

# 2020年もまかせろ! メダル量産への秘密基地!

## 2020年東京オリンピック・パラリンピックへ向けて ますます重要度を増す西が丘の「NTC」と十条台の 「東京都障害者総合スポーツセンター」

なにやら大げさなタイトルですが、北区内にはご存じのように味の素ナショナルトレーニングセンターと東京都障害者総合スポーツセンターがあります。2020年の東京オリンピック・パラリンピックに向けてますます重要度を増すこの2つの施設を探訪しました。

### 「ここで練習してロンドン・オリンピックに出場した種目は、すべてメダルを持ち帰りましたよ!」

日本オリンピック委員会(JOC) ナショナルトレーニングセンター(NTC) 事業部の工藤誠司さんは誇らしげにインタビューに応えました。

#### ~この施設の強みは何でしょう~

ひとつの建物に複数の種目が入り、それぞれの専任コーチが常駐しています。極論すれば強化選手は365日、24時間練習できる環境です。コーチ間での情報交換も熱心に行われて、たとえばある種目に、それまで経験のない別種目のトレーニング方法が取り入れられて体力や筋力がUPするなどの相乗効果も生まれています。もちろん選手達同士も他種目の選手と付き合うことで、個々の視野が広がります。

#### ~国立スポーツ科学センター(JISS)が併設されていますが~

そこがポイントです。練習結果や作戦のデータがすぐに科学的に分析され、またそれが次の練習に生かされるなど常に同時進行です。単体の施設が隣合わせにあり、体力・技術力の向上を常時意識できます。1964年の東京オリンピックの時にこのような施設が必要だと言う議論がありました。50年近く経ってようやく構想が実現しました。最近のオリンピックでメダルが遠かった種目もロンドンではメダルを獲得しています。NTCとJISSの連携がメダル量産への結論です。

とにかく素晴らしい施設です。毎年体育の日にスポーツ祭が行われオリンピックとのふれあひがあります。その日に施設も開放されて見学できるチャンスがありますので、皆さんも是非今年の体育の日を楽しみにして下さい。



ナショナルトレーニングセンター(NTC)と国立スポーツ科学センター(JISS)が隣接します。NTCは地上3階地下1階建てですが、普通の建物に比べると12階から13階建ての高さです。



↑陸上競技場は6レーンの屋根付きトラックです。周囲も囲われており風や雨に影響されない練習ができます。



風洞実験棟の内部(JISS提供)。理想の競技姿勢や用具・ウェアの開発が実験データから生まれます。



↑3階にある体操練習場とバレーボールのコート。天井まで13.5mの高さがある大空間です。体操の器具は国際大会ごとの使用器具が準備されます。バレーボールは上部に8台のカメラが設置されていて、サインプレーの確認など何度も反復練習ができます。



↑1階の柔道場は1004.5畳で世界一の広さです。練習場なので床にスプリングが入っていて歩くだけで揺れます。講道館は4面ですがここには6面の試合場があります。汗の臭いを吸い込み良い香りが場内に流れます。

## ◎第二の国枝慎吾選手、佐藤真海選手を目指そう!

東京都障害者総合スポーツセンター

### スポーツ支援室 主任 佐々木ゆみさんに聞く

~この施設の事を教えて下さい~

障害者専用の総合スポーツ施設です。障害者のためのスポーツ施設は今、全国で24ヶ所です。東京はここと多摩の2ヶ所、大阪に2ヶ所、他は健常の方との交流センターという形で20ヶ所あるだけです。ここはリハビリを兼ねてスポーツに動かし多くの方々やメダルを目指すパラリンピアンの方など幅広い層の方が利用されています。陸上、テニスコート、体育館、プールなどの他、宿泊施設も併設されています。28年前の施設ですので残念ながら規格などが古く、国際大会に出場する選手が練習する際の基準には合致していません。運動レベルに応じて各段階別に利用がスムーズに行える設備や管理もこれからは必要だと思います。6年後のパラリンピックを契機に是非拡充して欲しいと思います。

