

# スポーツ南陽 2024.3



一般社団法人 南陽市スポーツ協会

「スポーツ南陽」の電子データを南陽市民体育館ホームページに掲載しております。



南陽市スポーツ少年団  
設立50周年を迎えました



## contents

- 1 スポーツ少年団設立50周年
- 2 会長挨拶／新春スポーツ講演会
- 3 Challenger -挑戦者-
- 4 賛助会員の皆様へ／館長コラム



令和6年2月3日(土)南陽市スポーツ少年団設立50周年を記念し、交流事業・祝賀会を開催いたしました。スポーツ少年団とは、昭和37年6月23日、スポーツを通じわが国の青少年を心身ともに健全育成することを目的に日本体育協会（現日本スポーツ協会）が創立しました。その後、「一人で多くの青少年にスポーツの歓びを提供する」、「スポーツを通して青少年のこころとからだを育てる」、「スポーツで人々をつなぎ、地域づくりに貢献する」の3つの理念のもとにこれまで活動してきた日本最大の青少年スポーツ団体です。南陽市では、昭和45年に宮内剣道が第1号として活動を開始し、昭和48年に漆山バスケットボール、漆山バレー、漆山ソフトボールの3団体が加わり、計4団体により南陽市スポーツ少年団本部が結成されスタートし、関係各位のご尽力のもと50年を迎えることができました。

交流事業では、YAMAGATA ATHLETE LAB代表の池田めぐみ氏をお招きし、コンディショニング講習会を開催しました。関係者約140名の方にご参加いただきました。体の仕組みや活動かし方を、実践を通して学びました。今後の活動に活かしていただければと思います。

記念祝賀会は、ご来賓の皆様、関係者約50の方にご臨席いただき、温かいご祝辞を賜りましたことに感謝申し上げます。

現在、日本スポーツ少年団では、団員や保護者のより多様なニーズへ対応するため、また、これまでの小学生を対象とした団体というイメージを払拭するために名称変更も検討されています。スポーツ少年団活動が益々子どもたちの健全育成に寄与できるよう関係者一同团结して、より一層努力を続けてまいります。今後とも皆様方のご支援・ご協力を改めてお願ひ申し上げます。

スポーツ少年団とは、昭和37年6月23日、スポーツを通じわが国の青少年を心身ともに健全育成することを目的に日本体育協会（現日本スポーツ協会）が創立しました。その後、「一人で多くの青少年にスポーツの歓びを提供する」、「スポーツを通して青少年のこころとからだを育てる」、「スポーツで人々をつなぎ、地域づくりに貢献する」の3つの理念のもとにこれまで活動してきた日本最大の青少年スポーツ団体です。南陽市では、昭和45年に宮内剣道が第1号として活動を開始し、昭和48年に漆山バスケットボール、漆山バレー、漆山ソフトボールの3団体が加わり、計4団体により南陽市スポーツ少年団本部が結成されスタートし、関係各位のご尽力のもと50年を迎えることができました。

交流事業では、YAMAGATA ATHLETE LAB代表の池田めぐみ氏をお招きし、コンディショニング講習会を開催しました。関係者約140名の方にご参加いただきました。体の仕組みや活動かし方を、実践を通して学びました。今後の活動に活かしていただければと思います。

記念祝賀会は、ご来賓の皆様、関係者約50の方にご臨席いただき、温かいご祝辞を賜りましたことに感謝申し上げます。

現在、日本スポーツ少年団では、団員や保護者のより多様なニーズへ対応するため、また、これまでの小学生を対象とした団体というイメージを払拭するために名称変更も検討されています。スポーツ少年団活動が益々子どもたちの健全育成に寄与できるよう関係者一同团结して、より一層努力を続けてまいります。今後とも皆様方のご支援・ご協力を改めてお願ひ申し上げます。

# 《スポ協2023年度を振り返る》

一般社団法人南陽市スポーツ協会 会長 中村和彦

令和5年度もあと少しを残すだけとなりました。今年は、桜の開花が早いところです3月20日前後と言われているようで、まさしく春到来の時期となりました。

令和5年度のスポーツ協会の活動を振り返るにあたり、先ずは、協会の活動の趣旨をご理解いただき、ご協力、ご参加、ご指導いただきました皆様、そしてスタッフの方々に心より御礼を申し上げます。

今年度一年を振り返って、一番印象が強かったのは、やはり「学校部活動改革（地域移行）への、具体的な話し合いが本格化し、その対応の中心的立場にあるという事を実感させられたことであります。

学校の先生方、ご家族（児童、生徒の意見も含む）、地域の指導者と団体、そして行政（国・県・市）とそれぞれの立場の考え方があり、容易に方向性を見出せることではありませんが、強い覚悟をもつて「南陽スタイル」の確立を目指して取り組んでいかなければならぬことであると痛感したところであります。

