

躍 動 み や ざ き

【巻頭言】



新しい普通・新しいスポーツ活動を作っていこう！

宮崎県スポーツ指導者協議会
会 長 廣 田 彰

スポーツ指導者の皆様には、日頃から本県スポーツの普及発展のためにご尽力をいただいておりますことに厚くお礼を申し上げます。

さて、今年一月末に新型コロナウイルスの人への感染が中国・武漢で確認されてからまたたく間に世界中に感染が広がり、今では感染者が累計で5000万人以上、死者は125万人以上(2020.11.8 現在)になっており、まだなお感染者が増加している国々もあります。

わが国でもこのコロナウイルス感染の拡大によって、各種の規制が発令され、毎日の生活に大きな影響を及ぼすに至りました。スポーツ界では、夏に開催予定であった夢の祭典東京オリンピック・パラリンピックが延期となり、夏の高校野球や全国高校総合体育大会、全国中学校体育大会の夏季大会も中止となり、さらには国民体育大会・燃ゆる感動鹿児島大会も延期が決められました。また日々の生活の中でも学校や体育館や公民館などの公共施設が閉鎖され、スポーツ活動も自由に実施できない日々を経験いたしました。

そんな中でも子どもたちの失望を未来への夢に変えようと開催された中・高校生による2020特別大会はスポーツの持つ感動と素晴らしさを多くの人々に再認識させることとなり、この経験を未来に繋ごうという機運を生み出す大きな力になりました。

その後本県では医療関係者の徹底した予防対策や県民一人一人の努力によって感染者の発生は抑えられ、少しずつではありますがスポーツ活動が再開され始めています。

一方、今回のコロナ感染の拡大は決して予期せぬ出来事ではなかったと思います。それは人とウイルスとの戦いの歴史をみれば明らかで、我々人自身も大量の微生物を持っており、これらの細菌やウイルスとずっと一緒に生きてきており、人の行動の変化によって微生物も共に変化してきたものですから決してウイルス(感染症)は無くなることはないと思います。

そして、人はこれらの感染症に負けることなく克服してきた歴史があります。したがって、これからはどのようにウイルス(感染症)と付き合っていくか、如何に共生していくかということが大切なことだと思います。

近い将来、新型コロナウイルスに対するワクチンや治療薬が開発されることは間違いありませんが、それらの力を借りる前に日々の生活の中で感染を予防していくことが何より大切だと思います。スポーツ活動に際しては日本スポーツ協会が示す「スポーツイベントの再開に向けた感染拡大予防ガイドライン」を活用し、各競技団体が示しているガイドラインに沿って実施することが大切だと思います。そして感染のリスクを抑える行動、すなわち密閉、密集、密接の三密の回避、ソーシャルディスタンスの確保、マスク着用、こまめな手洗い、リスクの高い場所は避けるなどの行動が日常生活においても普通の行動となることによってこれからのスポーツ活動が安全に、新しいものへと発展していくものと確信しております。

令和元年度 宮崎県スポーツ指導者研修会

公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者の資格更新義務研修にもなっています本研修会は、宮崎県武道館大会議室にて、令和2年2月8日(土)実施されました。

当日は一般の参加も含めて、約300名の参加でした。特別講演では、宮崎産業経営大学硬式野球部監督の三輪正和氏が、また講義では野崎東病院のJSPO(日本スポーツ協会)公認アスレティックトレーナーの菅原康史氏が講話されました。主な内容は、以下のとおりです。

三輪 正和 氏



「宮崎から全国の舞台へ」
～雑草集団を変えたもの～

1963年 宮崎県児湯郡都農町生まれ

第62回全国高校野球大会出場

九州地区大学野球連盟・南部九州ブロック大会

2年連続優勝

全日本大学野球選手権大会 2年連続出場

ベスト8

■宮崎産業経営大学(以下、産経大という)の硬式野球(以下、野球という)部は、1987年の大学開学と同時に創部、部員9名からスタートし、100名を超えた現在でも監督を含め、3名のスタッフで運営を行っている。