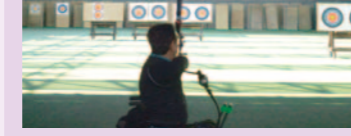
#### ~パラリンピック東京開催が決まって何が変わりましたか~

2020年にはどんな形にせよ私は関わっていると思いますが、そこへ向けて今ジュニアが懸命に頑張っています。第2の国枝慎吾選手、佐藤真海選手になりたいという、その時がまさにストライクゾーンになる15才から16才がいます。彼ら彼女らを育成するのが楽しみです。車いすに乗っている子ども達は、将来の事を聞いてもあまり大きな事は言いませんでしたが今は違います。「俺パラリンピックに出る」「私!金メダルを取る」とか、まだ全然下手ですが公言するようになりました。夢を描くようになった事が何よりも嬉しいです。障害のある子供たちの夢の実現へ向けてお手伝いや努力をして行きたいと思います。

※国枝慎吾(車いすプロテニスプレーヤー、世界ランキング1位、パラリンピック金メダル3個)※佐藤真海(走り幅跳び選手、世界選手権銅メダル、2020年東京招致プレゼンター)



車いすテニス指導中の佐々木ゆみコーチ



↑ウレタン表層仕上げの硬式テニスコートが2面設けられています。  
←8台の数があるアーチェリー場。多目的でテニスやフットサルにも利用されます。

#### ◎2020年へ向けて!

##### ~私たちはどんなお手伝いをすればよろしいですか~

本人が「泳げます」と言っても、障害を持つ子をひと括りにして「プールに入っちゃダメ」、これがストレスになります。身体と心の状況は皆異なります。指導者は理解して欲しいところですし、障害者スポーツを理解しようとする指導者ももっと増えて欲しいと思います。障害者がスポーツするというのはどんな事なのか?国枝慎吾選手、佐藤真海選手のどこが凄いのか?とまず興味を持って下さるだけでも良いのです。私は各区へ出かけて、「コートをごうすれば車いすテニスを受け入れられますよ」と働きかけています。2020年が決まってから関係者の熱意がどんどん変わってきています。2~3年後には北区内のいろいろな施設で障害者の方がスポーツをする姿が増えていくと思います。他の区にも広がりを持たせたいし、そのためにこの施設が本拠地になって行きたいと思います。



# Sport de KITA

スポーツ・デ・キタ

## スポーツするなら北区が一番!今がチャンス! さあスポーツを始めませんか!

### ~2020年、東京オリンピック・パラリンピック開催が決定~

開催決定を受けてこれからの競技場新設や拡充、選手の育成や強化にとって6年後はあっという間にやってきます。しかし、皆さん自身が東京オリンピック・パラリンピックまでを目標にゆつくりと身体を動かし始めれば、この6年間でかなりの運動量を続けられることとなります。さあきっかけができました。トップアスリート達のこれからの研鑽を応援し、無理をせずに、彼らや彼女らに少しでも近づく意味を込めて身体を動かして見ませんか。健康維持の為に今がチャンスです。とにかくスポーツを始めましょう。皆さんをサポートする北区スポーツ推進委員の活動をご紹介します。



