

# Bispo!+

ビスポ Vol.24

巻頭特集  
Interview

## ホッケー男子日本代表 滋賀のサムライジャパン

🇯🇵 吉川貴史  
Yoshikawa Takashi

🇯🇵 田中健太  
Tanaka Kenta

🇯🇵 山田翔太  
Yamada Syota



【特集】

第75回国民体育大会 冬季大会結果

【びわっ子now】

甲良東リベルテスポーツ少年団 (軟式野球)

【将来の有望選手】

山田陽翔 (硬式野球)

【支える人特集】

山中慎介 (東京2020オリンピック聖火ランナー)

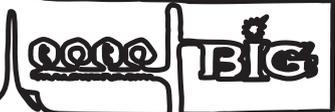
【★キラキラ★放課後タイム】

玉川高等学校 フェンシング部

【企業スポーツ振興協議会】

出口直巳 (株式会社 寺嶋製作所)

TAKE  
FREE



# つなげていきます スポーツへの想い

スポーツくじの収益は、  
日本のスポーツを育てるために  
使われています。



### 巻頭特集 Interview 田中健太 山田翔太 吉川貴史 Tanaka Kenta Yamada Syota Yoshikawa Takashi ... 02 滋賀のサムライジャパン ホッケー



東京オリンピックを目前に控えた3人に目標や意気込みなどを伺いました  
● ホッケー男子日本代表



第75回冬季国民体育大会冬季大会 Review



投げれば最速140km/h超 打撃では4番  
● 山田陽翔



明るく楽しく真摯な部 個人・団体ともに全国大会で活躍  
● 玉川高校フェンシング部



2チームが合体しより野球を楽しめる環境に  
● 甲良東リベルテスポーツ少年団



やりたいスポーツを頑張り続けるためには目標やテーマを持つことが大事  
● 山中慎介



高校から始めた競技で日本代表に初の国際大会で銅メダルを獲得  
● 出口尚巳

連載 2024滋賀国スポ・障スポ大会情報 ... 05

特集 第75回冬季国民体育大会冬季大会 Review ... 06

〈将来の有望選手〉山田陽翔 (野球・大津瀬田レイカーズ〈ボーイズ〉) ... 08

〈★キラキラ★放課後タイム〉玉川高校 フェンシング部 ... 09

〈健康豆知識〉ジュニア期のスポーツを考える「頭の後ろにも目があるスポーツ選手」岡本直輝 ... 10

〈健康豆知識〉スポーツドクター情報提供「スポーツと蛋白質・アミノ酸摂取について」小畑利之 ... 11

〈健康豆知識〉スポコン通信Vol.21「差がつく!疲労回復のためのクールダウン」田中宏基 ... 12

連載 びわっ子now 甲良東リベルテスポーツ少年団 (少年野球) ... 13

〈県内スポーツ情報〉支える人特集 山中慎介 (オリンピック聖火ランナー) ... 14

連載 企業スポーツ振興協議会Vol.15 出口尚巳 (カヌーマラソン 寺嶋製作所) ... 15

- topics
- 2024年滋賀国スポ記念「2019年度関西広域連合指導者講習会」 16
  - 令和元年度「輝く企業選手」支援事業 助成金贈呈式 17
  - 第9回びわ湖カップなでしこサッカー大会 (U-12) 18
  - イベントカレンダー (4月~6月) 18

賛助会員情報 ... 19

縮めのコラム inside outside LAKE-SIDE (フリーランスライター/吉村 淳) ... 20

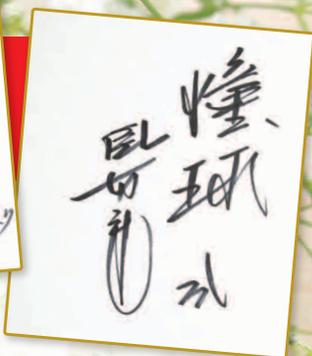
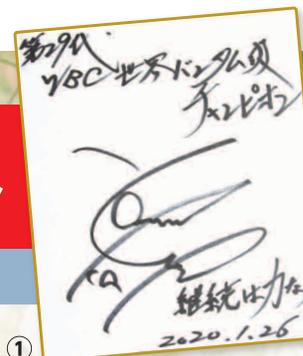
ビスポ第24号 読者の方すべてにチャンス!!

## Bispo!+ 読者プレゼント

アンケートにご協力いただいた方に抽選でプレゼント!

- ① 山中慎介氏サイン入り色紙 《2名様》
- ② 掛布雅之氏サイン入り色紙 《2名様》
- ③ 肉のげんさん「すき焼き用近江牛」500グラム 《3名様》

★応募方法等詳しくはP20をご覧ください。





# Yoshikawa Takashi

# Tanaka Kenta

# Yamada Syota

### 🇯🇵 Hockey

**同郷の先輩・後輩で幼なじみ。気心の知れた仲間  
お互いへの想いや自身の強み・モチベーションは**

— 皆さん同郷で、同じ中学のご出身ですね。ご自身にとって、  
他のお2人はどんな存在なのでしょう。

**田中選手** やましょー(山田選手)はスピードがあり、攻撃の起点になるような選手だと思います。貴史はけっこうビッグセースが多く、本当にピンチの時に助けてくれる存在。安心できますね。

**山田選手** 健太さんは昔から憧れの先輩です。いま日本代表で一緒にプレーできているのは本当にすごいこと!貴史とはずっと同じチームでやってきました。ポジション的にもしっかりコミュニケーションを取らないといけない関係性で、頼りにしています。

**吉川選手** 健太さんは、僕たちにとっては神様みたいな存在(笑)。小さい頃から見ていた選手で、日本代表の主力ですから。「健太さんにボールが渡ったら、点が入る」と思えるんです。やましょーは、ずっと一緒にやってきたチームメイトならではの信頼感があります。コミュニケーションが取りやすく、プレーもしやすいですね。

— 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。

**田中選手** 僕はストライカーなので、ドリブルやスピードです。



**山田選手** 僕はサイドハーフで、そこから攻撃に転じる長いストロークの正確性を得意としています。

**吉川選手** セービングと反射神経ですね。シュートアウトも得意です。

— 競技に励む糧、ホッケーに打ち込むモチベーションは何ですか。

**田中選手** オリンピックに出ることがずっと夢でした。その夢があったからこそ競技に打ち

込んでこられたのだと思います。

**山田選手** 僕もオリンピックへの出場が夢です。それと、家族のサポート。支えてもらっている分、頑張らなきゃという励みになります。

**吉川選手** 僕も小さい頃からオリンピック出場を思い描いて頑張ってきました。その夢を応援してくれる家族のためにも、絶対出場して活躍したいという気持ちが強いですね。

# 🇯🇵 吉川貴史 🇯🇵 田中健太 🇯🇵 山田翔太

## 「ホッケーの町・伊吹」が輩出した日本代表選手たち 東京2020オリンピックでの雄姿に期待が高まる!

米原市の伊吹地区は、ホッケーが盛んなことで知られるエリア。小学生から社会人まで男女を問わず多くの人が競技に携わっており、中には日本代表としてオリンピックに出場した選手もいます。今回ご紹介する田中健太選手、吉川貴史選手、山田翔太選手も伊吹の出身。男子ホッケーの日本代表“サムライジャパン”に名前を連ねており、「東京2020オリンピック」への出場が有力視されています。それぞれ日本代表での経験値も高く、2018年にはアジア競技大会(ジャカルタ)で日本チームを初優勝に導き、2019年にはFIH(国際ホッケー連盟)主催のFIHシリーズファイナルに出場。いずれもチームの主力として目覚ましい活躍を見せています。東京オリンピックを目前に控えた3人に、目標や意気込みなどを伺いました。



**吉川貴史** プロフィール  
Yoshikawa Takashi

- 生年月日 1994年11月29日 ● 出身 米原市
- 身長・体重 182cm・75kg ● 所属 岐阜朝日クラブ BLUE DEVILS
- ポジション ゴールキーパー 公益社団法人ぎふ瑞穂入スポーツガーデン

姉2人がホッケーをしていた影響で、伊吹スポーツ少年団に入団。伊吹山中学校、伊吹高校、天理大学で競技を続けてきた。2013年から日本代表入り。日本代表の砦を引き受ける鉄壁の守護神であり、2018年のアジア大会決勝ではシュートアウトを好セーブ。日本の初優勝に大きく貢献した。2019年、しがスポーツ大使に就任。



**田中健太** プロフィール  
Tanaka Kenta

- 生年月日 1988年5月4日 ● 出身 米原市
- 身長・体重 173cm・68kg ● 所属 HGC HC
- ポジション フォワード

小学3年生の時、春照スポーツ少年団に入団。伊吹山中学校、天理高校、立命館大学で競技を続けてきた。2007年日本代表入り。以来、頼れるエースストライカーとしてチームをけん引し続けている。2018年、日本人男子として初めてオランダ1部リーグの「HGC」へ入団し、プロホッケー選手に。2019年、しがスポーツ大使に就任。



**山田翔太** プロフィール  
Yamada Syota

- 生年月日 1994年12月21日 ● 出身 米原市
- 身長・体重 177cm・77kg ● 所属 岐阜朝日クラブ BLUE DEVILS
- ポジション ディフェンダー 公益社団法人ぎふ瑞穂入スポーツガーデン

いとこに誘われて、伊吹スポーツ少年団に入団。伊吹山中学校、伊吹高校、天理大学で競技を続けてきた。吉川選手とは、スポーツ時代からずっとチームメイトとして切磋琢磨する間柄。2014年に日本代表入り。日本の守備の要であり、ペナルティーコーナーのフリッカーとしても注目度が高い。2019年、しがスポーツ大使に就任。

### 🏒 Hockey

#### 日本代表としての経験値を積み重ねてきた彼らが意識・注目している「世界」の舞台やプレーヤー

—これまで世界各地へ遠征されたと思いますが、競技中のエピソードや異文化を感じたことなど、何か印象に残っていることはありますか。

**山田選手** アウェイでどこまで力を出せるかが難しいです。メンタルや体の調整も必要なので…。特に、時差が大きい国に行くと大変です(笑)。

**田中選手** 驚いた国は、インドですね。インドではホッケーはとても人気のあるスポーツなんです。サッカースタジアム並みの大きな会場が整備されていて、満員の観客の中で試合をしたこともありました。

**吉川選手** インドも驚きましたが、マレーシアでも人気のスポーツで、とにかく声援がすごい。僕はコーチングもしないといけないんですけど、声援にかき消されて自分の声が届かないこともあるほどです。

—目標としている選手や、ライバルはいますか？

**田中選手** セビ・ヴァン・アスという、オランダでのチームメイトです。彼はオランダの代表選手なので、日本対オランダとして戦う時は負けたくない。彼も絶対、僕と同じことを思っているはず(笑)。

**山田選手** アルゼンチンのペイラット選手。スピードのあるフリックに憧れています。ライバルは…代表チームの中では僕以外にフリッカーが2人いるの

で、彼らに負けられないよという気持ちはあります。

**吉川選手** もう引退してしまったんですけど、オランダ代表のゴールキーパーだったストックマン選手が目標です。初めてのオランダ遠征で見た、彼の落ち着きぶりやオーラが忘れられません。みんなが信頼を寄せていて、チームの要になっていることが感じられました。

