



げんき通信

編集
津幡町スポーツ推進委員会
事務局
津幡町教育委員会生涯教育部
〒929-0342
津幡町北中条3丁目1番地
(津幡町文化会館「シグナス」内)
TEL: 076-288-2125

川井選手金メダル

津幡町初の金メダリスト誕生へ

平成28年8月にブラジルのリオデジャネイロで開催された第31回オリンピック競技大会の女子レスリング63kg級で、津幡町緑が丘出身の川井梨紗子選手が初出場で初優勝を果たしました。津幡町からのオリンピック出場は3人目で、メダル獲得は初の快挙です。



矢田町長へ金メダル獲得を報告する川井選手

川井選手は父母ともにレスリング選手というレスリング一家に生まれ、小学2年生からレスリングを習い始めました。その後は津幡中学校を経て、高校はレスリングの強豪である愛知県の至学館高校へ進学。大学も同じく至学館大学へ進学し、これまで数々の全国大会や世界大会で入賞し活躍し

てきました。オリンピック出場を目指し58kg級で出場を続けていきましたが、同じ階級には伊調整選手（ALSOK）がいたため、周囲の勧めもあり、2階級上の63kg級へ階級変更を決めました。その後、これまでの成績を考慮され選出された世界選手権大会では初めての63kg級の国際大会にもかかわらず2位となり、その後行われた全日本選手権大会へ出場し、決勝戦で妹の友香子選手との姉妹対決を制して優勝。オリンピック代表に決定しました。迎えたりオデジャネイロオリンピックでは、2回戦でポーランドの選手

に5対0、準々決勝でラトビアの選手に8対2、準決勝は開始2分でロシアの選手にテクニカルファール勝ち。それぞれ最終攻めのレスリングで勝利を重ね、決勝戦ではベラルーシの選手を6対0で圧倒し、悲願の金メダルを獲得しました。オリンピック終了後の全日本選手権大会では、階級を58kg級に戻して出場し優勝。2020年の東京オリンピック出場への決意を新たにしています。

金メダル獲得祝賀パレード盛大に

沿道で祝福
約11,000人



9月11日には、金メダルを獲得した川井選手が凱旋し、津幡町役場から津幡町文化会館「シグナス」までをオープンカーで走行する祝賀パレードが行われました。沿道には金メダリストを一目見

沿道の声援に応える川井選手

ようと約1万1千人もの観衆が集まりました。川井選手は沿道の声援の一つ一つに笑顔で手を振り応えている姿がとても印象的でした。パレードの終着点である津幡町文化会館「シグナス」前では、津幡町で初の授与となるスポーツ栄誉賞授与式が行われました。授与後の挨拶では、これまでの応援への感謝と自らの今後の抱負を語っていました。

町民一丸となつての応援

津幡町初のパブリックビューイング開催



会場の様子



川井選手の勝利に盛り上がる参加者

8月18日に津幡町では初となるパブリックビューイングが行われました。リオデジャネイロとの時は約12時間、開始は午後10時からということでした。

翌日の早朝の決勝戦、試合終了直前には会場全員がカウントダウンコールをし、試合終了を告げるブザーをかき消すほどの歓声と拍手で会場が包まれました。

全国大会で津幡南中勢が大活躍

津幡町の未来を担う若者たちの活躍

川井選手の活躍に盛り上がった夏、津幡町で全国の強豪が集い開催された全国大会で地元中学生たちが大活躍しました。7月には平成27年に全国市町村交流レガッタ津幡大会が行われた石川県津幡漕艇競技場でボート競技の全日本中学選手権競漕大会、8月には津幡運動公園体育館に特設土俵を設営し、相撲競技の全国中学校相撲選手権大会が行われました。このような大きな大会が開催できるのも、津幡町はスポーツがとて盛んであるということが分かります。ボート部、相撲部いずれも県内のどの学校にも

あるわけではありませんが、津幡南中学校には両方の部活があります。ボート部にはとても多くの部員が在籍しており、練習段階から常にしのぎを削りながら活動しています。今回行われた全日本中学選手権競漕大会では種目別で男子ダブルスカル、女子ダブルスカル、女子舵手付クドルプルでそれぞれ優勝し、女子の部で総合優勝を果たしました。相撲部は普段から寮生活で集団生活を行いながら、厳しい稽古を続けてきました。その結果、全



各部門で優勝した津幡南中学校ボート部



団体戦で準優勝した津幡南中学校相撲部

ジュニアチャレンジスポーツ教室

何事にも挑戦する心を

ジュニアチャレンジスポーツ教室は、津幡町スポーツ推進委員が主管団体として運営している、小学4年生から6年生までを対象としたスポーツ教室で、平成25年度からこれまでに4回開催してきました。