■全日本大学野球選手権大会(以下、選手権という)等に出場する多くの大学野球部が特待生制度を採用し、選手を集めているのに対し、産経大は一般入学の学生のみで組織されている。

■産経大野球部の活動目的は、学生本来の目的と一致するものであり、大学卒業後に社会人として通用する「人」を育てることにある。そのためには必要なことは、部内ルールを徹底し、無断欠席・遅刻禁止等の厳守はもちろんのこと、遠征時の行動等すべてが含まれメンバー決定の重要な要素になる。また、学年があがるごとに選手の自覚を促すため、主将・副主将・ポジション別チーフを決めるなど、最上級生に責任をもたせる工夫を行っていることが就職のときに役立っていることも事実である。

■私生活の充実が全て野球に通じると言っても過言ではない。野球ができることに感謝、親への感謝など、全ては感謝することからスタートしている。

■33年間で2名の尊い学生の命を失った。そのことを忘れることのないよう試合前に黙とうを行い、年2回の献血も20年以上続けている。

■練習については全員参加し、チャンスは平等に与え、全選手のモチベーションを維持している。高校時代の実績は一切考慮せず、「力量に差があれば上級生を使う」と公言し、実践している。大会前はメンバー中心の練習となるが、「差別はしないが区別はする。」という考えに基づくものだ。試合では、常に全力プレーを徹底し、凡打で全力疾走を怠ったものは即交代である。

■選手権に出場できた理由としては、「制度(区域割)の変更」、「有力新人選手の加入」、「選手の意識の変化」があげられる。特に選手の意識の変化については、練習に対する能動的な行動が見られるようになったこと、個人練習(自主練習)の量が増えたことなどがあり、そのことに伴い、あいさつなど私生活も目に見えて良くなり、充実してきた。

■指導者として「俺が俺が」という考え方から「選手ファースト」に変わってきている。困っているときに教えることとし、教えすぎないようになった。また、最新の情報を常に収集することを心がけ、スタッフの意見も積極的に取り入れるようになった。具体的には「トレーニングメニューの変革」、「打法の転換」、「作戦(戦法)の変更」など。

■初の選手権出場をかけた決定戦を前に選手にかけた言葉は、「相手と戦うのではなく、自分に克つ、ということだけを考えてプレーするように」ということであった。見事実践し、夢をつかんでくれた。

■選手権で勝った要因は、「部の運営方針をはっきりと定め、そのことを通して選手一人一人の意識の高さが涵養されていた」ということだ。本気で日本一を目指し、控え選手もスタンド応援も一緒になっ

で試合を楽しむことが出来た。全員野球、特にレギュラー以外の選手とのコミュニケーションの大切さを痛感した。(完)

「運動能力向上に必要な機能」
～ 運動と感覚の統合を ～

菅原 康史 氏

千葉県生まれ

国見高校卒(サッカー部)

JSPO公認アスレティックトレーナー

現弘潤会野崎東病院勤務



■アスレティックトレーナーという立場で話をさせていただく。高校時代は長崎県の国見高校サッカー部に所属し、何回も全国制覇を経験。しかし、科学的なトレーニングを一切していなかったことに疑問を持ち、東京の専門学校に進学しトレーニング方法を学んだ。

■スポーツは、4つに分類される。①状況系スポーツ(球技系:サッカー・テニス・ラグビー・バレーボール等、対人系:柔道・極真空手等)②瞬発力・力系スポーツ(陸上短距離・ウエイトリフティング)③技術・アクロバティック系スポーツ(水泳飛び込み・新体操・ダンス)④持久系スポーツ(マラソン・スキー競技)。指導者の方々が関わっているスポーツが、どのような特徴があるかを考えながらこの後の話を聞いてほしい。

■トレーニングを何の為にしているのか。反応の鈍い子どもたちに何をすればいいかとよく聞かれる。私はWhatを提示するが、そこから2ステップ上がろうとした時には、必ずどうやってやるか、そのやり方は本当に正しいのか、一人でやる時にちゃんとできているのかという点を必ず確認しなくてはならない。最終的に一番大事なものは、なぜそのトレーニングをやる必要があるのかという根本的なことを理解すること。