—集中力を高めたり緊張感をやわらげたりするためにおこなう、ルーティーンや願掛け的なものはありますか。

**山田選手** 僕は音楽ですね。スピーカーを持ち込んで、ウォーミングアップや着替えの時に流します。曲はその日の気分でランダムに。

**田中選手** 試合の日は、ホテルを出る前に必ずシャワーを浴びます。あと、靴やすね当てなど何でも左から身に着ける習慣があります。

**吉川選手** ホテルの部屋では、動画サイトで世界のキーパーのセーブとか、自分のプレーが良かった試合の映像を見てイメージトレーニングをしています。パスで移動している時は音楽を聴いているかな。



## ● Hockey

### 夢だった東京オリンピックがよいよ目の前に！ 代表としての取り組み、大会への抱負を語る

—日本代表での練習や合宿以外に、東京オリンピック出場に向けてご自身の競技力を高めるために取り組んできたことがあればお聞かせください。田中選手はオランダの1部リーグで活躍されていますが、それもオリンピックを目指すために選んだ道だったのでしょうか。

**田中選手** それが第一の理由ですが、やはり海外のトップクラスでプレーしたいという想いがありましたね。そういう場にいることで、自然に技術やメンタリティが鍛えられると思うんです。個人的に目指しているのは、スプリントの向上。もっと速い走りやドリブルができるよう、筋力アップやフォームの見直しなどをおこなっています。

**山田選手** 僕と貴史が所属している岐阜のチームには代表候補選手が何人かいるので、質の高い練習ができています。そういう環境でディフェンススキルを高めていますね。例えば2対1とか1対2とか、人数的に有利な場合、不利な場合、それぞれのコミュニケーションの取り方や守り方の質を上げられるよう練習に取り組んでいます。

**吉川選手** 僕はコーチングも意識しています。ディフェンスを動かす時に、例えば「この選手を一歩右に」と細かくコーチングすることでしっかり守れるようにしたいなど。自分のプレーで気を付けているのは、攻撃される角度を無くすこと。相手にシュートを打たれても自分に当たるよう、飛び出すタイミングをつかむ練習をしています。

—今年はいよいよ東京オリンピックが開催されます。最終的な代表選考はこれからですが、大会に向けての抱負や目標などをお聞かせください。

**田中選手** まず代表選出を果たし、メダルが取れる活躍をしたいです。あとわずかな期間なので、自分の体調管理にも気を配ってケガをせず、オリンピックにはベストな状態で臨めるように調整していきます。

**吉川選手** オリンピックに出場できるキーパーは1人だけなんです。枠が1つしかないので、他の候補選手よりも何かずば抜けたところを見せなくては。さっきお話しした、個人的に意識している部分をしっかり伸ばして、もし最終選考で選ばれたらメダルを目指して頑張ります。

**山田選手** メダルを取るためには、自分たちディフェンス陣がいかにもコミュニケーションをうまく取るか…だと思えます。失点を防ぐことも、実際に勝ちにつながるの。代表チームでの練習時間は限られていますが、その中でより密にコミュニケーションを取り、ディフェンス力を向上させたいですね。それと、ペナルティーコーナーのフリックの精度を上げること。シュートが入る確率を高めていきたいです。

## ● Hockey

### 滋賀県ホッケー界への想いと2024国スポへの期待 そして、もっと先の未来を見据えた目標は—

—2024年、滋賀県で43年ぶりに国スポが開催されます。伊吹が再びホッケーの開催地になりますが、どんな大会になってほしいと考えますか。

**田中選手** 母校の中学は全国大会で優勝もしているし、町ぐるみでしっかりいい選手を育てていると感じます。国スポではもちろん“ホッケーの町”として優勝してほしいし、滋賀県から多くのオリンピック選手が出るようなきっかけとなる大会になればいいと思います。

**山田選手** オリンピックで燃え尽きるのではなく、その勢いのままホッケー競技がもっとメジャーになればいいと思います。地元がさらに活気づいて、いい選手が育ち、国スポで滋賀が勝つのが理想ですね。

**吉川選手** 地元の中高生の試合を見ていると、スキルの高さを感じます。2024年にはその選手たちが主力になると思うと、非常に楽しみです。僕もまだまだ日本代表を続けたいので、一緒に代表チームでプレーする選手が出てくるきっかけになることを期待しています。



—最後に、将来的な夢や目標をお聞かせください。

**田中選手** 僕はオリンピック後も、できる限り世界のトップクラスの舞台上で競技を続けたいと思っています。オランダはホッケー大国。日本のホッケーが世界でも戦えるよう、技術や指導方法をしっかり学んで持ち帰ってきたいです。将来的には指導者になりたいですね。

**山田選手** 僕も、続けられる限り選手としてやってい

たいです。教えること自体も好きなので、現役引退後は子どもたちにホッケーを教えたいですね。自分の得意なフリックや、今まで学んだことを伝えて、そこから将来有望な選手が出てくれたら嬉しいです。

**吉川選手** 僕もできるだけ選手として続けたいです。海外で挑戦したい気持ちもあるので、チャンスがあれば行ってみたいですね。いずれは指導者としてジュニア世代をしっかり育てていこうと思っています。



#### ホッケー用語

##### ●シュートアウト

延長戦でも決着がつかなかった場合に行われるキーパーとフィールドプレイヤーの1対1。フィールドプレイヤーが25ヤードラインからスタートし、制限時間の8秒以内でゴールを狙う。

##### ●フリック

スティックでボールを空中に押し出しゴールを狙う技術。

#### スポーツキッズや応援してくださる滋賀県の皆さんへ。

##### ●田中健太選手●

【スポーツキッズへ】

目標を持つことは大切ですが、そこだけにフォーカスを当ててしまうとメンタルが保てない場合があるかもしれません。やはりまずは、競技自体を楽しんでほしいですね。自分の経験を振り返ってみても、楽しんでいる時が一番成長しているように思えます。ぜひ皆さんも、楽しんで取り組んでください。

【滋賀県の皆さんへ】

地元に戻ってホッケー場に寄ったりすると、いろいろな方から「応援しているよ」「頑張っていて」と声をかけていただけるのがありがたいです。「自分も頑張ろう」と思っている活躍を少しでも多く皆さんに見せられるよう、力を尽くします！

##### ●吉川貴史選手●

【スポーツキッズへ】

どんな競技でも同じだと思うのですが、スポーツができるのは家族や周りの人のおかげです。送り迎えをしてもらったり、試合や練習の応援に来てもらったり、ボール拾いをしてもらったり…。支えてくれる人がいるから、夢に向かっていける。そういう方々への感謝の気持ちを忘れないことが大切だと思います。

【滋賀県の皆さんへ】

たくさんの方から「オリンピックに出て頑張って」と言ってくれて機会が多く、それがとても嬉しいですし、応援してくださる方のために頑張ろうと思えます。見てくださっている人が元気になるようなプレーで応えたいです！

##### ●山田翔太選手●

【スポーツキッズへ】

僕は中学の時にスランプに陥ったことがあるのですが、チームのみんなに助けられ、励まされて回復しました。試合で負け続けたりすると、どんどんメンタルが追い込まれて、やめてしまうきっかけになるかもしれません。だからこそ、みんなと一緒にプレーや競技を楽しむことを忘れないでほしいと思います。

【滋賀県の皆さんへ】

帰省してランニングしている時にも「頑張っているね!」と声をかけていただくことがよくあるので、その言葉に応えたいです。僕たちが頑張ることで地元のホッケーがより盛んになったら嬉しいです。憧れられる選手になるよう、頑張ります！



## 2024わたSHIGA輝く国スポ・障スポにむけたアスリートからのメッセージ

滋賀県では令和6年(2024年)に第79回国民スポーツ大会<sup>(※)</sup>と第24回全国障害者スポーツ大会を開催します。そこで、滋賀県出身である桐生祥秀選手と木村敬一選手から両大会にむけたメッセージをいただきました!!

※2023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。



陸上短距離  
桐生 祥秀選手

彦根市出身の桐生祥秀です。現在は来シーズンに向け練習をしています。滋賀に帰った時は、家でリフレッシュしています。

2024年に滋賀県で「わたSHIGA輝く国スポ・障スポ」が開催されることに対して、僕は地元である滋賀県での試合なので、出場できるなら出場をし、活躍できるように頑張ります。みなさん、今後とも応援のほど、よろしくをお願いします。

(R1.11.16 開催内定イベントにて)



パラリンピック競泳 メダリスト  
木村 敬一選手

栗東市出身の木村敬一です。私は現在、東京パラリンピックに向けて日タトレニングに励んでいます。練習の場所はアメリカのボルチモアを拠点としています。滋賀県には年に一度は帰省するようにして、お正月には毎年、家族で大宝神社へ初詣に行っています。国体は2013年の東京国体に出場し、50mの平泳ぎ、バタフライで優勝することができたことが思い出です。2024年の国スポ・障スポをきっかけに滋賀県内でのスポーツの盛り上がりがさらに加速していくことを楽しみにしています。

(R1.11.16 開催内定イベントにて)



## モザイクアートポスター製作の写真募集を終了しました!

わたSHIGA輝く国スポ・障スポの開催に向け、令和元年11月15日から令和2年1月31日までの期間で、モザイクアートポスター製作のための写真を募集しました。目標であった2,000枚を超えるたくさんのご応募ありがとうございました。

完成したポスターは、5月頃から県内の公共機関、スポーツ・文化施設等に掲示する予定ですので、ぜひチェックしてください!!



