

YAKUDOU

No.75



野村忠宏

スポーツ講演会

～「折れない心」～

平成28年度 公益財団法人静岡市体育協会表彰

功労章・優秀指導者章・優秀選手章・優秀団体章

功労章

18名



和田佐登子

静岡市弓道連盟

永年にわたり、中央体育館と北部体育館の弓道教室指導員として活躍、平成27年に教士の称号を授与される。

現在も他の模範として、生涯スポーツとしての弓道を実践し、日々普及に努めている。



山本拓二

静岡市剣道連盟

清心館宮本道場や南部体育館の剣道教室主任指導者として活躍し、平成6年11月に剣道七段を取得。

平成25年4月からは静岡市剣道連盟の大会企画運営委員長として尽力し、静岡市の剣道の普及・発展に貢献している。



望月喜久治

静岡市山岳連盟

静岡市山岳連盟内の現役で活動している会員間の交流を深めるソサエティーの代表として、各種事業の研修会を実施、会員のレベルを高め、連盟を支える人材を育成。

副会長として会長を補佐し、連盟の発展に大きく寄与している。



長田恒省

静岡市サッカー協会

昭和44年に社会人チーム「静岡クラブ」に入部し、選手として活躍。

その後、昭和63年から平成11年まで静岡市サッカー協会のスポーツ祭担当役員を務める。

また、クラブチームを設立し、指導に携わるなど、静岡市のサッカー発展に大きく貢献している。



和久田守男

静岡市柔道連盟

昭和58年の現役引退後は、柔道指導者として静岡県警察学校等において数多くの警察官を指導。

現在は、静岡県警察柔道特別訓練選手を励ます会の顧問として、その温厚な人柄と優秀な指導力をもって、選手の指導・育成にあたっている。 講道館柔道 七段



(故) 小池善一郎

静岡市相撲連盟

静岡市と由比町の合併後は静岡市相撲連盟の一員として市大会や県大会の運営に携わり、その手腕を大いに発揮。

相撲にかけた情熱とその功績は高く評価されており、よって公益財団法人静岡市体育協会功労章に追彰する。



前島正義

静岡市ソフトテニス協会

平成15年に静岡で開催された第58回国民体育大会に向けた中学生・高校生の選手強化において、その手腕を大いに発揮。

静岡市ソフトテニス協会においては、事務局長などの要職を歴任し、協会行事の運営に欠かせない人材として活躍している。



戸塚英男

静岡市バスケットボール協会

昭和45年に市内中学校のバスケットボール部顧問に就任。今では多くの教え子が優秀な選手や指導者として活躍している。

現在も協会の理事として、バスケットボール普及事業の開催やジュニア育成事業を推進するなど、その功績は大である。



岩田富夫

静岡市バレーボール協会

理事長として、協会の運営の中心として活躍する傍ら、家庭婦人チームの監督も務め、選手の指導、育成などに尽力。

過去に静岡市体育協会優秀選手章、優秀指導者章を受章するなど、その輝かしい実績は、協会において他の模範となっている。



山本 満

静岡市野球連盟

静岡ガス株式会社野球部へ入部以来、選手・監督としてチームを支え、昭和48年の天皇賜杯全日本軟式野球大会や第56回国民体育大会にて優勝を果たす。

静岡市野球連盟においては副会長として連盟の運営に心を砕き、各種大会の普及発展に活躍している。



大原 一夫

静岡市陸上競技協会

静岡市内の市立中学校の陸上競技部顧問として、赴任した各校の生徒の指導に携わり、選手の育成に尽力。

現在は、協会の事務局長として活躍。特に協会の一般財団法人化において、多大な貢献を果たしている。



由利 栄三

静岡市ソフトボール協会

選手・監督として第37回国民体育大会優勝をはじめ、数々の素晴らしい成績を残し、チームの黄金時代を築く。

静岡市ソフトボール協会では、平成4年に選手強化委員に就任し、手腕を発揮。協会の将来を担う人物として期待されている。



川崎 清

静岡市スケート協会

昭和55年に日本スケート連盟の準指導員資格を取得、ヤングランドスケートリンクを中心に清水・静岡市内の小学生から成人まで指導。

人望も厚く、静岡県スケート連盟においても要職を担うなど、静岡県と静岡市のスケート界発展において大きな貢献を果たしてきた。



浅井 みよ子

静岡市体操協会

旧静岡市体操協会の常任理事として指導・運営に活躍する。

教職を退いた現在も静岡市体操協会の中核において組織を取り纏め、競技人口の拡大やジュニア世代のレベルの向上に力を注ぎ、協会へ多大なる貢献を果たしている。



青島 文恵

静岡ラジオ体操連盟

平成23年、NHK1級指導者の資格を取得。市内の会場を回り、一人でも多くの会員に正しい体操を広めることで、静岡市民の健康寿命延長と医療費の削減に貢献するべく尽力している。