KITA-CUP 2013で北区長賞に輝いた  
Taki2ルーボンキJr. Aチーム

左から鈴木菜波さん(5年)、仲摩駿佑君(5年)、福本典矢君(3年)、橋本優華さん(5年)  
いずれも滝野川第二小学校 大会当日の学年



北区スポーツ推進委員協議会  
会長 亀滝 廣之

## 北区へ集まれオリンピック・パラリンピアン

2013年9月8日 IOCロゲ会長の「トキオ」の発表と共に、私たちスポーツ推進委員の新たな取り組みがスタートしました。ご承知のとおり、北区にはトップアスリートが集うナショナルトレーニングセンターを構え多数のオリンピック・パラリンピアンを送り出しています。北区のスポーツ行政としても東京オリンピック・パラリンピック開催決定を契機として、区民の皆さんにスポーツをより身近なものとし、スポーツ観戦や応援も含めて誰もが気軽にスポーツを楽しめるよう、東京オリンピック・パラリンピックの専管組織を新設しました。スポーツ推進委員は豊かな町づくりをめざし、子どもからシニア世代までを対象とした様々な活動を通してスポーツライフのお手伝いをさせていただきます。これからも皆さんのご理解ご協力をよろしくお願いいたします。北区民からオリンピック・パラリンピアンが誕生することを夢見て。

私たちの活動はホームページでご紹介しております。

北区スポーツ推進委員協議会  
URL <http://sports-kita.com>

北区スポーツ推進 検索

北区にある二つの施設、味の素ナショナルトレーニングセンターと東京都障害者総合スポーツセンターは「2020年東京オリンピック・パラリンピック」に重要な役割をはたします。特集でごらんいただきます。

くわしくは裏表紙をご覧ください。

# 委員会報告 スポーツライフをサポートする4つの委員会

## キンボールスポーツ委員会 根本正彦委員長



①11月17日のKITA-CUPでは、9つの区3つの市から計55チームが参加し、滝野川体育館で熱戦が繰り広げられました。  
②表彰式には花川北区长も駆けつけました。荒川河岸不発弾処理の後だったため防災服姿のままです。

## 健康ハイキング委員会 井上一真委員長



③6月9日の三浦半島健康ウォーキング、城ヶ島海岸線の岩場を巡りました。三崎漁港でのお土産ツアーも好評でした。  
④11月23日の鋸山登山、日本寺の中にある31mの大仏さまをバックに全員で記念写真です。この日も快晴に恵まれました。

私を含めてこの2年間で推進委員は成長したと思います。参加者がいかに不安なく安全に楽しめるかが使命だと考えてツアーを実施しました。三浦半島ウォーキングの企画では、ポスターや北ケーブルテレビなども使って区民にアピールしたところ、当初の1台からバス2台に増員するうれしい結果となりました。11月の鋸山では参加者の色々な要望に現場で適切に対処して行き、参加者全員が怪我も無く無事に終わったことが最高に良かったと思います。今後もさらに委員一人一人が成長することが求められます。密に話し合い、情報を共有し、委員全員が同じ目配りおもてなしが出来る判断力を増やすことが必要だと考えます。

## 生涯スポーツ委員会 坪山俊士委員長

一人でも多くの区民の皆さんに、生涯スポーツの楽しさを紹介して実施し、健康で明るく心豊かな生活を過ごして頂くのが、スポーツ推進委員の使命です。まず紹介する生涯スポーツを選ぶため、ノルディックウォーキングとスポーツ吹矢の体験会を行ない、平成25年度はスポーツ吹矢を普及させることになりました。ふれあい館を使って6日間の教室を4回開き、沢山の方に参加して頂きました。参加の皆さんが教室終了後、サークルを作り独自で練習を始めています。次には新たにバタンクを区内に普及する予定です。今秋にはキタカップ・吹矢大会を開き、平成27年にはキタカップ・バタンク大会も開く予定です。これからも区民の70%の方に生涯スポーツを楽しんで頂く目標で、沢山のスポーツを紹介して行きます。



⑤7月28日岩淵水門でのノルディックウォーキング体験会  
⑥スポーツ吹矢教室。基本の呼吸法から学びます。

## 総合型地域スポーツクラブ委員会 大竹秀樹委員長

総合型地域スポーツクラブは、平成15年12月に北区教育委員会が策定した「地域が創る豊かなスポーツライフビジョン」の中で基本的な取り組みと位置付けられています。北区では2つの総合型クラブがNPO法人として活動してきましたが、その1つである北園クラブが昨年7月末に解散するなどの状況を踏まえ、これまでの総合型クラブの運営方法を早急に見直す必要があるとして「総合型地域スポーツクラブあり方検討委員会」を設置しました。この「あり方委員会」の委員は、私たちスポーツ推進委員からの2名を含む、学識経験者や各関係団体の16名で構成されています。活動として、平成25年10月に第1回検討委員会を開催し、12月には足立区の総合型クラブ「千住ウエスト」を視察しました。今後も1回程度の委員会を開催し平成26年9月頃に最終報告の予定となっています。