## 「キャッフィー」着ぐるみ製作に向けた寄附募集で目標額を達成しました!

わたSHIGA輝く国スポ・障スポマスコットキャラクター「キャッフィー」の着ぐるみ製作に向けた寄附募集を令和2年2月1日から開始し、滋賀県内だけでなく全国の方々からご寄附をいただきました。温かい多くのご支援ありがとうございました。

寄せられたご寄附で新しい着ぐるみを製作し、「わたSHIGA輝く国スポ・障スポ」を頑張っPRLしていきます。

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

2024



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

## 氷都新時代! 八戸国体

## とやま\*なんと国体2020

スケート競技 会期 令和2年1月29日(水)～2月2日(日) 会場 YSアリーナ八戸、三沢アイスアリーナ

アイスホッケー競技 会期 令和2年1月29日(水)～2月2日(日) 会場 テクノルアイスパーク八戸、ふくちアイスアリーナ、田名部記念アリーナ

スキー競技 会期 令和2年2月16日(日)～2月19日(水) 会場 たいらスキー場、たいらクロスカントリーコース、  
富山県スキージャンプ場立山ジャンツェ、  
あわすの平クロスカントリーコース

### 総合成績

天皇杯22位(男女総合得点54点)  
皇后杯22位(女子総合得点32点)

### 競技別成績

- スケート 天皇杯18位(34点)、皇后杯19位(22点)
- アイスホッケー 天皇杯12位(10点)
- スキー 天皇杯23位(10点)、皇后杯18位(10点)

### 全体総括

## スケート競技フィギュアの2種別で歴代最高位の5位入賞!

第75回国民体育大会冬季大会が青森県・富山県で開幕。青森県八戸市で開催されたスケート競技会・アイスホッケー競技会は63名の滋賀県選手団(団長:河本英典 滋賀県スポーツ協会会長)、富山県富山市、南砺市で開催されたスキー競技会には39名の選手団(団長:松田善雄 滋賀県スポーツ協会副会長)がそれぞれ参加。各競技会の開始式では工夫を凝らした歓迎アトラクションが盛大に催された。

## スケート競技会

### フィギュア

成年男子は時國隼輔選手・辻村岳也選手が2年連続の出場。個人総合で時國選手15位、辻村選手18位となり、僅差で入賞を逃した。

成年女子では野口望々花選手・井上晴絵選手が出場。野口選手はプレッシャーをものともしない圧巻の演技で個人総合6位。成年種別初出場の井上選手は2日目のフリーで順位を上げ個人総合17位。成年女子は県史上初の5位入賞を果たした。

少年男子も本田ルーカス剛史選手・小林隼選手が2年連続の出場。国体終了後、強化選手としてドイツ派遣が決まっている本田選手が個人総合で2位、小林選手が個人総合22位で少年男子も県史上初の5位入賞を果たした。

少年女子の強化を含め、安定的に上位入賞を果たす競技力の定着など、更なる飛躍を期待したい。



### フィギュアスケート結果

#### 成年男子(10位)

- 時國隼輔(同志社大学)  
ショート53.90 13位/フリー101.85 13位/  
個人総合155.75 15位
- 辻村岳也(同志社大学)  
ショート54.45 11位/フリー86.30 18位/  
個人総合140.75 18位

#### 成年女子(5位)

- 野口望々花(関西学院大学)  
ショート56.68 7位/フリー108.29 7位/  
個人総合164.97 6位
- 井上晴絵(立命館大学)  
ショート45.24 20位/フリー88.86 13位/  
個人総合134.10 17位

#### 少年男子(5位)

- 本田ルーカス剛史(綾羽高等学校)  
ショート67.47 4位/フリー111.91 3位/  
個人総合179.38 2位
- 小林隼(滋賀短期大学附属高等学校)  
ショート42.28 20位/フリー64.12 22位/  
個人総合106.40 22位

### ショートトラック

成年男子は、3000mリレーに入賞の期待がなかったが、惜しくも予選突破ならず。また7年連続出場となる目片友一選手も500m・1000mともに惜しくも予選敗退。

少年男子では、昨年度は準々決勝に進出した貴志洸祐選手が500mと1000mに出場予定でしたが残念ながら怪我のため棄権となった。

少年女子では、間宮悠選手が予選1組3着となりタイムにより準々決勝進出を果たした。

まだまだ、他府県とは力の差があるものの、今後、各種別で準々決勝や準決勝に進出できる力のある選手の育成および強化が進むことを期待したい。



目片友一選手



間宮悠選手

### ショートトラック結果

#### 成年男子

- 目片友一(関西大学)  
500m 予選2組 3着 46秒685  
1000m 予選8組 3着 1分37秒240
- 岸本直弥(立命館大学)  
500m 予選6組 3着 46秒812
- 中祐喜(同志社大学)  
1000m 予選4組 4着 1分41秒540
- 岸本直弥(立命館大学) ●目片友一(関西大学)
- 中祐喜(同志社大学)
- 木村成那(医療法人明和会琵琶湖病院)  
3000mリレー 予選 3組 4着 4分37秒897

#### 少年男子

- 貴志洸祐(滋賀県スケート連盟)  
500m 棄権  
1000m 棄権

#### 少年女子

- 間宮悠(滋賀短期大学附属高等学校)  
500m 予選1組 3着 51秒765  
準々決勝1組 4着 51秒404
- 吉田裕香(光泉高等学校)  
1000m 予選3組 4着 1分46秒414
- 吉田裕香(光泉高等学校)  
500m 予選4組 4着 59秒588  
1000m 予選5組 記録なし

## ▶スピードスケート

昨年に続き成年男子500m・1000mに梶谷昂良選手が出場。予選突破こそ逃したが、選手強化を図るうえで確かな足がかりとなった。

### 👑 スピードスケート結果

#### 成年男子

- 梶谷昂良 (立命館大学)
- 500m 予選5組 5着 60秒22
- 1000m 予選1組 7着 1分35秒39



梶谷昂良選手

## アイスホッケー競技会

### ▶成年男子

成年男子は近畿ブロック大会を2位で通過、5大会連続での出場。1回戦で強豪の愛知県との対戦。最後まであきらめない戦いを見せたが、残念ながら初戦敗退となった。

### 👑 アイスホッケー(成年男子)結果

【1回戦】滋賀県 0-10 愛知県



### ▶少年男子

光泉高校の選手で構成される少年男子は、近畿・北信越・東海ブロック大会を1位で通過し、7年連続の本大会出場。

昨年度は5位に入賞し、今大会も入賞に期待がかかったが予選会で勝利している大阪府に敗れ1回戦敗退となった。下級生も多く出場し、経験を積めたことが来年への収穫となった。

### 👑 アイスホッケー(少年男子)結果

【1回戦】滋賀県 4-9 大阪府



## スキー競技会

### ▶ジャイアントスラローム

成年男子7名・成年女子4名・少年男子3名・少年女子2名が出場。今年は暖冬の影響で雪不足により開催が危ぶまれたが、周辺道路や駐車場などから雪を運び込み、地元スタッフの尽力で何とか開催にこぎつけた。

成年女子Aに出場した弥永奈々選手は悪条件のコースでありながら、積極的な滑走で26位。入賞こそ逃したが、次大会第2シードでの滑走枠を獲得した。その他の種別においても同じく入賞とはならなかった。

### 👑 ジャイアントスラローム結果

#### 成年男子A

- 西田光太郎 (大阪産業大学) 棄権

#### 成年男子B

- 廣瀬航平 (京都市役所) 43位 1分11秒50
- 夏目雄大 (宗教法人妙楽寺) 記録なし
- 藤森匠悟 (株カンダハー京都店) 記録なし

#### 成年男子C

- 松居文智 (株ヒマラヤ) 65位 1分16秒93
- 田原智満 (関西医科大学総合医療センター) 72位 1分17秒89
- 山口大地 (滋賀日産自動車株) 記録なし

#### 成年女子A

- 弥永奈々 (立命館大学) 26位 1分05秒06
- 坂口未祐 (武庫川女子大学) 43位 1分08秒01
- 市村菜々香 (同志社大学) 61位 1分14秒84

#### 成年女子B

- 浅尾綾子 (甲南高等養護学校教員) 34位 1分18秒20

#### 少年男子

- 三田海生 (立命館守山高等学校) 91位 1分05秒76
- 堤 尚史 (玉川高等学校) 137位 1分08秒70
- 岸川啓介 (比叡山高等学校) 141位 1分09秒61

#### 少年女子

- 西村怜菜 (高島高等学校) 75位 1分12秒48
- 谷口あこ (京都西山高等学校) 86位 1分14秒00



弥永奈々選手

### ▶クロスカントリー

成年男子4名、成年女子2名、少年男子6名、少年女子3名が出場。

会場は全日本スキー連盟公認の「たいらクロスカントリーコース」。5kmコースは標高差70m超え、アップダウンを繰り返す起伏に富んだタフなコース。

成年女子A 5kmクラシカルには中原さくら・あかり姉妹が2年連続の出場。妹のあかり選手は序盤からペースを上げ健闘を見せたが25位。姉のさくら選手は42位となった。

リレー競技(フリー)では、少年男子が昨年度より順位を2つ上げるも12位で入賞はならず。成年男子は18位、女子は14位となった。



中原あかり選手



松井星涼選手・野崎豪選手

### 👑 クロスカントリー結果

#### 成年男子A

- 小林大晋 (京都産業大学) 47位 34分18秒0

#### 10kmクラシカル

- 齊藤 颯 (関西大学) 73位 40分13秒8

#### 成年男子B

- 和田健吾 (高島市役所) 28位 37分14秒0

#### 10kmクラシカル

- 伊藤朋一 (高島市役所) 39位 20分59秒6

#### 成年男子C

- 伊藤朋一 (高島市役所) 39位 20分59秒6

#### 5kmクラシカル

- 伊藤朋一 (高島市役所) 39位 20分59秒6

#### 成年女子A

- 中原あかり (日本体育大学) 25位 19分15秒3

#### 5kmクラシカル

- 中原さくら (日本体育大学) 42位 24分35秒5

#### 少年男子

#### 10kmクラシカル

- 筑波友斗 (高島高等学校) 62位 34分42秒5
- 岸侑弥 (高島高等学校) 64位 35分08秒1
- 松井星涼 (高島高等学校) 67位 35分39秒8
- 野崎豪 (高島高等学校) 81位 37分12秒3
- 大藤有真 (比叡山高等学校) 89位 38分18秒1
- 早藤圭希 (高島高等学校) 109位 41分12秒2

#### 少年女子

#### 5kmクラシカル

- 中村朱里 (安曇川高等学校) 45位 21分45秒1
- 青谷夏凜 (比叡山高等学校) 46位 21分48秒4
- 小多沙奈 (長浜北高等学校) 55位 23分22秒5