年間の主催、共催事業等につきましては概ね計画通りに実施され、参加者の人数や事業内容につきましても、盛会裏に実施できたのではないかと考えています。市体育

祭開会式兼国体・少年少女交流大会壮行式や新春スポーツ懇談会なども、大変多くの皆様の参加により、会を盛り上げていただきました。

また、「市長との懇談会」では、白石市長、長濱教育長をはじめ、多くの関係者の方々よりご出席をいただき、非常に有意義な意見交換がなされました。

その他にも、秋のウォーキングイベントやペップトーク講演会、YAMAGATA ATHLETE LAB.（一般社団法人）主催事業の協力など、子供から高齢者までを対象に「スポーツを生活の中に」取り入れていただく為の活動を展開してまいりました。

令和6年度も更に充実した活動を心掛け、市民の皆さんに「親しまれる」スポーツ協会を目指していきたいと考えています。

最後は、「子供たちが運動する楽しみを味わえるのはスポ少や中学校でいろんな活動をしているから。そこで基本となるのがスポーツ。これからもソフトテニスを通じてスポーツ発展に貢献していくたい。」と語られました。

市内のスポーツ団体・教育関係者約100名が聴き入りました。



## 新春スポーツ講演会



この春、赤湯中学校を卒業する後藤利樹さん。



米沢のサッカーチームに所属する後藤さんは、「より厳しい環境で成長したい」と地元を離れ、全国屈指の強豪校星稜高校（石川県）に挑戦の場を求めました。セレクションでは思うような結果を残せなかつたものの、監督に自分の思いを伝え、一般入試で再挑戦し合格しました。挑戦の一歩を踏み出した後藤さんに新しい環境を選んだ理由などをインタビューしました。

### — サッカーを始めたきっかけ —

小学2年生の時に2歳上のいとこがサッカーをやっていたので、そのいとこがメダルやトロフィーをたくさん持っているのを見て「かっこいい」と思ったのがきっかけです。

### — サッカーの楽しさ・魅力は？ —

点を取った時や、自分のプレーが得点につながった時に一番楽しいと思います。そして、サッカーの魅力はチームプレーであることです。サッカーはチーム競技であって個人競技ではないので、1対1で負けるような試合でも11対11だと助け合つて強いチームにも勝てたり、辛い時・しんどい時でも、周りには仲間がいて、支え合つたり、競争し合つたりできるところにあると思います。

### — 新しい環境（星稜高校）を選んだ理由 —

自分には到底ベンチにも入れないような高いレベルの高校に3年間身を置きたいと考えていました。理由は、自分の甘さに気づいたこと。1・2年時は先輩や後輩に負けないように必死に頑張っていましたが、3年生になりポジションも確立された環境で、1・2年生の時よりも成長できていないと感じました。そこで自分は“手を抜ける環境にいたら、手を抜いてしまう人間なんだ”と気づき、同じ頃、進路のことを考えていた時に星稜高校を知り、練習会に参加したところ、とてもレベルが高く、“3年間ここで自分を鼓舞して頑張って全国大会に出たい”と思い星稜高校に入りたいと考えました。

### — これから目標・将来の夢 —

将来の夢はもちろんプロになること。そのため、星稲高校で自分の長所のスピードやドリブルを伸ばして、全国に行つても目立てる、スカウトの目に留まる選手になることが今の目標です。

最後は、3年間サッカーを指導してくれた監督、自分の挑戦を応援してくれた両親に感謝の気持ちを忘れず、悔いの残らない高校生活を過ごしたいと話してくれました。

Challenge  
挑戦者

### Profile

## 後藤利樹

学校/赤湯中学校  
所属/アビーカ米沢FC  
ポジション/FWとSH  
サッカー歴/8年  
座右の銘/なんとかなる

好きなサッカー選手/マルセロ・ヴィエイラ  
尊敬している人/父、祖父  
趣味/散歩  
好きな食べ物/肉

●総合建材センター

MUTUMI KOGYO CO.,LTD.

株式会社 瞳興業

〒999-2232 山形県南陽市三間通24の4  
TEL 0238(43)3134・(43)2155 FAX 0238(40)3876

人のやさしさ、確かな技術



社会医療法人  
**公徳会**

公徳会グループは、地域に根ざした健康と医療のトータルケアを目指します。

スポーツ用品全般・体育器具・施設



**マルゼンスポーツ**

●宮内店 南陽高校通り TEL 47-2362  
●赤湯店 赤湯中学校前 TEL 43-3477

東京海上  
TOKIO MARINE  
NICHIDO  
日動火災

有限  
会社

**本田保険事務所**

代表取締役社長 本田 義則

〒999-2262 山形県南陽市若狭郷屋508-9  
TEL 0238-50-0246(代表)  
FAX 0238-50-0247



Angel Group

Lasting Peace

Grace

Deep

エンジェルグループ<sup>®</sup> 代表 佐藤文昭

ラスティングピース グレース ディープ  
Lasting Peace Grace Deep  
ラスティングピース:南陽市赤湯720 ブレイタウン1F TEL (0238) 40-3947  
グレイス:南陽市赤湯472-3 明月館ビル2F TEL (0238) 43-4211  
ディープ:南陽市赤湯417-13 Sビル 2F TEL (0238) 49-8181



