

令和5年度富山県スポーツ推進委員研修会 報告書

- 1 期 日 令和5年11月23日(木・祝) 9:00~12:00
2 会 場 富山県西部体育センター
3 参加者 199名(県内スポーツ推進委員、市町村生涯スポーツ担当者)
4 開会式

- (1) 開会の挨拶 富山県スポーツ推進委員協議会 会長 廣瀬 孝作
(2) 歓迎の言葉 小矢部市教育委員会 教育長 栢元 剛
(3) 講師紹介 合同会社 Gollirab 代表 檀野 俊 氏
RED OX OYABE HOCKEY CLUB 沼田 秀樹 氏
茶木 裕史 氏
沼田 玲温 氏
ヨガインストラクター 島田 真奈美 氏
フィットネスインストラクター 森原 優次 氏

5 表彰式

富山県スポーツ功労者表彰(勤続10年)(66名)

富山市	青木ゆかり 高堀 智之 草野かおり 五十嵐清美 裏川 展大	江尻 憲司 森 公平 柴田 浩幸 岩田 崇弘	村田美栄子 寺島 るみ 藤井 孝昌 土肥 雅美	植吉 基得 甲斐美佳子 澤野 嘉男 西井 光児	鈴木 宏行 崎本 典伯 北木 幸治 武部 誉裕
高岡市	横萩 千佳 今堀 洋	山本 祐嗣 荒木未奈子	川渕 利直 篠井 哲治	山本 和也 橘 昇任	黒田亜希子
射水市	磯部 正昭 村井 百恵 釜淵 誠	川村 康一 柴田 直子	松谷 直子 敦賀 英雅	秋田まさみ 小谷 信弘	前出千恵子 藤田 卓也
魚津市	池田 澄子	松島 厚子	濱藤 智美		
氷見市	里木 真里	中川 英明	谷内 慶幸	柳橋 佳奈	
滑川市	長谷川容子	松井雄太郎			
黒部市	大坂 昌人	河村 晴美	奥村 竹志	中陣 栄	
砺波市	宮木 和代	高桑 直美			
小矢部市	石川 玉貴				
南砺市	横川 一美	北堀 一彦	大瀬 倫子	前本 泰子	松居 裕
上市町	浅岡 三郎				
立山町	宮森 秀二				
入善町	谷口 倫子	井田 遥			

6 講演

演題「命の使い方 ～自分の命に責任を持つということ～」

講師 檀野 俊 氏(陸上十種競技選手、合同会社 Gollirab 代表)

アスリートキャリアでの気づき

中学から陸上の円盤投げを始め、日本一をめざしていたが、大学最後の試合でライバルを前に「勝てないかも」そう思ってしまった。そこで、22歳から種目を十種競技に変えて一からスタートした。種目変更の決断をする過程を振り返ると、頑張りつづけるより辞める方が難しいことを感じている。しかし、新しいチャンスを掴むために、何かを辞めることはポジティブなことである。

闘病を経て

病気が分かり、「手術をすれば命は助かるが障害が残ってスポーツできなくなる」「手術をしなければしばらくスポーツはできるがいつ死ぬか分からない」という辛い決断をする必要があった。誰かに代わりに決めてほしいけど、自分で決めないと上手く行かなくなった時に人のせいにしてしまうと考え、最後は自分で手術をすることを決断した。

手術までの2年間、全てを懸けて競技することを決意したが、夢を叶えられないまま手術の日を迎え、人生をかけた挑戦に失敗した自分には価値がないのではないかと思った。手術は無事成功し、命は残った。しかし、障害も残った。右耳聴力失聴、右顔面麻痺、平衡感覚障害により、出来ないことがたくさんあった。「できないこと＝不幸なこと」ではなく、「できないこと＝これからできること」として前向き捉え、できないからこそもう一度できるようになるための挑戦ができるようになった。

闘病を経て、少しの自信を失い、圧倒的な経験と猛烈な成長を得た。自分の経験や行動が、同じ病気の人を勇気付け、「障害」は挑戦をやめる理由にはならないことを伝えていきたい。

さいごに

アスリートとしての夢、脳腫瘍患者としての夢、影響力を持つという夢などたくさんの夢がある。自分が何をしたいのか恥ずかしがらずに思いを口に続けることが大切である。全力でやらなければ、改善点がわからない。できるまでやればできる。夢はいくつあっても良い。そして、全ての人に、全ての夢に可能性がある。

自分の人生は自分で動かす、自分の人生に責任をもって生きていく。

7 実技研修

種目「ユニホック」

講師 RED OX OYABE HOCKEY CLUB

沼田 秀樹 氏、茶木 裕史 氏、沼田 玲温 氏
ユニホックの道具を使った遊びから簡単な試合を行うまでの一連の指導の流れを体験しました。アイスブレイクやユニホックスティックを使った道具遊びを行った後、ゲーム形式で楽しみながらドリブルやシュートの練習を行いました。終盤の試合では、正規のユニホックよりも大きく、重いボールを使い、走ってのプレーを禁止するという道具やルール工夫があることで、男女や年齢に関わらず楽しむ参加者の姿が見受けられました。

参加者からは、「ユニホック（ホッケー）が子どもも楽しめる身近なものがあることが分った」という声が聞かれ、ユニホックの面白さに触れていただけた機会となりました。



種目「ヨガ」～健康につながるヨガ～

講師 島田 真奈美 氏（ヨガインストラクター）

森原 優次 氏（フィットネスインストラクター）
様々なヨガのポーズやコンビネーショントレーニング、モビバンを使ったエクササイズなどを行いました。動きと呼吸やリズムを合わせ、自分の体と対話しながら取り組むことの大切さを体感することができました。参加者からは「シリコンバンドを使った運動が参考になった。」「良い運動になった。」という声が聞かれ、充実感と適度な疲労感も伺えました。



8 閉会式

閉会の挨拶 富山県スポーツ推進委員協議会 副会長 白川 正秋