そのラジオ体操に対するひたむきな姿勢は連盟会員の鑑である。



久保田 貢司

静岡市空手道連盟

平成7年より静岡市空手道連盟の副会長としてその重責を担い、指導者の養成と青少年の健全育成に尽力。

昭和36年の日本空手協会静岡支部参加から今日まで、空手道の普及・振興に多大なる貢献を果たす。



山本 みさ江

静岡市武術太極拳連盟

平成18年に県内屈指の実力を認められ、静岡県体育協会の要請により草薙体育館スポーツ教室の太極拳講師に就任。

静岡市武術太極拳連盟などの各種団体で理事を務めるなど、普及発展になくてはならない存在として活躍している。



稲毛 隆

静岡市スポーツ少年団

永年にわたり、静岡市中央体育館で空手教室の指導にあたり、昭和49年、草薙に青少年の健全育成を目指して道場を設立。

平成17年より静岡市スポーツ少年団本部委員として、これまでの経験を活かして少年団の運営に貢献し、スポーツ振興に尽力している。



優秀指導者章

35名



今村 祝

静岡市弓道連盟



神谷典子

静岡市弓道連盟



森 啓晃

静岡市剣道連盟



長澤 渡

静岡市剣道連盟



入谷一重

静岡市山岳連盟



池ヶ谷和彦

静岡市山岳連盟



小長井正男

静岡市サッカー協会



海野和正

静岡市サッカー協会



西川孝治

静岡市柔道連盟



大橋久夫

静岡市柔道連盟



丹羽俊幸

静岡市水泳協会



長島武士

静岡市水泳協会



久保田勝丈

静岡市スキー協会



田中一也

静岡市相撲連盟



望月正美

静岡市ソフトテニス協会



永倉和彦

静岡市ソフトテニス協会



鈴木洋子

静岡市テニス協会



清水正弘

静岡市テニス協会



櫻井博之

静岡市バスケットボール協会



大澤芳弘

静岡市バスケットボール協会



加藤静雄

静岡市バレーボール協会



深澤 均

静岡市バレーボール協会



鈴木 誠

静岡市野球連盟



望月勝利

静岡市野球連盟



堀 吉孝

静岡市ラグビーフットボール協会



松澤 茂

静岡市陸上競技協会



柴 正美

静岡市ソフトボール協会



望月 康司

静岡市ソフトボール協会



小野田 綾子

静岡市体操協会



岡本 さおり

静岡市体操協会



松永 清

静岡ラジオ体操連盟



根本 昌浩

静岡ラジオ体操連盟



堀川 博明

静岡市空手道連盟



村上 久子

静岡市武術太極拳連盟



井上 薫

静岡市武術太極拳連盟

優秀選手章

5名



大島 僚太

静岡市サッカー協会

大会名 第31回オリンピック競技大会
期 日 平成28年8月4日～8月20日
会 場 フォンチノバ・アリーナ（ブラジル）他
記 録 1次リーグ 1勝1分1敗



橋口 晴

静岡市体操協会

大会名 2016全日本ジュニア体操競技選手権大会
期 日 平成28年8月12日～8月13日
会 場 横浜文化体育館（神奈川県）
記 録 男子Aクラス個人総合 優勝 種目別 ゆか・つり輪・跳馬 優勝



芦川 うらら

静岡市体操協会

大会名 2016全日本ジュニア体操競技選手権大会
期 日 平成28年8月12日～8月13日
会 場 横浜文化体育館（神奈川県）
記 録 女子Aクラス個人総合 優勝 種目別 平均台 優勝



竹澤 薫子

静岡市体操協会

大会名 2016全日本ジュニア体操競技選手権大会
期 日 平成28年8月12日～8月13日
会 場 横浜文化体育館（神奈川県）
記 録 女子Aクラス種目別 ゆか 優勝 個人総合 準優勝



