ●HPや情報誌への会員名簿記載 ●スポーツ情報誌の提供 等

本件に関する申込み・お問い合わせは…公益財団法人滋賀県スポーツ協会 総務・財務担当 まで TEL:077-521-8001

小さな掛金、大きな補償

スポーツ安全保険®

対象となる事故

団体・グループ活動中の事故/往復中の事故



保険期間

令和3年4月1日午前0時から
令和4年3月31日午後12時まで

加入区分・掛金・補償額

加入対象者	補償対象となる団体・グループ活動	加入区分	年間掛金 (1人当たり)	傷害保険金額					賠償責任保険 支払限度額 (免責金額なし)	突然死葬祭 費用保険 支払限度額
				死亡	後遺障害 (最高)	事故の日からその日を 含めて180日以内		賠償責任保険 支払限度額 (免責金額なし)		
				入院日額 (1日目から/ 180日限度)	通院日額 (1日目から/ 30日限度)					
子ども (中学生 以下) ※特別支 援学校 高等部 の生徒 を含む	スポーツ活動 文化活動 ボランティア活動 地域活動	A1	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	対人・対物賠償 合算1事故 (ただし、対人賠償は 1人1億円)	5億円	180万円
	上記団体活動に加え、個人活動も対象 上段:団体活動中およびその往復中の補償額 下段:上記以外(個人活動など)の補償額	AW	1,450円	2,100万円	3,150万円	5,000円	2,000円	対人・対物賠償 合算1事故 (ただし、対人賠償は 1人1億500万円)	5億 500万円	
大人 (高校生 以上)	スポーツ活動(指導・審判を含む) ※右記年齢の判断は、「令和3年4月1日」と「掛金の支払い手続きを行う日」のいずれか遅い日の年齢を基準とします。 ※A2区分で対象となる活動も補償されます。	C 64歳以下	1,850円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円	対人・対物賠償 合算1事故 (ただし、対人賠償は 1人1億円) ⚠️自動車事故によ って賠償責任 を負った場合は、 補償の対象とな りません。	5億円	180万円
	文化活動 ボランティア活動 地域活動 準備・片付け・応援・団体の送迎 ※スポーツ活動中の事故は補償の対象となりません。	B 65歳以上	1,200円	600万円	900万円	1,800円	1,000円			
	文化活動 ボランティア活動 地域活動 準備・片付け・応援・団体の送迎 ※スポーツ活動中の事故は補償の対象となりません。	A2 A2区分は 65歳以上 の方も加入 できます。	800円	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円			
全年齢	危険度の高いスポーツ(指導・審判を含む)	D	11,000円	500万円	750万円	1,800円	1,000円			

年間掛金には、制度運営費(10円)が含まれます。

公益財団法人 スポーツ安全協会 滋賀県支部

TEL 077-523-3860 電話受付時間 午前9時～午後5時(土、日、祝日及び年末年始を除く。)

保険の詳しい内容、資料の請求は、ホームページをご覧ください。
ご加入はインターネットからのお手続きが便利です。

スポーツ安全保険 検索



この広告はスポーツ安全保険の概要についてご紹介したものです。ご加入の際には、必ず「スポーツ安全保険のあらまし」および「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は保険約款および特約書によりますが、ご不明の点がございましたら(公財)スポーツ安全協会または東京海上日動火災保険(株)までお問い合わせください。

〈引受幹事保険会社〉
東京海上日動火災保険株式会社
担当課 公務第2部 文教公務室 ☎0120-233-801
(平日9:00~17:00)

〈共同引受保険会社(令和3年4月予定)〉
あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン 大同火災 東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保

Bspoi+

ビズポ! Vol.29 (令和3年9月30日)

編集発行/公益財団法人 滋賀県スポーツ協会

〒520-0807

滋賀県大津市松本一丁目2-20

滋賀県農業教育情報センター4F

電話 077-511-9955

ホームページ <https://www.bsn.or.jp/>

制作/大毎広告株式会社



全カって、
おいしい。

AQUARIUS
アクエリアス