#### 成年男子4×10kmフリーリレー

- 小林・齋藤・和田・伊藤
- 18位 2時間02分59秒5

#### 少年男子4×10kmフリーリレー

- 筑波・岸・野崎・松井
- 12位 2時間04分37秒7

#### 女子4×5kmフリーリレー

- 中村・青谷・中原あ・中原さ
- 14位 1時間08分54秒1

# 将来の有望選手

～世界に羽ばたけ～ 滋賀のアスリートたち



## 山田陽翔 Yamada Haruto

大津瀬田レイカーズ (日本少年野球連盟 (ボーイズリーグ) 登録名: 大津瀬田ボーイズ) 所属

身長175cm / 体重75kg。2004年5月9日、栗東市生まれ。右投げ・右打ち。中学進学後、ボーイズリーグの「大津瀬田レイカーズ」に入団。投手として活躍しながら打撃面でも主軸となり、チームを率いてきた。2017年「カル・リブケンU-12 世界少年野球大会」に日本代表として出場。2019年には県内から唯一「第38回世界少年野球大会」の日本代表となり、優勝に貢献した。



投げれば最速140km/h超の記録を持ち、打撃では4番を任されてきた。プレー中の真剣な表情はグラウンドを出ると人懐こい笑顔になり、その場の空気を和ませる。いろいろな意味で人を惹き付ける選手だ。まもなく高校進学を迎える山田選手に、競技への想いや目標を聞いてみた。

「野球の魅力は、一人じゃ勝てないところ。仲間と一緒に練習を積み重ねたことで、成長できたと思います。特に失敗からの学びが多かったですね。大事な試合で投げて負けた時には、もっと練習しなければと思いました」と3年間を振り返る。嬉しかった思い出より、悔しかったことの方が多い。悔しさをバネに、「うまくなりたい」と練習に取り組んできたし、今もなお「自分はまだまだだ」と言う。それでも、世界少年野球大会で優勝した時の感想を聞いてみると「周りの選手のレベルが高い中で、自分も少しはチームに貢献できたのかなと思います」と嬉しさをにじませた。

一方で、課題点もきちんと見出している。山田選手はいわゆる“二刀流”としての活躍を期待されており、自身も「今後も投打の両方を頑張りたい」と意欲的だ。世界大会を経験し「投手としては、もっと繊細なコントロールを身に付けること。打者としては、初球でも迷わず振り

切ることが大事だと思いました」。憧れのプロ野球選手は「バッティングではジャイアンツの丸(佳浩)選手。広角に強打を放てるところがすごい。ピッチングではソフトバンクの千賀(滉大)投手。力強いストレート、鋭いフォークなどいろいろな面で尊敬しています」と話す。

4月からは近江高校での野球生活が始まる予定。「甲子園に出場して活躍したい」と明確な目標がある。さらに将来の夢を尋ねると「プロ野球選手」と即答してくれた。今後も野球を続ける中で、悔しい想いを数多く味わうかもしれない。しかし彼ならきっと、乗り越えた先の達成感や喜びをたくさん得られるだろう。願わくは、気負わず、たゆまず、のびのびと。山田選手のさらなる進化と、見る人をワクワクさせるような活躍を、末永く応援していきたい。



### 師匠が語る

大津瀬田レイカーズ  
山尾茂 監督

強みである馬力はもちろん、みんなを惹き付ける人柄が非常に魅力的。頼りがいがある、チームメイトからの評価も高い選手です。ストイックに努力する姿に周りの選手たちも付いてきて、結果的にチーム力が上がる相乗効果が生まれました。高校進学後も活躍の報告が聞ければ嬉しいのですが、まずは体が資本。十分にいたわりながらしっかり体をつくって、ケガのない高校野球生活を送ってほしいと思います。

※インタビューは2020年2月におこなったものです。



# 玉川高校 フェンシング部

明るく楽しく真摯な部。個人・団体ともに全国大会で活躍



波々伯部 亮 先生

滋賀県内には、3つの高校にフェンシング部がある。その1つが玉川高校だ。2019年度は、顧問の波々伯部(ほほかべ)先生と外部コーチのもと、男女合わせて23名が練習に励んできた。先生に部の様子を尋ねてみると「和気あいあいとしています。これだけの人数がいて、やめた部員はこの1年で一人もいません。僕はフェンシング未経験者なので技術的な指導はコーチにお願いしていますが、自主性に任せている部分が多いと感じます。よく自分たちで練習や試合を録画して、反省点などを話し合ったりしていますね」と話す。

部員のほとんどは、高校からフェンシングを始めたようだ。だからこそ「一緒に頑張ろう」という意識を共有できるのかもしれない。個人競技のイメージが強いが、「試合の時は、個人戦でもみんなで盛り上げています。声かけもイキイキしているし、チームとしてすごく楽しそうなんです。そういう雰囲気、プレーや結果にも影響しているのかもしれない」と波々伯部先生。

2019年度は、キャプテンの村瀬選手がフルールとサーブルの2種目で、副キャプテンの澤選手がエペで、また学校対抗では男子がフルールでインターハイに出場。今年1月の近畿新人大会では、男子が団体3位に輝いた。これによって、2年生の伊藤選手ははじめ5名が3月20日から宮城県で開催される全国選抜大会に出場。さらに新年度になれば、インターハイ予選が待っている。いずれの大会でも、玉川高校ならではの明るいムードで、会場が沸くようなプレーを見せてくれるだろう。そこからフェンシングの魅力が広く発信され、後に続くプレーヤーが増えること、そしていつかまた、滋賀県からフェンシング競技のオリンピックが生まれることに期待したい。



【フェンシング競技について】3つの種目があり、それぞれ有効面や攻撃方法などが異なる。  
 ◎フルール(胸体が有効面/攻撃は突きのみ) ◎エペ(全身が有効面/攻撃は突きのみ)  
 ◎サーブル(上半身が有効面/攻撃は斬り、突き)

## 部員にインタビュー



村瀬大陸 選手 (2年生)

個性豊かな部員揃いですが、雰囲気はとてもアットホーム。キャプテンとしては、全員に同じ目配りや対応をするよう気を付けています。基礎をしっかり学び、先生からのアドバイスを意識することで技術が向上していくと思うので、高校から始めても大丈夫!今年最後の学年なので、インターハイで力を尽くしたいです。

澤彩花 選手 (2年生)

フェンシングはメンタル面が大きく影響する競技。私自身は“勝つ”イメージトレーニングを心がけています。2年のインターハイでは予選リーグからトーナメントまで勝ち上がれました。今年は昨年の自分より、一歩でも先に進みたいですね。女子がいま3名だけなので、やる気のある新入生の入部をお待ちしています。



伊藤茂輝 選手 (2年生)



「遠征が多い」と聞いて入部しました(笑)。学年を問わず仲が良く、楽しい部です。去年の夏、そのチームワークを生かし、負け続けていたライバル校に勝てたことが嬉しかったですね。3月には初めてエペで全国大会に出場するので、挑戦する気持ちで頑張ります。宮城県で、ご当地の美味しいものも楽しんでいます!

※インタビューは2020年1月末におこないました。学年は取材当時のものです。

# スポーツと蛋白質・ アミノ酸摂取について



小畑利之 Obata Toshiyuki

赤穂市民病院 副診療部長 内科部長  
日本スポーツ協会公認スポーツドクター  
日本内科学会 指導医 総合内科専門医  
日本糖尿病学会 指導医 専門医  
日本高血圧学会 高血圧指導医 専門医  
1991年滋賀医科大学卒

私は、スポーツ内科医として勤務先の公立病院でスポーツ内科外来を開設させて頂いております。内科的に運動器や内臓のコンディションを見極め、内科的の疾病やトレーニングによる内科的の異常が存在すればそれを是正し、ピークコンディションで試合に挑んで頂ける様に努めるのが役割です。これまで滋賀医大～ハーバード大学～徳島大学～滋賀医大と一貫して栄養素の細胞内取り込み機構に寄与する細胞内シグナル伝達経路に関する研究を行ってきました。長年取り組んで来たスポーツと栄養について、蛋白質とアミノ酸に関する話題が一番皆さんに興味を持ってもらえると考えました。国際スポーツ栄養学会のステートメント(PMID28642676)をもとにスポーツと蛋白質・アミノ酸について解説させて頂きます。



## 要点

- ◎運動前後の蛋白質摂取は筋肉蛋白質合成(MPS)を刺激する。運動による同化作用は(少なくとも24時間)持続し、運動後の時間が経つほど減少する。
- ◎筋肉量の維持には、体重1Kgあたり1日1.4～2.0gの蛋白質摂取量で十分。MPSを最大化するための1回あたりの最適な一般的蛋白質推奨量は、20～40g。
- ◎減量を要するスポーツにおいて、除脂肪体重維持のために、体重1Kgあたり1日2.3～3.1gの蛋白質摂取が必要になる場合がある。
- ◎蛋白質摂取に加えて700～3000mgのロイシン摂取が望ましい。
- ◎蛋白質摂取は、1日を通して3～4時間毎に均等に配分するのが理想的。サプリメントとしての摂取も実用的な方法。
- ◎蛋白質摂取の競技パフォーマンスの向上への寄与に関して、持久系競技に関しては否定的で、パワー系競技に関しては賛否両論有る。しかし、蛋白質の摂取は、競技での筋肉の損傷を緩和し、回復を促進するのに役立つ。
- ◎睡眠前のカゼイン摂取(30～40g)は、脂肪分解に影響を与えず、夜間睡眠中のMPSの増加をもたらす。



蛋白質摂取の総量に関しては以前より少なめで良い傾向になっております。一方、摂取のタイミングに関して、蛋白質摂取直後はMPS(筋蛋白質合成)に傾きますが、その後筋肉を分解しエネルギー源として使用される状態である異化に傾きます。この異化に傾く時間帯をいかに短くするかが重要なポイントです。理想的には3～4時間おきの蛋白質摂取が理想的と考えられています。特に、減量など低カロリー期を余儀なくされるスポーツにおいては、この時間帯の比較的高蛋白質摂取が、筋肉量の維持と脂肪減量に有効です。



蛋白質にロイシンを追加して摂取すると筋肉量の維持～増量に効果的です。ロイシンは、摂取された約80%は他のアミノ酸と同様に蛋白質合成の材料として使用されますが、一部はβ-hydroxy-β-methylbutyrate(HMB)に代謝され、このHMBが筋肉内の蛋白質合成を促進する細胞内シグナル経路(Erk経路 PI3kinase/Akt経路 mTOR経路)を刺激し、筋肉内蛋白質合成を促進します。ロイシンの蛋白質合成促進作用にはブドウ糖も必要で、ブドウ糖が十分に共存しないとロイシンは(蛋白質基質でなく)エネルギー源として使用されるようになるとの報告がなされました(PMID31780625)。



睡眠前のカゼイン摂取の有効性に関しては、吸収速度の面で、アミノ酸>ホエイ>カゼインの順に早く、吸収速度が比較的緩徐のほうがMPSに有効との報告があります。例えば、吸収速度が比較的速いホエイでも(合計量は変えず)少量頻回にすればMPSが増加することからも、この考えは支持されます(PMID11158939)。