海野 大透

静岡市トランポリン協会

大会名 第41回全国高等学校トランポリン競技選手権大会
期 日 平成28年8月5日～8月7日
会 場 取手グリーンスポーツセンター（茨城県）
記 録 優勝



優秀団体章

2 団体

清水エスパルス ジュニアユース

静岡市サッカー協会

大会名
期 日
会 場
記 録

第 31 回日本クラブユースサッカー選手権 (U-15) 大会
平成 28 年 8 月 15 日～8 月 24 日
帯広の森陸上競技場 (北海道) 他
優勝

監 督 岩下 潤
コーチ 横山貴之・小野木玲・掛川 誠
選 手 石井飛雄馬・東海林泰地
鈴木瑞生・渡邊 蒼・神田悠成
丸山優太郎・川本梨誉
佐野由尚・五十嵐海斗
相川昂大・井出海生哉・林 航輝
古長谷千博・西島隆斗・倉田 楓
青島太一・榊原杏太・山崎稜介
栗山且椰・野知滉平・青島健大
成岡輝瑠・大塚亮介・田島詳基
加藤俊介・小川雄一郎・小塩拳生
花田耀祐・田中芳拓・増田就太



常葉学園中学校・ 高等学校 新体操部

静岡市体操協会

大会名
期 日
会 場
記 録

第 14 回アジアジュニア新体操選手権大会
平成 28 年 4 月 28 日～5 月 1 日
アスタナ (カザフスタン)
団体総合 優勝 種目別 ボール 準優勝

監 督 杉本歩美
コーチ 杉本友香
選 手 関矢歩実・若杉英里奈
中尾香月・田中唯加
須藤華蓮



特別表彰

リオデジャネイロオリンピック体操男子 監督 水鳥寿思

昨年開催されたリオデジャネイロオリンピックにおいて、静岡市出身の水鳥寿思氏が体操男子団体総合で日本を見事、金メダルに導きました。2012年に史上最年少の32歳で強化本部長に就任した水鳥氏は今後、2020年東京オリンピックに向けて体操界を牽引していくことが期待されています。

公益財団法人静岡市体育協会では、この輝かしい功績に対し心より祝福するため、特別表彰として小嶋善吉会長より、賞状と報奨金の授与を行いました。



平成 29 年 2 月 22 日（水） 会場：静岡市中央体育館

市政功労章

教育文化功労

静岡市アーチェリー協会

故 矢部 静夫

昭和 56 年に静岡市アーチェリー協会へ入会。その後、自らが中心となり会員から寄付を募り、初心者用弓具を買い揃えるなど、普及活動の礎を築く。その後も協会運営や練習場の確保に奔走し、協会になくてはならない人材として活躍。

平成 17 年の新静岡市アーチェリー協会の発足を機に会長に就任。その他、静岡県アーチェリー協会の副会長や静岡市体育協会の評議員などを歴任。静岡県、静岡市のスポーツの普及振興に情熱を注ぐ。



平成 28 年 11 月 23 日（水・祝） 会場：静岡市役所静岡庁舎本館 3 階

世界へはばたけ！未来のヒーロー！！



今回は2016 第11回 全国ブロック選抜 U-12 体操競技選手権大会にて見事総合優勝した杉山諒将君と、同じく床種目で第1位になった岩本将輝君にインタビューを行いました！