■運動に関わるためには、脳みそが重要。脳みそが意識的にも無意識にも指令を出し、動作を決定する。

前頭葉は、精神機能を司る最高司令官で非常に重要な役割。頭頂葉は、感覚をすべて処理する感覚統合の部分。ボディイメージをマップする。目をつぶって丸を書き、次に数字の8を、その次に横の∞(無限)を書いてみて、イメージしていたのが書いているか確認してみる。イメージ通りであれば良い。側頭葉は、聴覚で得た情報の言語に対する理解を司る。側頭葉が優れていれば、記憶力がある。何回指導してもなかなか理解できない子に、間違ったトレーニングをしてしまうことがある。力が足りないと感じてエネルギー系にフォーカスしてトレーニングをするなど。それはあまり良くない。後頭葉は、視覚情報の処理に関わる。

■インプットとアウトプットについて。見たこと→脳が処理→動作をする。アウトプットを修正する前に、インプットを改善しよう。身体内からのインプット①外受容感覚(視覚・聴覚・臭覚・味覚・触覚)②内受容感覚(心拍数・呼吸・体温・内臓・自己所有感)大きな試合になると緊張して心拍数上がるのは、メンタルが弱いのではなく、感覚が非常に過敏になっている可能性がある。自己所有感には、①身体②感情③思考が関わってくる。

■体性感覚とは、内臓以外で「身体で感じた感覚」のこと。脳は常に安全を確保したい。感覚には①視覚(目)システム②前庭システム(耳)③体性感覚(足)の3つの機能を入れたトレーニングを入れるとより運動能力が向上する。足底への刺激はとて良い。直視をして力を入れるのは、あまり良くない。視空間認知はとて大事。幼時期に前転・後転・横回り等を行うことは感覚の向上にたいへん良い。

■コーディネーションの能力は7つ。①定位(空間認識)②変換③連結④反応⑤識別⑥リズム⑦バランス。

その中でもバランスが特に大事。競技に関係なく行う。競技にない動きこそ重要である。

■県内には、アスレティックトレーナーが数十名おり、専門家として研鑽を積んでいる。アドバイスをする機会を与えてほしいと思っているので、ぜひ声をかけてほしい。時代に適応することが大事。常に学んでいきたい。この分野を知り、何かのきっかけにしてほしい。

令和2年度公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者等表彰受賞者

令和2年度は、下記の3名の指導者の皆様が受賞されました。受賞おめでとうございます。永年にわたり、本県スポーツの振興に貢献していただき、心より感謝申し上げます。



長友 利憲 様

1978年の宮崎国体以降、一般の方を対象に安全登山教室を開催し、競技普及に尽力した。また、公認スポーツ指導者を対象に安全登山、遭難対策、海外登山の指導を精力的に行っている。その間、都城市や県連盟の要職を務め、競技普及や同連盟の発展に大きく貢献した功績は顕著である。



熊谷 廣幸 様

児湯郡陸上競技協会常任理事等を30年歴任し、宮崎陸上競技協会功労賞を受賞した。また、地域での小中学生への指導を24年行うなど、その功績は顕著である。その中でも特に、昨年度の国民体育大会陸上競技、成少年男子共通4×100mリレーで優勝した選手の育成・指導にも長年関わった。



森崎 忠信 様

1981年より宮崎市において空手道指導を始め、現在も継続し、指導を行っており、地域における空手道の普及や競技力向上に貢献している。組織活動においては、2004年から現在まで理事として宮崎県空手道連盟段位部会長を務める等、その功績は誠に顕著である。

推薦をお願いします

上記のように、年1回日本スポーツ協会公認スポーツ指導者等表彰が行われます。推薦者の人数は公認スポーツ指導者数によって都道府県に割り当てがあります。本県は4名です。是非来年度は各関係団体より多くの御推薦をお願いします。また、退任感謝状を年度末まで随時受け付けております。退任感謝状の対象者は次のとおりです。

「おおむね15年以上にわたりスポーツの指導育成に貢献し、特に顕著な功績を残し退任した公認スポーツ指導者」退任とは協会等の組織を退任されたか又は、公認スポーツ指導者資格を更新せずに終えられた方をいいます。人数制限等はありませんのでよろしくお願いします。