大学時代は、滋賀医大ラグビー部に所属。最近では、神戸マラソン、大阪マラソン、赤穂シティーマラソン、姫路マラソン、名古屋女子マラソンなどに医療支援ランナー(通称:ドクターランナー)として参加しております。2年前にランナーの心肺停止に遭遇する体験をし、何とか蘇生に成功しました。今シーズンは、同業の息子とのコラボも実現しました。

# 差がつく! 疲労回復のための クールダウン

田中宏基

所属

日本競輪選手養成所

資格

日本スポーツ協会公認  
アスレティックトレーナー  
健康運動指導士



練習や試合の後のクールダウン…面倒だなと思うこともあるでしょう。また、指導者側も練習や試合の時間が伸びてしまうとクールダウンに時間を割けないこともあるかもしれません。しかし、適切なクールダウンによって血行が良くなり、疲労物質の排出が促され、**疲労回復**の効果が高まります。



## クールダウンは ジョギングがオススメ

一定のリズムで動作を繰り返すジョギング(有酸素運動)は、「セロトニン」の分泌を促します。このセロトニンは精神の安定をつかさどって気分を高揚させる働きを持ち、不足すると精神状態が不安定になります。怒りっぽくなったりうつ病のような症状を引き起こすだけでなく、不眠や過食などカラダにとって悪影響を及ぼします。ジョギングは、心身の疲労を回復するために効果的です。



## “時間”よりも“強度”がポイント

「必ず30分はクールダウンの時間を確保できる」というチームは少ないのではないのでしょうか。また時間が確保できても強度(ペース)がよくないと**疲労回復には繋がりません**。最大心拍数の6~7割程度の強度を目安にジョギングを行うといいでしょう。【写真1】10~20分できるとベストです。

### 心拍数の図り方

心拍数の測定には、人さし指と中指の2指もしくはそれに薬指を足した3指を、手首の付け根(橈骨動脈)に当てて測定します。【写真1】  
その際、1分間測定するのではなく、15秒測定し、4を掛けて1分間当たりの値を算出するのがお勧めです。



【写真1】心拍数の図り方

### 《ジョギング時の心拍数》

| 年齢 | 心拍数     | 年齢 | 心拍数     |
|----|---------|----|---------|
| 15 | 119~138 | 30 | 112~131 |
| 16 | 118~138 | 35 | 110~128 |
| 17 | 118~137 | 40 | 108~126 |
| 18 | 117~137 | 45 | 106~124 |
| 19 | 117~136 | 50 | 104~121 |
| 20 | 116~136 | 55 | 102~119 |
| 21 | 116~135 | 60 | 100~116 |
| 22 | 116~135 | 65 | 98~114  |
| 25 | 114~133 |    |         |

【図1】心拍数の目安



## ストレッチ、 水分補給も欠かせずに

運動後は利き腕、利き脚の筋肉ばかり使った状態で**左右のバランスが崩れています**。使った大きな筋肉から小さな筋肉へと移行し、15~30秒間ゆっくりと行いましょう。【写真2】

また、汗をかき、血流が悪くならないように**水分補給**をしてからクールダウンをするといいでしょう。



【写真2】ストレッチの例(左側が大腿前面、右側が大腿後面のストレッチ)



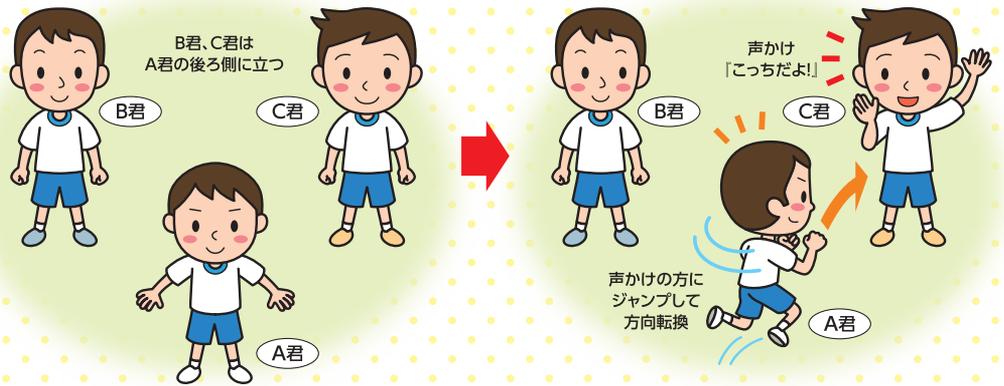
# 目頭 の後ろにも 目がある スポーツ 選手

ラグビーワールドカップで、日本代表選手らが大活躍しました。ボールを持った選手が、ゴールエリアを目指して突進する時、後ろ側で走っている選手にパスを渡す場面がしばしばありました。「ラグビー選手って、頭の後ろにも目があるの?」と思った人は、沢山おられたと思います。

これは、日頃の練習から声を出し合って、仲間の位置などを確認する練習をしている成果です。スポーツ選手は瞬時に周りを見て、自分と仲間の位置や自分と敵選手との位置を把握しています。このような周りを見る能力(空間認知能力)は、ジュニア期から育つものだとされています。そこで、今回は自分の後ろ側を意識するトレーニング方法を紹介します。

まず、3人1組になり同じ方向を向きます。先頭の人(A君)の後ろ側に2人(B君、C君)が立ちます。後ろ側に立っている1人が、「ハイ(こっちだよ)」と先頭の人に声をかけます。先頭の方は、声をかけてくれた人の方向にジャンプしながら方向転換をします。当たれば1点を獲得したものと、先頭の人を入れ替えてトレーニングを進めて行きましょう。点数の多い人が勝ちです。慣れればテンポよく回すことができます。

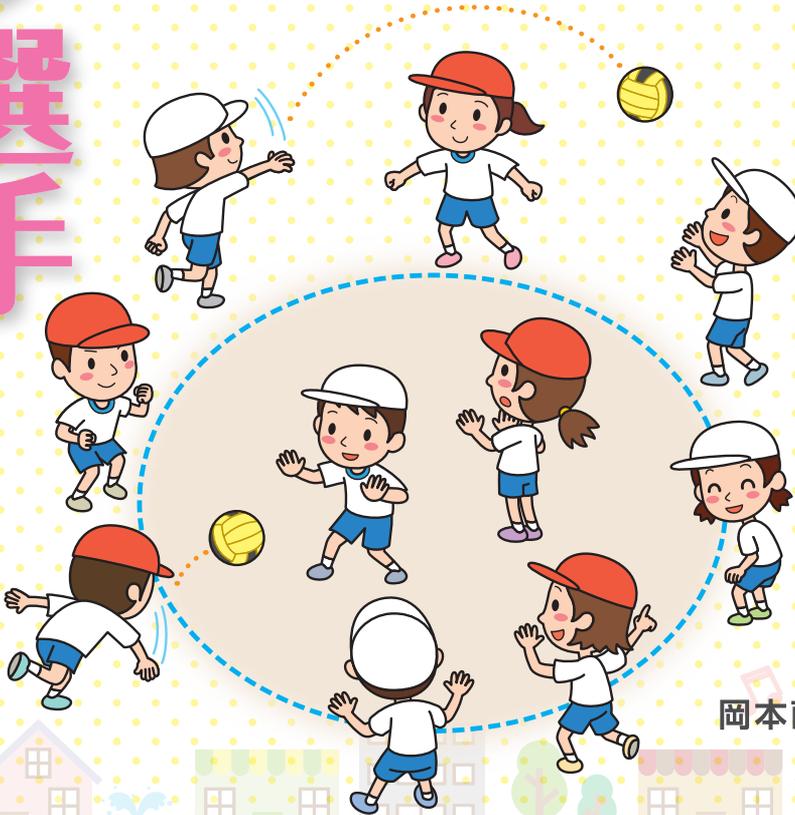
「ハイ(こっちだよ)」という声を「右回り!」「左回り!」という言葉に変え、先頭の人に条件を指定することで、選択反応のトレーニングにもなります。



続いて、ドッチボールの応用編です。円の外側と内側の人数は、集まった子どもたちの人数で調整してください。使うボールは2個とします。内側の人がボールをキャッチすれば、外側の人にボールを返しましょう。内側の人がキャッチミスすれば外側からボールを投げた人と交代をします。

2チームに分かれ、3分間で内側に残った人の数を競い合ってもいいと思います。円を描いて内側の人をボールを投げる人たちで囲んだ方が白熱します。このプログラムもゲーム感覚で行うことが可能です。

今回紹介したトレーニングは、見えない方向を意識するものです。球技ばかりでなく、陸上競技の中距離走や長距離走にも役立ちます。滋賀県が得意とするボート競技では、舟艇は後方に行くので、選手らは景色を見ながら、進路がコースから外れていないかを確認しています。コースから外れ、隣のチームと接触して、タイムをロスすることもしばしばあります。瞬時に位置や状況を判断するトレーニング法は他にもあります。鬼ごっこなども、鬼の数を増やすことでトレーニング(遊び)となります。ジュニア期においては、遊びの要素を取り入れ楽しみながらできるトレーニング法を推奨します。



岡本直輝 立命館大学スポーツ健康科学部教授

# びわっ子 NOW

## 未来に輝く子どもたち



### 2チームが合体し、より野球を楽しめる環境に 甲良東リベルテスポーツ少年団



代表の大橋久和さん

1983年に設立された「甲良東スポーツ少年団」。35年以上の歴史があり、プロ野球選手も輩出しているスポ少だ。近年は団員数が少なくなっていることが悩みだったが、2019年3月、安土のリベルテスポーツ少年団と一緒に活動することになり「甲良東リベルテスポーツ少年団」として始動。2019年度の団員数は、男女合わせて20名になった。

代表の大橋さんは「4月、5月頃は試合に出ても大量点差で負けることが多かったですね。ところが半年ほど経つ頃には、接戦に持ち込めるくらいに成長していたんです」と話す。団員たちも最初は、違う地区・学校の選手とチームメイトになって戸惑ったのだろう。だが「野球」という共通言語が、お互いをすぐに結びつけた。「監督やコーチと一緒に楽しむ野球」を目指しているだけに、練習風景を見ていると、真剣でありながら和気あいあいとした雰囲気が感じられる。さらに、保護者同士もエリアの垣根



練習は毎週土・日と祝日

を越え、一緒に応援してくれているようだ。それがまた、団員たちの意欲やチームワークに好影響をもたらすのだろう。2つのチームが1つになったことで、活気や楽しさや目標に広がりが出てきている。

同スポ少には、いくつかの約束事がある。中でも、特に大橋さんが重視しているのが「きはきはきと挨拶すること」「道具を大切に使うこと」だ。野球を通して、人間力を育てたいと言う。「挨拶や物を大切にすることは、野球以外のところでも必要。ここで学んだことや経験を忘れず、そしてできれば野球をずっと続け