すぎやま りょうすけ

杉山 諒将 君（水鳥体操館所属）

Q. 体操を始めたのはいつからですか？

A. 幼稚園の年少か年中くらいから通い始めて、本格的にやるようになったのは小学校1年生からです。

Q. 尊敬する選手は？

A. 内村航平選手です。難しい技をいろいろ入れているのに、最後まできれいで失敗もあまりしないのすごいです。

Q. 今挑戦している課題は？

A. ホップターンという技を練習していて、早くできるようになりたいです。

Q. 全国の中でライバル選手はいますか？

A. 福井県の谷田雅治君です。ナショナルチームで一緒にりますが、すごく強い選手という印象があります。

取材協力：株式会社シティエフエム静岡（76.9FM-Hi! 76.9MHz）



いわもと かつき

岩本 将輝 君（清水ペガサス体操クラブ所属）

Q. 体操を始めたきっかけは？

A. お母さんにやらせてもらったのがきっかけです。体を動かすのが好きだったので楽しかったです。

Q. 得意な種目は何ですか？

A. 床です。高さを出すのは大変ですが、連続技でつなげることが得意です。

Q. 目標にしている選手はいますか？

A. 内村航平選手です。どんな時でもつま先まで伸びているし、あまり失敗しないところは目標にしたいと思います。

Q. 今後の目標は？

A. 4月から中学生になるので、まずは全国大会に出場できるように頑張りたいです。

取材協力：株式会社エフエム清水（マリンパル 76.3MHz）



2人とも披露してくれた演技はキレイでとても格好良かったです！

また、どちらの体操館・クラブも、所属する子供たちはとても礼儀正しく、そういったところにも全国レベルの選手が育っている理由があるのではないかと感じました。取材にご協力いただいた関係者の方々、本当にありがとうございました！

杉山君、岩本君、これからも頑張ってください！



YAKUDOU 8

スポーツ講演会

野村忠宏「折れない心」

平成29年1月23日(月)、しずぎんホール「ユーフォニア」にて、野村忠宏さんをお招きし、「折れない心」をテーマに講演会を開催いたしました。当日はこれまでの柔道人生を通じて学んだことを中心にお話しをいただきました。

講演では野村さんの紹介VTRがはじめに流れ、その後、野村さんの登場となりました。また、サプライズとして、アトランタ・シドニー・アテネで獲得した3つの金メダルを持参してくださいました。

残念ながら当日、聴講することができなかった皆様のために、その一部をご紹介します。

.....

●オリンピック3連覇に向けて●

シドニーオリンピックで2連覇した後、カッコ良いまま引退しようと思っていました。しかしアメリカ留学などの2年間の苦悩の末、「3連覇に挑戦するチャンスがあるのは自分しかない!」と思い直し、柔道を続けることに決めました。

しかし、ブランクの代償は大きく、全く勝てない日々が続きました。ネットなどで「あの時辞めればよかったのに」と叩かれ、近しい友人からも引退を勧められるなど、初めて柔道を辞めたいとまで思いました。

そんな中、自分で決めたアテネへのチャレンジを貫くために、どうすれば良いか考えたところ、いつの間にか負けたくないという腰が引けた柔道しかできていないことに気が付きました。どこかにオリンピック2連覇のプライドがあり、それがマイナスにはたらいっていました。カッコ悪くてもいいから、泥臭く、自分の力を出し切ろうと気持ちを切り替え、自分の柔道を徐々に取り戻してアテネ代表の座をつかむことができました。

アテネでは、決してコンディションは良くなかったけれども、過去の2大会に比べ、抜群の強さで優勝することができました。考えてみると、「相手には乗り越えられないようなことを俺は乗り越えてここに立っているという」自信と心の強さがあり、畳に上がった瞬間、相手を飲み込むような感覚を覚えました。これまでに歩んできた道が強さを与えてくれ、3連覇につながったのだと思います。

.....

最後に、ご来場くださいました皆様、ありがとうございました!また、お忙しい中、講演をしてくださった、野村さんにこの場を借りてお礼を申し上げます。



自宅でできる !! KOBA 式体幹★バランストレーニング



KOBA 式体幹★バランストレーニングとは？

「体幹」「体軸」という身体を中心部分の筋肉や神経を鍛えるトレーニングです。これにより、「柔軟性」「安定性」「バランス」「連動性」の4つの能力を高めることで、スポーツのパフォーマンス向上だけでなく、日常生活において、きれいなボディラインの形成、ロコモティブシンドローム予防などにも役立ちます。

トレーニングにあたってのポイント！

ドローイン（下記①参照）を意識して行ってください。より効果的に体幹筋に負荷がかかるようになります。

①ドローイン（腹式呼吸）

- ・仰向けに寝て、脚を骨盤の幅に開き膝を立てます。
- ・鼻から息を吸ってお腹を膨らませ、口で吐きながらお腹を凹ませていきます。
- ・お腹を凹ませた状態で笑ったり咳をしたりするとインナーマッスルに刺激が入りやすいです。
- ・息を吐きながら10秒キープを5セット。