これまで町内外の優れた指導者や育成ノウハウのある各競技団体の協力のもと、24種目のスポーツと6種目の文化活動を取り入れ活動してきました。

本教室の対象となつている小学4年生から6年生の年代は、様々な運動機能が発達する「ゴールデンエイジ」とも呼ばれていることから、武道、球技などの多

種目に亘るスポーツと最新のトレーニング理論でもあるコーデイネーショントレーニングの要素なども取り入れ、児童の将来へのステップをお待ちしています。

平成29年度 活動予定

| | 活動日 | 活動内容 |
|---|-----------|---------------------|
| ① | 5月20日(土) | 津幡町の歴史を学ぼう!(れきしる見学) |
| ② | 6月10日(土) | バドミントン |
| ③ | 7月22日(土) | バスケットボール |
| ④ | 8月19日(土) | レガッタ(ボートフェスティバル) |
| ⑤ | 10月14日(土) | 卓球 |
| ⑥ | 11月18日(土) | ニュースポーツ |
| ⑦ | 12月2日(土) | トランポリン |
| ⑧ | 1月13日(土) | ちはやふる(百人一首) |
| ⑨ | 2月17日(土) | サッカー(ツエーゲン金沢) |
| ⑩ | 3月3日(土) | フレッシュテニス |

平成28年度活動 スナップ



ふらばーるバレー

かるた



卓球

スプリントトレーニング



スポーツチャンバラ

救命講習会

「ペップトーク」でポジティブに

ペップトークとは、スポーツの試合前に監督やコーチが選手の潜在能力を最大限に引き出すために行う「激励のショートスピーチ」です。ここでは平成28年11月に福井県で開催された全国スポーツ推進委員研究協議会での日本ペップトーク普及協会会長岩崎由純氏の講演会から学んだペップトークについてご紹介します。

ペップトークのペップとは英語で元気・活力・活気という意味があり、「短く」「わかりやすく」「肯定的な」「魂を揺さぶる」といった言葉がけがペップトークの特徴です。アメリカのスポーツ界においては多くの指導者が入り込んで実践しています。最近では日本のスポーツ界でもペップトークが浸透してきています。

元女子サッカーのなでしこジャパンの佐々木紀夫監督がPKの直前に選手にかけ

た言葉がまさにペップトークで「おまえら、思い切り楽しんでこい！」でした。ポジティブな言葉で具体的に持たせることがポイントです。決してネガティブな表現は使いません。例えば「ミスしないように」と言われると、ミスをする場面が頭に浮かび、それに引きずられます。逆にポジティブな表現はポジティブな結果を引き寄せます。

具体的な事例

| ネガティブな言葉 | ポジティブな言葉 |
|-----------------|---------------------------------|
| 廊下は走るな | 廊下は静かに歩きなさい |
| 風邪をひかないように | 温かくするようにね |
| すべて転ばないで | 足元に気をつけて |
| 三振するな | ボールをよく見て的を絞れ |
| ボールをよく見ろ | |
| 駆け込み乗車はお止めください。 | ホームはゆっくりお歩きください 次の電車をご利用ください |

「やるぞ!」「がんばるぞ!」「必ずできる!」「絶好調!」などの自分のお気に入りの言葉や、得意なペップトークを日頃から決めて、試合や試験の直前などの困難な状況に巡り合ったときや、強い目的意識を持った時にそれを声に出し、または心の中で連呼することで、潜在能力を引き出すことができます。同じ意味のことを言っても、言葉を変えれば結果は変わります。

家庭や職場、教育現場でも「熱い」そして「あたかい」といった相手のやる気を引き出す声掛けはスポーツ以外の現場でも大変効果的です。

セルフペップトーク

自分自身にポジティブな言葉で語りかけることをセルフペップトークと言います。ソチオリンピック金メダリストの男子フィギュアスケートの羽生結弦選手はオリンピックの大舞台の演技の直前に「OK、さあ楽しもう」と口に出して滑り始めたそうです。

戸田大会に出場しました

レガッタで津幡をアピール

全国のボート愛好者が集まる全国のボート場を所有する市町村の持ち回りで毎年開催されている全国市町村交流レガッタという大会があります。津幡町スポーツ推進委員も町のシンボルスポーツであるレガッタを更に普及させたい、また全国に「みどり」とボートの町つばた」を少しでもアピールできればと思います。レガッタチームを結成し参加しています。昨年は埼玉県戸田市にて開催された大会に出場してきました。



レース直前のスポーツ推進委員

編集後記

現在20名で活動している津幡町スポーツ推進委員はこれからも各種スポーツ関係行事の企画・運営、町や各地区での様々なスポーツイベントへの協力、他にもスポーツ推進委員の県内外の研修から多くの知識を身につけるなどし、より多くの皆さんに楽しく、気軽にスポーツに親しんでいただけるように、微力ではありますが今後も活動していきます。

全国研究協議会へ参加