てくれたら嬉しいです」。目標は、彦根地区の大会を制するようなチームになること。試合に出る楽しさはもちろん、仲間と勝利を分かち合う喜びも、たくさん味わえるチームに成長してほしい。



雨の目でも屋根付きグラウンドで思いきり練習できる



団員インタビュー① 西川陽菜さん / 甲良東小学校6年生(キャプテン)

野球をしてきて印象に残っているのは、試合でセンターオーバーを打った時に保護者の方もハイタッチで喜んでくれたこと。キャプテンとしてプレーでもみんなのお手本になるように…と思って頑張ってきたので、やっぱり試合で打った時が一番うれしかったです。このスポ少で学んだ「責任を持つ」ことを忘れず、中学に入っても頑張ります。



団員インタビュー② 西川瀨南さん (甲良東小学校5年生)

2年生の終わり頃に入団しました。みんなと練習するのが楽しくて、今まで続けてこられたんだと思います。去年からリベルテの人たちと一緒に、試合形式の練習もできるようになりました。学校が違っていてもすぐに仲良くなれたし、前より練習が楽しいです。今年は6年生になるので、みんなを引っ張っていく選手になりたいです。

※インタビューは2020年2月におこないました。学年は取材当時のものです。

聖火ランナーとして東京2020を

# 支える人 特集



今回の“支える人”は元プロボクサーの山中慎介さん。山中さんは「東京2020オリンピック聖火リレー」で、滋賀県内を走行するランナーの一人に選出されました。“神の左”で多くのボクシングファンを魅了した元WBC世界バンタム級の王者が、56年ぶりに日本で開催される世界最大級のスポーツの祭典を盛り上げます。

帝拳ボクシングジム所属 / しがスポーツ大使

山中慎介さん

滋賀県甲西町(現・湖南市)出身。2006年にプロデビュー。2010年に第65代日本バンタム級王座、2011年に第29代WBC世界バンタム級の王座を獲得。

※このインタビューは2020年1月におこなったものです。

大役である聖火ランナーに選ばれた時、率直にどのような感想を持たれましたか？

まず、代表として滋賀県内を走ることは感慨深いですね。僕は現役の時から、地元の皆さんとふれあう機会が多かったです。地元でのイベントに呼んでいただいたり、逆に試合の時に応援に来ていただいたり、そのお礼としてまた滋賀県に帰ってご挨拶したり。そういう時間を大切にしていたことから、今回選んでいただけたのかなと嬉しかったです。

聖火リレーのために準備していることがあればお聞かせください。

走る距離としては200mくらいと聞いていますが、短い距離であっても沿道の方々に「現役時代と変わらない」と思ってもらえるようにしたいですね。引退して約2年。その間に少し体重が増えてきているので、引き締めようかと(笑)。人前に出ることが多いので、当時のイメージを損なわないよう普段から気を付けてはいますが、5月に向けてあらためて準備しようと思っています。

当日はどんな想いで走ろうと考えていらっしゃいますか？

約200mを楽しみながら、その場ならではの雰囲気をかみしめながら走りたいです。まだコースも決まっていないし、短い距離を走るのにどのくらい時間をかけていいのかなど、具体的なことをイメージできていないのですが…。でも僕が走る姿を見て、喜んでくださる方もいるかもしれません。そういう地元の方々一人一人の想いに応えられたらいいなと思っています。

東京2020で注目・期待していることは？

正直なところを言うと、メダルの数が気になります。自国開催は生きている間に何度もあるものではないし、「記憶と記録」に残る世界的な祭典ですから。競技での注目は、もちろんボクシングです。それと、観戦チケットは残念ながら取れませんでした。陸上競技は生で観てみたかったですね。特に100m走。世界最速がどんなスピードなのか気になります。4×100mリレーも日本がメダルを取れる可能性がありますし…。同じ滋賀県出身の桐生祥秀選手の出場にも期待がかかりますね。



2021年に「ワールドマスターズゲームズ2021関西」、2024年に「国スポ・障スポ大会」など、滋賀県を舞台とした大規模なスポーツイベントが控えています。どのような大会になってほしいとお考えでしょうか。

これも「記憶と記録」に残る大きな大会。滋賀県のいいところを伝えるチャンスでもありますよね。ですから競技が開催される地域の方々にも協力していただいて、大いに盛り上げられたいと思います。僕も「しがスポーツ大使」なので、何か力になれることがあればお手伝いさせていただきます。まずは県外の方々に「琵琶湖は滋賀県の面積の1/6だぞ」とアピールしましょうか!滋賀県の半分は琵琶湖だと思われがちなので(笑)。

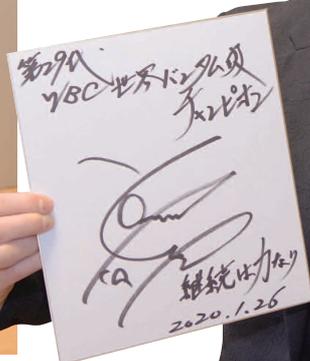
滋賀県のスポーツキッズに何かメッセージやアドバイスをお願いいたします。



自分がやりたいスポーツを頑張り続けるためには、目標やテーマを持つことが大事です。目標がないと「なんとなく」で練習するので、成長のスピードが遅くなるし、心が折れたり、競技自体をやめてしまったりということもあるかもしれません。ぜひ目標を持って、自分の好きなことへの努力を継続してってください。



山中慎介さんのサイン色紙を抽選で2名様にプレゼント!!  
応募方法等、詳しくは目次下をご参照ください



栗東市で開催された「関西広域連合指導者講習会」に講師の一人として登壇された山中さん。お忙しい合間を縫って、控室でインタビューに答えてくださいました。



Interview/Report Vol.15

株式会社 寺嶋製作所

カヌーマラソン  
**出口尚巳さん**

本社工場製作課 / 2019年入社



## Deguchi Naomi

### 高校から始めた競技で日本代表に初の国際大会で銅メダルを獲得

高校入学後にカヌーを始めた出口さん。2018年、高校3年生の11月に全日本ジュニアカヌー長距離選手権のC-1クラスで優勝。日本代表として、2019年のカヌーマラソンアジア選手権に出場することとなった。つまり、社会人1年目での国際大会出場である。ところが寺嶋製作所では、出口さんが入社してからそのことを知ったそうだ。

「スポーツ枠ではなく一般入社だったため、彼が本格的に競技に取り組んでいたとは知りませんでした」と上司の青木さん。出口さんは他の社員同様、平日の朝8時から夕方5時まで勤務。時には残業もして、プレス作業に携わっている。「平日はランニングや筋トレをして、休日に西の湖などで水上の練習をします。週末は会社が休みなため、仕事と競技のバランスは取りやすいですね」とマイペースだ。

そして迎えた2019年10月。中国・紹興で開催されたアジア選手権ジュニア部門のシングルとペアで、それぞれ3位に入賞した。出口さんは「ほとんど漕いだことのない18kmという長距離だったので、とにかくゴールすることが目標でした。3位は自分でも驚きです」と謙虚に振り返るが、初の国際大会で銅メダル2つ獲得はまさに快挙と言っている。「会社としても今後、仕事と競技が両立できるように支援体制を整えつつあります(青木さん)」。



今シーズンの大会エントリー計画はこれから立てるが、今年も世界選手権への出場をねらっている。会社からの支援体制も整うことで、物心両面での心強さも得られるだろう。目標を尋ねてみると「少しでも速くなるように頑張ること」と控えめだが、どんな大舞台でも自分のペースを崩さない強みを生かし、さらなる飛躍を遂げることは間違いない。日本のカヌーマラソン競技会を率いていく選手として、その活躍に大きな期待がかかっている。



#### 上司からのメッセージ

寺嶋製作所 本社工場製作課  
青木康哲さん (製作課長)

出口くんには、最後までやりきる「責任感」、他の人の助けをする「協調性」、新しいことを覚えようとする「積極性」があり、仕事への熱意を感じます。一方で、遅くに仕事が終わっても毎日自主トレを欠かしません。カヌーは、ひと漕ぎひと漕ぎが自分との闘いになるスポーツですが、力強く乗り切っていくことでしょ。これからも目標に向かって公私ともに活躍することを期待しています。



**カ** 株式会社 寺嶋製作所

住所 滋賀県東近江市宮川町339-2 TEL 0748-55-0191

## 2024年滋賀国スポ記念 「2019年度関西広域連合指導者講習会」開催



2024年に滋賀で開催される「国民スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会」に向けて、競技力の向上・指導者の資質向上を図るとともに、多くの県民の皆さまにスポーツに興味関心を持っていただくため、1月26日(日)栗東芸術文化会館さくらにて、「関西広域連合指導者講習会(日本スポーツ協会公認スポーツ指導者更新研修)」が開催されました。この講演会に、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者と一般参加の皆さま約310名の方が参加されました。

まず立命館大学スポーツ健康科学部 教授 岡本直輝氏より「高度化するスポーツの課題を考える」というテーマでご講演いただきました。岡本氏からは、教育の変化に伴う指導法の改善、指導者の自己評価の重要性などについてお話しいただきました。

次に公益財団法人日本スポーツ協会常務理事 森岡裕策氏に「新しい時代にふさわしいコーチングの実現を目指して」というテーマでご講演いただきました。森岡氏からは、スポーツ指導者の資質能力向上についての取り組み、公認スポーツ指導者制度の改定について情報を提供いただきました。

続いて講演Iとして、元プロボクサーで「しがスポーツ大使」の山中慎介氏に、「目標を立ててこそ、継続が力になる」と題して講演いただきました。山中氏からは、「目標を定めているのとそうでないのでは、成長のスピードが全く違う。」、また「目標があれば辛い時でも頑張ることができる。」と選手時代の経験を基に、ご自身の考えなどについてお話しいただきました。

講演IIでは、元阪神タイガース二軍監督の掛布雅之氏に、「チームづくり・人づくり」と題して講演いただきました。掛布氏からは、選手との接し方について「プロの選手でも1対1の基本を大切に」という姿勢や、目線・声掛けなど指導者としての考えについてお話しいただき、参加された指導者の方には、指導方法について改めて見直す良い機会となりました。

最後に、4人の講師に「これからの指導者に求められること」というテーマでシンポジウムを行っていただき積極的な討論の中で意見交換や情報提供をしていただきました。

### 【公認スポーツ指導者の皆さまへ】

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者の資格有効期限は4年間と定められており、資格を更新するためには有効期限の6ヵ月前までに更新研修を受講する必要があります。ご自身の有効期限を確認のうえ忘れずに受講してください。次年度開催は、2021年1月17日(日)「ピアザ淡海ピアザホール」を会場に開催予定です。