スポーツの指導は有資格者の活用を

スポーツ指導者等活用推進部会

日本スポーツ協会及び加盟団体等が公認スポーツ指導者制度に基づき資格認定した指導者は、常にプレイヤーズセンタードというスタンスに立ち、スポーツ医・科学の知識を生かし「スポーツを安全に、正しく、楽しく」指導し、「スポーツの本質的な楽しさ、素晴らしさ」を伝えることができる指導のプロフェッショナルです。宮崎県内での公認スポーツ指導者（ここでは、日本スポーツ協会が認定した競技別指導者資格、フィットネス資格、メディカル・コンディショニング資格、マネジメント資格）は2020年10月現在1878名が登録され、各種の競技団体に所属し活動しています。（日本スポーツ協会 HP <http://www.japan-sports.or.jp/>） 今後は本県の有資格者の活動の場の拡充と資質の向上を目指し取り組んでいきます。

新型コロナウイルス感染拡大に伴う更新登録に関する取り扱いについて

2021年4月1日付更新登録に関する取扱

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の有効期間は、資格登録後4年間であり、資格を更新するためには、資格有効期限の6か月前までに、日本スポーツ協会あるいは当該中央競技団体等の定める研修会を最低1回受けることが必要です。

しかしながら、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、国内各所で行われる予定であった公認スポーツ指導者資格の更新研修が開催中止となっております。

この度の状況に伴う公認スポーツ指導者資格の2020年10月1日付更新登録・再登録に関して、特例措置を講じておりましたが、2021年4月1日付更新登録・再登録に関しても以下のとおりの取扱といたします。

■対象者

- ・資格有効期限：2021年3月31日
- ・資格の種類：以下の資格・競技を除くすべての資格・競技

■対応

上記の対象者については、所定の更新研修の受講状況に関わらず、2021年4月1日付の登録手続きの対象といたします。

【対象外の資格・競技】

競技別指導者資格〔水泳、サッカー、スノーボード、テニス、バスケットボール、バドミントン、剣道、空手道、エアロビック（コーチ4のみ）、プロゴルフ、プロテニス、プロスキー、スクーバ・ダイビング〕、スポーツドクター、スポーツデンティスト、アスレティックトレーナー、スポーツ栄養士、クラブマネジャー

本来必要な所定の研修を修了できずに登録される方におかれましては、“資格取得後も学び続ける”という更新研修の目的に鑑み、今後、研修会が受講可能になり次第、積極的に研修を受講いただくことをお願いいたします（2021年3月31日まで、もしくは、次回の有効期間中に、今回の未受講分の研修を受講することを推奨いたしますが、義務とはいたしません）。

■今後の手続き

通常の登録手続きを行ってください。上記対応に伴って追加で発生する手続きはございません。

【スケジュール】

- ・2021年1月下旬～2月上旬頃、更新登録手続きのご案内を郵送にて（指導者マイページを保有している方にはメールでも）お送りいたします。
- ・2021年3月31日までに手続き（登録料の入金等）を完了してください。
- ・2021年4月1日から資格が更新（再登録）され、後日、登録証（・認定証）をお送りします。

2021 年 10 月 1 日付更新登録に関する取扱

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の有効期間は、資格登録後 4 年間であり、資格を更新するためには、資格有効期限の 6 か月前までに、日本スポーツ協会あるいは当該中央競技団体等の定める研修会を最低 1 回受けることが必要です。

しかしながら、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、対象者・希望者のすべてを受け入れるだけの更新研修が開催されておらず、受講が難しい状況となっております。

この状況を踏まえ、本来であれば 2021 年 3 月 31 日までに更新研修の受講が必要となる、2021 年 10 月 1 日付更新登録・再登録に関しても以下のとおりの取扱いといたします。