株式会社 **宮内印刷**

PRINT | WEB | DESIGN | DRONE | MOVIE

令和5年度は、企業・法人10社から多大なるご協力をいただきました。誠にありがとうございます。ご協力いただきました浄財は、スポーツ協会特別会計に計上させていただき、「市民一人1スポーツ」の推進、競技力・青少年スポーツ振興強化のため、各団体を通して支出させていただきました。

#### 生涯スポーツ振興事業費として配分した団体(13団体)

- 野球連盟・ソフトテニスクラブ・少林寺拳法協会・ソフトボール協会・クレー射撃協会・ダンススポーツ連盟・陸上競技協会・剣道連盟・空手道連盟・バスケットボール連盟・ゲートボール協会・ハングパラグライディング連盟・カローリング協会

#### 競技力・青少年スポーツの強化事業費として配分した団体(10団体)

- 野球連盟・サッカー連盟・バレーボール連盟・ソフトボール協会・クレー射撃協会・ゲートボール協会・トランポリン協会・陸上競技協会・空手道連盟・剣道連盟

今後とも、スポーツ協会の目的遂行に向け、加盟団体とともに努力して参りますので、ご協力よろしくお願い致します。

令和5年度  
賛助金・広告芳名者(10社)

(有)本田保険事務所／(株)睦興業／社会医療法人 公徳会／Osteria EST!／渡忠商店(株)  
マルゼンスポーツ／ラスティングピース(エンジェルグループ)／カレーやばんた／加藤組株  
(株)宮内印刷

- # スポーツを頑張る中・高校生、指導者の皆さんへ
- # スポーツ運動や体育を学んでみたいという皆さんへ
- # スポーツ指導に関わりたいという皆さんへ

## やる気を出す

南陽市民体育館 館長 堀江 昭浩  
JSPO 公認コーチ(陸上競技コーチ3)



## 館長コラム⑧

ミニ・スポーツ  
トレーニング理論

前回は試合本番での過緊張・あがりの状態(右図のA)への対処法の一つを取り上げてみました。では、Cはどうでしょう?中高生の皆さんでは試合本番のC状態は想定しません。それまでの練習の成果を試したくてうずうずするようなやる気に満ちて出番に向かうものとします。

しかし、普段の練習を考えてみるとあまり練習したくない、やる気でないな、ということは結構あるようにも思えます。

やる気が起きないときはやらない方がまし、無理にやる必要はない、という考えはもっともです。しかし、限られた時間で技を磨き、必要な体力を向上させるためには、多少の効果の目減りを覚悟してでも練習を重ねるべきであり、そうした努力する姿勢に価値があるという考え方もあります。やる気出ないなあ、練習嫌だなあ、などというときはどうしていますか? そう、もう少し気合を入れたい! というときです。

夜遅くまでの勉強やスマホで、やや寝不足気味の朝はまずは朝食。血液中の糖度が上がれば体温も上昇し元気が出ます。

いつものように練習着やユニフォームに着替えましょう。お父さん、お母さんが疲れていてもネクタイを締める、お化粧をする、仕事着に着替える、すると仕事モードに移るのと同じです。

軽く筋を緊張させます。軽い体操や数回の腕立、屈伸運動やスクワットで血流量が増します。荷物を持って駅まで、学校まで、練習や試合会場まで、胸を張って歩いていけば気持ちも明るく元気になります。

- ①体へエネルギーを取り込む
- ②体を動かし血流量を増す
- ③相応しい服装や格好を整える

それ以前に、そうした元気度が下がる状態にならないよう気をつけること(適した運動量と強度、体の手当、栄養補給、入浴などによるリラックスと十分な睡眠)が大切なことは言うまでもありません。加えて、今日の練習が終われば明日はのんびりできる、と少し先の解放される時を思ったり、3時間も長いな、をたった3時間の頑張りだ、と見方・考え方を変えてみたりすることも心を軽くしてくれます。学業、友人や家族関係、恋愛などが良好で、情緒的に安定感を保てていることも見逃せません。

何だ、そんなことか、と思われるかもしれません、上手になったり体を変えたりするには継続した一定の時間がかかりますので、この当たり前事が大切であり、欠かせないことになります。少し乗らないなあ、ちょっと嫌だなあという気持ちで練習場に向かっても、仲間と大きな声で挨拶を交わし、円陣を組んで「いくぞおおーっ!」の声でスイッチオンです。

やる気がでるのを待つ、よりもそこに向かう格好や行動をすることでやる気が出ることの方がが多いのです。勉強したくなるのを待つ、よりまずは机に向かうことが大切、と同じですね。