森岡裕策氏



掛布雅之氏

# 滋賀県企業スポーツ振興協議会 令和元年度「輝く企業選手」支援事業 助成金贈呈式



受領された皆様

去る1月15日(水)、滋賀銀行本店において「輝く企業選手」支援事業 助成金贈呈式が行われました。輝く企業選手支援事業は、同協議会の会員企業に所属し、今後ますます活躍が期待される企業所属の選手やチームに対し、さらなる競技力向上に向けた支援を行っているものです。当日は、個人選手16名と団体5チームが紹介され、大道会長より助成金が贈呈されました。その後、大道会長より、皆さんに「スポーツの力で滋賀を元気にする活躍を期待しています」との言葉が送られました。

受領者を代表し、ダイハツ工業株式会社の福家育美さんが謝辞を述べられ、今後の決意を話されました。

贈呈式終了後には、大道会長と受領者との歓談時間が設けられ、皆さん終始笑顔でご歓談されました。



笑顔で贈呈書を受け取る小槻孝行選手



謝辞を述べられた福家育美選手



受領者と歓談される大道会長

## 「輝く企業選手」支援事業 対象選手・チーム

(敬称略・順不同)

- ◆ 佐伯珠実 陸上競技[ハンマー投げ](有限会社チャンピオンインターナショナル)
- ◆ 板底雄馬 セーリング競技(有限会社かんとりーはーぼー)
- ◆ 奥田翔悟 カヌー競技(医療法人幸生会 琵琶湖中央病院)
- ◆ 出口尚巳 カヌー競技(株式会社寺嶋製作所)
- ◆ 西脇匠一 スポーツクライミング競技(オムロンソフトウェア株式会社)
- ◆ 福居陸希 ホッケー競技(大阪シーリング印刷株式会社)
- ◆ 小槻孝行 カヌー競技(株式会社たねや)
- ◆ 鶴飼風音 ライフル射撃競技(株式会社たねや)
- ◆ 綾戸真美 ライフル射撃競技(滋賀ダイハツ販売株式会社)
- ◆ 近藤寛子 パラ陸上競技[視覚障害者マラソン](株式会社滋賀銀行)
- ◆ 吉田理人 陸上競技[長距離](株式会社 叶 匠壽庵)
- ◆ 井上舞美 パラ水泳競技(株式会社いずみニー)
- ◆ 新岡浩陽 カヌー競技(公益財団法人滋賀レイクスターズ)
- ◆ 内田弦大 トライアスロン競技(公益財団法人滋賀レイクスターズ)
- ◆ 宇田秀生 パラトライアスロン競技(信楽産業株式会社)
- ◆ 福家育美 パラバドミントン競技(ダイハツ工業株式会社)
- ◆ 青樹会軟式野球部(公益財団法人青樹会 滋賀八幡病院)
- ◆ 日本精工女子ソフトボール部(日本精工株式会社 石部工場)
- ◆ 滋賀銀行女子バスケットボール部(株式会社滋賀銀行)
- ◆ 東レ滋賀ボート部(東レ株式会社滋賀事業場)
- ◆ 東レアローズ(東レ株式会社滋賀事業場)

## 全国の仲間と深めよう 競いあおう 「第9回びわ湖カップなでしこサッカー大会(U-12)」を開催しました



令和2年2月15日(土)～16日(日)、野洲市の滋賀県希望が丘文化公園スポーツゾーン(芝生ランド特設会場)で「第9回びわ湖カップなでしこサッカー大会(U-12)」を開催しました。

北は北海道、南は鹿児島県と全国から

32チーム、関係者を含め約3500名が集い、フェアプレー精神のもと元気いっぱいのプレーを通じて仲間たちとの交流を深めました。

表彰式では、滋賀県希望が丘文化公園 中村理事長より、優勝、準優勝、第3位チームに賞状と楯が授与されました。最後に主催者を代表して、滋賀県スポーツ協会 片山事務局長が閉会の挨拶を行いました。

本大会へ出場された皆様、熱いご声援をいただいた皆様、本当にありがとうございました。次回大会のご参加をお待ちしております。

### 入賞チーム

|         |   |
|---------|---|
| 優勝      | ラガッツァ焼津(静岡県)  |
| 準優勝     | 横須賀シーガールズAMY(神奈川県)  |
| 第3位     | Team南大分(大分県)  |
| 敢闘賞     | 戸木南ボンバーズFC(埼玉県)   |
| アイナック賞  | 熊本ユナイテッドSCエーマ(熊本県)  |
| 最優秀選手賞  | 松浦芽育子(ラガッツァ焼津)  |
| ヒュンメル賞  | パディフットボールクラブ(東京都)<br>FC Stella&ELF(香川県)                     |
| 特別賞     | 学園フットボールクラブ(兵庫県)<br>千葉中央FC U-12ガールズ(千葉県)<br>洛西アゼリアガールズ(京都府) |
| フェアプレー賞 | 名古屋フットボールクラブ(愛知県)   |
| チームワーク賞 | 北摂ガールズ(兵庫県)   |



《優勝》ラガッツァ焼津(静岡県)



《準優勝》横須賀シーガールズAMY(神奈川県)



《第3位》Team南大分(大分県)

## Event information 4月～6月

オリンピックイヤーの幕開け!スポーツ観戦に出かけましょう!

|            |                   |  |
|------------|-------------------|--|
| 4月<br>apr. | 26日(日)            | 第12回全日本都道府県対抗女子剣道優勝大会 予選会<br>会場：草津市立武道館      |
|            |                   | 第32回シルバー剣道大会(ねんりんピック予選会)<br>会場：草津市立武道館       |
| 5月<br>may. | 16日(土)<br>～17日(日) | 第26回滋賀県スポーツ協会理事長杯小学生軟式野球大会<br>会場：滋賀県立彦根総合運動場 |
| 6月<br>jun. | 13日(土)            | 滋賀県ラグビー祭<br>会場：皇子山総合運動公園陸上競技場                |



## ワールドマスターズゲームズ2021 KANSAI/JAPAN

世界最大級の生涯スポーツの国際大会 ワールドマスターズゲームズが日本の関西で開催!  
滋賀県では35競技中6競技が行われます! 概ね30歳以上であれば誰でも参加可能!

エントリー期間 2020年2月1日(土)～2021年2月28日(日)  
開催期間 2021年5月14日(金)～5月30日(日)

※競技・種目によっては定員を達したのもの  
あります。詳しくは大会HPをご覧ください。

<https://wmg2021.jp/>



# 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『令和元年度 賛助会員』

### 特別会員

滋賀トヨペット(株) (公財)スポーツ安全協会滋賀県支部 コカ・コーポララースジャパン(株)

### 法人会員

5口

綾羽(株)  
滋賀銀行  
京都信用金庫滋賀本部  
(公財)河本文教福祉振興会

4口

(株)ニチレク

3口

(株)NTTファシリティーズ関西滋賀支店  
滋賀経済同友会

2口

びわこ成蹊スポーツ大学  
(株)MNK  
(株)ティネレジャー  
《無記名希望1社》

1口

滋賀県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会  
(株)滋賀フーズ  
(株)近新  
あそくクリニック  
東洋紡(株)総合研究所

(株)いずみニー  
滋賀ヤサカ自動車(株)  
綾羽高等学校教育活動支援会

(株)ケイセイ社

滋賀短期大学

(株)嶋村商店

奥山防災(株)

(株)ワダケン

(株)スマイ印刷工業

大津フィジカルクラブ

JA滋賀中央会・各連合会

(株)興村組

大同塗料(株)滋賀工場

瀬田町漁業協同組合

(株)JT滋賀支店

(公財)青樹会 滋賀八幡病院

びわ湖放送(株)

松井工業(株)

新木産業(株)

(株)竹田謙写堂

タイフ不動産(株)

アインズ(株)

東レ(株)滋賀事業場

日本電気硝子(株)

ビッグ・スポーツ

(株)メンテナンスセンター

(株)エスケイカンポスト

(株)エスサーフ

滋賀ダイハツ販売(株)

(株)FUSSAEIZO

(医)布留クリニック

(株)材光工務店

(株)空兵衛造船所

(株)日本保安警備管理協会

東西化学産業(株)滋賀営業所

京セラ(株)滋賀衛生工場

(一社)滋賀県建設業協会

(株)ナショナルメンテナンス

甲賀カントリー倶楽部

滋賀県信用保証協会

(株)関西みらい銀行

滋賀文教短期大学

(株)アヤハゴルフフリンクスジャパンエースゴルフ倶楽部

大津マル(株)

荏原冷熱システム(株)

(株)田中誠文堂

アマナエレン(株)

京セラ(株)滋賀八日市工場

(株)金子工務店

(株)スポーツショップキムラ

元三フード(株)

倉田建設(株)

学校法人滋賀学園

(株)村田自動車工業所

滋賀中央信用金庫

びわこエンジニアリング(株)

(株)古川シエル

(株)山崎砂利商店

びわ湖大津プリンスホテル

税理士法人横井会計

みずほ証券(株)大津支店

(株)コホク

(株)ロイヤルオークリノート

滋賀県国民健康保険団体連合会

名神東カントリー倶楽部

(株)昭建

近江鉄道(株)

滋賀県中小企業団体中央会

桑野造船(株)

合気道大津スポーツ少年団

(株)中山スポーツ

名鉄観光サービス(株)大津支店

満喜(株)

《無記名希望1社》

※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)