■対象者

- ・資格有効期限：2021 年 9 月 30 日
- ・資格の種類：以下の資格・競技を除くすべての資格・競技

【対象外の資格・競技】

競技別指導者資格〔水泳、サッカー、スノーボード、テニス、バスケットボール、バドミントン、剣道、空手道、エアロビック（コーチ 4 のみ）、プロゴルフ、プロテニス、プロスキー、スクーバ・ダイビング〕、スポーツドクター、スポーツデンティスト、アスレティックトレーナー、スポーツ栄養士、クラブマネジャー

■対応

上記の対象者については、所定の更新研修の受講状況に関わらず、2021 年 10 月 1 日付の登録手続きの対象といたします。

本来必要な所定の研修を修了できずに登録される方におかれましては、“資格取得後も学び続ける”という更新研修の目的に鑑み、今後、研修会が受講可能になり次第、積極的に研修を受講いただくことをお願いいたします（2021 年 9 月 30 日まで、もしくは、次回の有効期間中に、今回の未受講分の研修を受講することを推奨いたしますが、義務とはいたしません）。

■今後の手続き

通常の登録手続きを行ってください。上記対応に伴って追加で発生する手続きはございません。

【スケジュール】

- ・2021 年 7 月下旬～8 月上旬頃、更新登録手続きのご案内を郵送にて（指導者マイページを保有している方にはメールでも）お送りいたします。
- ・2021 年 9 月 30 日までに手続き（登録料の入金等）を完了してください。
- ・2021 年 10 月 1 日から資格が更新（再登録）され、後日、登録証（・認定証）をお送りします。

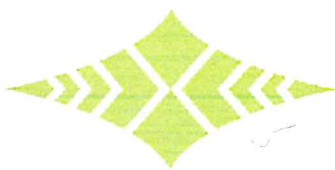
※対象外の資格・競技について

競技別指導者資格〔水泳、サッカー、スノーボード、テニス、バスケットボール、バドミントン、剣道、空手道、エアロビック（コーチ 4 のみ）、プロゴルフ、プロテニス、プロスキー、スクーバ・ダイビング〕、スポーツドクター、スポーツデンティスト、アスレティックトレーナー、スポーツ栄養士、クラブマネジャー

研修会中止等の状況や代替措置を確認・検討のうえ、改めてご案内いたします。

令和2年度

宮崎県スポーツ指導者協議会組織



会 長	廣 田 彰	宮崎大学名誉教授
副会長	小 玉 忠宏	都城・北諸地区
副会長	串 間 敦郎	県立看護大学
理 事	西 田 政士	延岡地区
〃	甲斐千恵子	西臼杵地区
〃	奈 須 勝彦	日向・東臼杵地区
〃	橋 口 昌和	西都・児湯地区
〃	尾 崎 太朗	宮崎・東諸地区
〃	日 高 憲幸	〃
〃	栗巣野 弘	小林・えびの・西諸地区
〃	江 崎 利郎	日南・串間地区
〃	秋 田 義久	県テニス連盟
〃	富 山 喜正	県ホッケー協会
〃	久東真理子	県体操協会
〃	鳥 居 敏文	県柔道連盟
〃	那 須 司	県ボート協会
〃	黒木テル子	県エアロビクス連盟
〃	西 田 浩司	県スポーツ指導センター
〃	井 上 聖子	県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会
〃	田 代 長茂	県スポーツ推進委員協議会
〃	小 嶋 忠史	県スポーツ少年団

指導者協議会の活動内容

我々、本県指導者の活動を、より発展し充実させていくためには、皆様の御理解と御協力が必要です。

宮崎県スポーツ指導者協議会は、上記の各地域及び競技団体から推薦された公認スポーツ指導員の資格を有した者が理事として構成されています。

主に県内指導者の資質向上や指導者の連携、更には組織拡充、その活用などが望ましい姿になるよう、3つの推進部会を設置し、活動をしております。

県全体の発展を求めるためには、各地域の組織の充実が不可欠であります。現在では、都城・北諸地区が組織として設立され8年目になり、他地区でも地区別協議会設立に向けて取組を進めています。