②クランチ

- ・仰向けに寝て、脚を骨盤の幅に開き膝を立てます。
- ・ドローインを意識して息をゆっくり吐きながらおへそをのぞき込むように上体を上げます。
- ・肩甲骨が床から浮くところまで上げます。
- ・3秒かけて上げ3秒かけて下ろすのを5セット。



③サイドフリッジ

- ・右肘を肩の下に着き、耳 - 肩 - 腰 - 膝 - くるぶしが一直線になるように構えます。
- ・ドローインを意識しながらカラダが“くの字”にならないように腰を持ち上げます。
- ・腰を上げて頭から足先までが一直線になるように注意します。
- ・3秒かけて上げ3秒かけて下ろすのを両側5セット。



講師紹介

藤島 裕介（ふじしま ゆうすけ）



- KOBA 式体幹★
バランストレーニング
マスターライセンス
- 健康運動指導士
- 柔道整復師
- JATI-ATI
インストラクター



藤島接骨院・

トレーニングスタジオ【FAST】

所在地：静岡市清水区

興津本町307-1

連絡先：054-369-3838

FAX：054-369-3838

施術時間：午前8:00-12:00

午後2:00-6:00

休診日：日曜日・祝日

静甲株式会社 小・中学生ソフトボール教室

平成29年1月28日（土）に、静岡市ソフトボール協会の協力のもと、市内の小・中学生を対象に静甲株式会社女子ソフトボール部による、ソフトボール教室を開催いたしました。

トップレベルで活躍している選手たちによる直接指導を受けられる機会ということもあり、予定よりも多くの子供たちが参加してくれました。

教室ではチームを率いる森監督をはじめ、選手たちが子供たちに親身に指導を行ってくれました！

また、選手によるバッティングなどの実演には子供たちだけではなく、観客席にいた保護者などの関係者からも「おお～！」という声があちこちで聞かれました。



北海道日本ハムファイターズジュニア野球教室

平成29年2月25日（土）、静岡市野球連盟の協力のもと、株式会社田子重との共催により、北海道日本ハムファイターズのベースボールアカデミーコーチである、池田剛基氏と立石尚行氏を講師にお招きして教室を開催しました。

教室には市内のスポーツ少年団に所属する小学3、4年生等およそ100人が参加しました。

両コーチからキャッチボールのやり方などの基本的なことから、ポジション別の指導まで、わかりやすく丁寧に教えてもらっていました。

最後に池田コーチによる打撃のデモンストレーションが行われ、子供たちは元プロ野球選手の技術を目の当たりにして歓声を上げていました。

ぜひ、当日の教室で学んだことを試合で活かしてもらいたいです！



障がい者スポーツ体験フェスタ

平成28年10月15日（土）、清水総合運動場にて障がい者など誰でも楽しむことができる競技を体験できるフェスタを開催しました。

当日はリオパラリンピックで日本代表が銀メダルを獲得した、「ボッチャ」を中心とした、各種コーナーに、延べ350人もの方々が参加してくれました。

また、特設会場で当協会のインストラクターが行った「レクリエーションダンス」には多くの人が集まり、音楽に合わせてとても楽しそうに踊っていました。

当日まで、お迎えする職員一同、障がいをお持ちの方と上手に接することができるか、喜んでもらえるか不安な点もありました。しかし、参加者の笑顔をたくさん見ることができ、イベントは無事、大盛況のうちに終わりました。

アンケートでは「どのスポーツもシンプルで分かりやすく楽しかった」、「ダンスが楽しくもっとやりたかった」、「障がい者スポーツという言葉は知っていたが、今回体験してよく知ることができた」といったご意見をいただきました。



編集後記



『躍動』第75号発刊にあたり御協力をいただいた各種競技団体の皆様及び事務局に対し、心より感謝を申し上げます。

今回、各種表彰を受賞された皆様は、永年に亘り、スポーツの振興と普及にご尽力された方をはじめ、それぞれの大会で優れた成績を残された選手・団体の方々となります。まことにありがとうございます。

さて、今号より、未来のヒーローとなることが期待される、将来有望な選手のインタビューを掲載してまいります。若い選手の今後の活躍を皆様とともに応援したいと思います。

また、当協会では、多くの方にスポーツに親しんでいただけるよう、講演会等のイベントや各種教室を開催しております。詳しくは当協会WEBサイトをご覧ください。皆様のご参加をお待ちしております。

調査広報委員 鈴木 榮・海野弘美