(公社) 滋賀県サッカー協会

滋賀県テニス協会

滋賀県ホッケー協会

滋賀県ウエイトリフティング協会

滋賀県ハンドボール協会

滋賀県レスリング協会

(一社) 滋賀県トライアスロン協会

滋賀県クレール射撃協会

滋賀県ソフトボール協会

滋賀県グラウンド・ゴルフ協会

滋賀県自転車競技連盟

滋賀県バドミントン協会

滋賀県高等学校体育連盟

滋賀県相撲連盟

滋賀県エアロビック連盟

滋賀県山岳連盟

滋賀県カヌー協会

滋賀県ゲートボール連盟

滋賀県スケート連盟

滋賀県なぎなた連盟

滋賀県スキー連盟

滋賀県中学校体育連盟

滋賀県銃剣道連盟

滋賀県軟式野球連盟

滋賀県アーチェリー協会

滋賀県水泳連盟

滋賀県ラグビーフットボール協会

滋賀県弓道連盟

滋賀県フェンシング協会

(一財) 滋賀陸上競技協会

滋賀県少林寺拳法連盟

滋賀県バウンドテニス協会

滋賀県バレーボール協会

(一社) 滋賀県バスケットボール協会

滋賀県ゴルフ連盟

NPO法人 滋賀県セーリング連盟

(一財) 滋賀県剣道連盟

滋賀県ビーチボール協会

滋賀県スポーツ拳法連盟

### 郡市体育・スポーツ協会

(公財) 栗東市スポーツ協会

(一社) 彦根市スポーツ協会

(一社) 高島市スポーツ協会

(公社) 草津市スポーツ協会

湖南市スポーツ協会

近江八幡市スポーツ協会

蒲生郡スポーツ協会

犬上郡スポーツ協会

東近江市スポーツ協会

米原市スポーツ協会

野洲市スポーツ協会

長浜市スポーツ協会

(一社) 甲賀市スポーツ協会

愛知郡スポーツ協会

《無記名希望1団体》

### 個人会員

六佐 秀雄

中村 傳一郎

高橋 祥二郎

福地 茂

國松 善次

猪飼 和雄

谷 和彦

小傳良 輝男

山本 勇作

木村 輝男

水野 靖枝

福永 吉平

田中 正克

木村 隆

中川 和明

河本 英典

村田 大作

出原 逸三

野坂 尚宏

谷山 みや子

黒川 かず江

瀧川 絵美

南井 加津雄

若野 哲夫

西川 雨

大西 實

大道 良夫

河島 敏

山田 忠尚

福永 忠克

夏原 健次

松田 善雄

古川 亘

須田 克己

深尾 宗孝

嘉悦 和子

山本 博一

木村 孝一郎

川村 正

天野 勉

奥 博

中嶋 実

渋谷 俊浩

青谷 藤代一

小林 芳夫

久保 清一

橋本 俊和

小西 眞

橋爪 建治

浅見 孝円

澤 弘宣

永谷 知永子

橋原 義幸

井上 陽滋

《無記名希望8名》

令和2年2月29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)を募集しています。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、郡市体育・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、「2024滋賀国民スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会」の開催を視野に入れ、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、本県の体育・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

# Let It Go, Let It Flow

年明けに「スター・ウォーズ/スカイウォーカーの夜明け」を観に行った。ご存じの通り、「スター・ウォーズ」シリーズの完結編だ。

僕は、高校時代に、スター・ウォーズの第1作を封切りで観ている。東京に住んでいたため、新宿か池袋の映画館だったと思う。

当時、熱心に追いかけていたビルボードの洋楽チャートに「スター・ウォーズのテーマ」がどんどんランクアップしてきたことでその存在を知り、どうやらアメリカで熱狂的に受けていると聞き、興味本位で観に行った。

その時点では、公開されている作品が、壮大な物語の一部でしかないなどとは思いつかなかったし、しかも物語の途中のエピソード4だとはまったく知らなかった。

「40年後、おっさんになったお前は、滋賀県で9部作の完結編を観ているぞ」と高校生の自分に教えてやりたいくらいだ。

一昨年、予想外のブームを巻き起こし、いまだにその余韻が残っている「ボヘミアン・ラプソディ」も、公開2日目に観に行ったが、これも高校時代、武道館でクイーンのライブを観ている。

もちろん、フレディ・マーキュリー存命時。ほぼ全盛期とっていい時期だ。個人的には、クイーンよりもキッスやエアロスミスの方が好きだったが、友人が大のクイーンファンで、それにつきあう形だった。

「40年後、おっさんになったお前は、若いヤツらに武道館ライブを観たことを得意気になって話しているぞ」と高校生の自分に教えてやりたいくらいだ。

どちらも、どうしても観たかったわけではなく、たまたまそういう流れになった結果だが、今となっては得がたい経験をできたと思う。観に行っても本当によかったと思う。

トライアスロンの仕事をたくさんするようになったのもそうだ。

20年前、たまたまトライアスロン雑誌の編集部とコネクションができた。トライアスロンという競技には、知識も関心もまったくなかったが、人があまりやっていないことや変わったことに魅力を感じる自分の性格と見事に合致し、大好きな仕事のひとつになった。

こう見ると、あなたが自分の好きなことややりたいことができるのが一番いいとはいえないと思う。流されるのはよくないと言われるが、時には流されたり、流れに乗ることで、自分の中に眠っていたり埋もれていたたりする価値観がスッと目を覚ますこともあるだろう。

トップクラスのアスリートに、その競技を始めたまっかけを聞いたインタビューなどを見ても、「友だちに誘われてやってみたらおもしろかった」とか「親に連れられて試合を観戦したらカッコよかった」とか、決して能動的ではない理由が挙げられていることがよくある。

オリンピック・パラリンピックイヤーの幕が開けた。好むと好まざるに関わらず、スポーツの話題があふれる。躍動するアスリートの姿を目にする機会も多くなるだろう。

この流れに乗って、スポーツ愛好者が増えてほしい。特に若い世代には、40年後の自分から感謝されるような何かを経験してくれたらと思う。

吉村 淳くよしむら じゅん>

1962年生まれ。長野県出身。広告制作プロダクションを経て、現在、フリーランス・ライター。スポーツ、食事、栄養などの分野を中心に、広告、編集のライティングとプランニングを手がける。

## 読者アンケートにご協力ください

「Bispo!+」では、よりよい誌面づくりの参考とするため、読者アンケートへのご協力をお願いしています。質問事項(折込みハガキ裏面)に対する回答を折込みハガキかE-mail、FAXにて2020年5月15日(金)必着で下記あて先へお送りください。ご協力いただいた方の中から、抽選で①山中慎介氏サイン入り色紙(2名様)、②掛布雅之氏サイン入り色紙(2名様)、③肉のげんさん「すき焼き用近江牛」500グラム(3名様)を差し上げます。当落の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

宛先

公益財団法人滋賀県スポーツ協会「ビスポ係」  
FAX:077-521-8484 E-mail:shiga-sport@bsn.or.jp

※お寄せいただいた感想は、誌面にて掲載させていただく場合がございます。なお、誌面の都合上、いただいたお便りに多少手を加える場合がございます。あらかじめご了承ください。  
※お送りいただいた情報については、掲載、案内発送以外の用途では利用いたしません。

《個人情報の取り扱いについて》個人情報の重要性を確認し、個人情報の保護に関する法律および関連法令等を厳守し、滋賀県スポーツ協会の個人情報保護規程に基づき取り扱います。なお、応募内容に関する確認などでご連絡させていただく場合があります。

## ■県民のスポーツを応援する情報マガジン **Bispo!+**(ビスポ)

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  
TEL:077-511-9955 (生涯スポーツ担当直通)  
FAX:077-521-8484

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

制作 大毎広告株式会社  
発行人 木村孝一郎  
writer 高橋順子 吉村淳

©滋賀県スポーツ協会 本誌掲載記事・写真等の無断掲載をお断りします。  
※記事のなかで一部敬称を省略しているところがあります。ご了承ください。

## ■ビスポの主な設置場所(敬称略・順不同)

- アヤハディオ県内各店舗 ●滋賀銀行135支店 ●関西みらい銀行50支店 ●京都信用金庫13支店 ●滋賀中央信用金庫30支店 ●滋賀トヨペット12店舗
- 滋賀イトマン10店舗 ●スポーツオーソリティ・イオンタウン彦根店 ●スポーツショップキムラ3店舗 ●今津B&G海洋センタープール ●高島B&G海洋センタープール
- 県内図書館50館 ●県内農業協同組合各支所 ●県内美容業・理容業生活衛生同業組合各店舗 ●滋賀県立障害者福祉センター ●草津市総合体育館
- 滋賀県立スポーツ会館 ●滋賀県立彦根総合運動場 ●ウカルちゃんアリーナ(滋賀県立体育館) ●滋賀県立武道館 ●滋賀県立琵琶湖漕艇場 ●長浜バイオ大学ドーム
- 滋賀県立栗東体育館 ●滋賀県立アイスアリーナ ●滋賀県立柳ヶ崎ヨットハーバーほか

# 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2年4月1日午前0時から

令和3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<br>(1人当たり) | 傷害保険金額  |              |   |                           | 賠償責任保険<br>支払限度額<br>(免責金額なし)  | 突然死葬祭<br>費用保険<br>支払限度額 |
|--|--|----------------------------|-----------------|---|--------------|---|---------------------------|--|------------------------|
|  |  |                            |                 | 死亡  | 後遺障害<br>(最高) | 事故の日からその日を<br>含めて180日以内<br>入院日額<br>(1日目から/<br>180日限度) | 通院日額<br>(1日目から/<br>30日限度) |  |                        |
| 子ども<br>(中学生以下)<br>※特別支援学校<br>高等部の生徒を含む | スポーツ活動<br>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<br>合算1事故 5億円<br>(ただし、対人賠償は)<br>1人 1億円  | 180万円                  |
|  | 上記団体活動に加え、個人活動も対象<br>上段：団体活動中およびその往復中の補償額<br>下段：上記以外(個人活動など)の補償額                                     | AW                         | 1,450円          | 2,100万円<br>熱中症および細菌性・ウイルス性食中毒の<br>場合、保険金額はA1区分と同額 | 3,150万円      | 5,000円  | 2,000円                    | 対人・対物賠償<br>合算1事故 5億<br>500万円<br>(ただし、対人賠償は)<br>1人 1億500万円                                |                        |
|  |  |                            |                 | 100万円<br>熱中症および細菌性・ウイルス性食中毒は<br>対象となりません。         | 150万円        | 1,000円  | 500円                      | 対人・対物賠償<br>合算1事故 500万円   | 対象外                    |
| 大人<br>(高校生以上)                          | スポーツ活動(指導・審判を含む)<br>※右記年齢の判断は、「令和2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。<br>※A2区分で対象となる活動も補償されます。 | C<br>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<br>合算1事故 5億円<br>(ただし、対人賠償は)<br>1人 1億円<br><br>⚠️自動車事故によつて賠償責任を負った場合は、補償の対象となりません。 | 180万円                  |
|  |  | B<br>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<br>準備・片付け・応援・団員への送迎<br>※スポーツ活動中の事故は補償の対象となりません。                                   | A2<br>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** 〒520-0807 大津市松本1丁目2番20号



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。)

保険の詳細内容、資料の請求は、  
ホームページをご覧ください。  
※インターネットからも加入受付をおこなっております。

スポーツ安全保険

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  
TEL **03-3515-4346** (平日9:00~17:00)

**〈共同引受保険会社(令和2年4月予定)〉**

あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン日本興亜  
大同火災 東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保



# 東京2020 オリンピック観戦チケット 仲間全員分 当たる!



**AQUARIUS**  
アクエリアス。

オリンピック公式スポーツ飲料

**アクエリチャレンジ** 🔍

※1組15名まで

Yes! リサイクル No! ポイ捨て

**Bspo!**

ピスポVol.24 (令和2年3月31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