◇研修会及び地区活動推進部会（7名）

〔主な業務内容〕

- ・宮崎県スポーツ指導者研修会運営
- ・地区活動の活性化についての検討

〔今年度の活動〕

令和3年2月6日（土）のスポーツ指導者研修会の準備と運営をいたします。本研修会は、日本スポーツ協会公認スポーツ指導員の資格更新のための義務研修のひとつでもあります。

また、少年団の指導者や各学校の部活動指導者の方々でも、どなたでも参加できます。今後も各地区活動が活発になるように、協議してまいります。

◇スポーツ指導者活用推進部会（7名）

〔主な業務内容〕

- ・公認スポーツ指導員（有資格者）の有効な活用方法についての検討

〔今年度の活動〕

公認スポーツ指導者の活用について日本スポーツ協会と連携して活用方法について検討を重ねていきます。

◇機関誌編集推進部会（6名）

〔主な業務内容〕

- ・本誌「躍動みやざき」の編集、発送

〔今年度の活動〕

第9号の機関誌の内容を協議し、今回発行することができました。今後もより良いものを作成していきます。皆様からのアイデア等があれば、お近くの本協議会理事若しくは、発行元の連絡先までご連絡ください。

会費（年会費1,000円）納入のお願い

本協議会は日本スポーツ協会公認スポーツ指導者からの会費で運営を行っています。会費は次の事業に充てられています。

- 宮崎県スポーツ指導者研修会（2月開催）
- 県内地区スポーツ指導者研修会
- 広報機関誌「躍動みやざき」（年1回発行）

***新型コロナのため本年度は変更もあります。**

その他、指導者の育成・活用、資質向上等についての協議を理事会で行い、総会を経て予算を執行させていただきます。御協力をお願いします。

問い合わせ先：公益財団法人宮崎県スポーツ協会

編集後記

本年度も「躍動みやざき」第9号を発行することができました。誌面をもちまして、御協力をいただいた皆様方へお礼を申し上げます。

近年、社会のスポーツへの関心や期待がますます高まっていく中で、宮崎県体育協会では、本県のスポーツ統一組織として、多くの人々のスポーツ参画を促し、「スポーツ」という文化を後世に継承していくには、名称に「スポーツ」という言葉を掲げることがよりふさわしいものと考え、令和2年4月1日より「宮崎県スポーツ協会」に変更しました。

ところで、本年度のスポーツ界は、新型コロナウイルス感染症によって激動の1年でした。まずは夏に東京で開催予定だったオリンピック・パラリンピックが来年夏に延期、全国高等学校体育連盟も令和2年度全国高等学校総合体育大会のうち夏季大会を中止となりました。また日本中学校体育連盟も同様に全国中学校体育大会のうち夏季大会を中止となりました。スポーツ最大の祭典、夢の舞台を延期または中止とした判断の向こうには、大きな悲しみがあることは痛いほどわかります。ただ、その判断は夢を奪うものではなく安全・安心や命を守るためのものだったと思います。今回の情勢から学んだものを今後には是非とも活かし、スポーツに生涯関わり、他人を守る・思いやる心で競技または指導を行っていただきたいものです。一度、各自で足下を見直し、整備し、新たな一歩を一緒に踏み出していきましょう。

本県は今後、2巡目国民スポーツ大会・全国障害スポーツ大会の開催に向けて本格的に動き始めます。本協議会といたしましても、スポーツ指導の現場を支える組織として、指導者の育成、関係団体等との連携を視野に宮崎県のスポーツ環境がよりよいものになっていくよう努力してまいりたいと考えています。

今後とも御理解、御協力を賜りますようお願いいたします。

令和2年度宮崎県スポーツ指導者協議会
機関誌編集推進部会

栗巣野弘 理事

橋口昌和 理事

那須司 理事

西田政士 理事

井上聖子 理事

黒木テル子 理事

発行元

公益財団法人宮崎県スポーツ協会 宮崎県スポーツ指導者協議会

〒889-2151

宮崎市大字熊野1443-12

ひなた宮崎県総合運動公園 受付・案内所2F

TEL: 0985-58-5633 FAX: 0985-58-5630

ホームページ検索: 『宮崎県スポーツ協会』 URL: <http://www.miyazakiken-taikyo.jp>