## おつかれさま! 充実した二年間でした! ~学生時代にスポーツ推進委員を経験して~

今期(2012年4月~2014年3月)北区と東洋大学の包括協定が結ばれ教育委員会の推薦枠として、大学生4人にスポーツ推進委員の活動を委嘱しました。二年間を終えた感想です。

**高橋祐紀** 地域のイベントにたくさん参加させてくださいました。学生の間に社会で役割を持って活動できたことは貴重な経験です。楽しみながら二年間推進委員を務めることができました。



**石川淳平** 推進委員として活動してきたこの2年間、すべてが新鮮でした。年齢、職業も様々な方達との企画運営などをしていく経験は、学生では滅多に経験できることではありません。自分自身をひと回りもふた回りも成長させることができました。北区スポーツ推進委員で働けたことは私の誇りです。



**篠塚彩有美** 将来の事など、親にもなかなか話しにくい事も相談できる頼もしい先輩達の存在は、私の得た一番の価値ある物です。私たちは、子供達にとっては一緒に遊んでくれるお兄さんお姉さん的な存在、お年寄りの方に向けては若い元気なパワーを発信する事ができる年齢です。子供からお年寄りの方まで一緒にスポーツを楽しむきっかけになり、世代間のかけ橋になる事が私たちの大きな役割ではないかと感じました。



**高田裕貴** 推進委員として、スポーツ活動を広めることの難しさを改めて感じました。またイベントを通して運営の難しさや事前の準備の大切さも感じました。何よりも活動を通してたくさんの人との出会いがあり、スポーツの楽しさを改めて実感するよい経験となりました。



## あなたの街のスポーツ推進委員

スポーツ推進委員は全体での活動の他に、各地区長のリーダーシップの下、地元に着実にスポーツ推進活動も数多く行っています。2年間を振り返って3人の地区長に登場してもらいましょう。

### 滝野川

羽田 茂地区長  
(推進委員14名)



活動の大きな柱として総合型地域スポーツクラブ設立の目標がありますが、滝野川地区では2回の検討会で「小さく生んで大きく育てる」という理念までは共有できたものの、そこで止まっておらず、今後課題を残しました。設立への一つのツールとしてのキンボールスポーツですが、毎週水曜日夜の田端中学校体育館を中心とした練習会が、他区の推進委員や北区内外の方々のご協力もあり定着しつつあると実感しています。また、地区内の生涯スポーツとの連携も今後の検討課題です。種々の地区会議は全員が揃うことはなかなか難しいのですが、東京オリンピックの開催も控え新しい動きも出てくると思いますので、今後も一致団結して明るく楽しく活動できればと思っています。

### 王子

佐藤 仁地区長  
(推進委員13名)



今期から「地区会」が確立され、今後共、各スポーツ推進委員が担当地区の方々の声をすくいあげることが重要になっていきます。この2年間、王子地区の声を我々スポーツ推進委員はすくいあげることができたでしょうか?いいえ、正直なところ王子地区のスポーツを盛り上げるという点では不十分であったと考えています。各委員からは区民の声に基づき「バドミントン教室をやるよ」など様々な提案が出されたのですが、結果的に実行に移すことはできませんでした。充電期間は終わりましたが、次期26年度は「有言実行」を合言葉に、区民の声を具現化するべく王子地区のスポーツ推進委員は邁進していきたいと考えています。

### 赤羽

府川幸弘地区長  
(推進委員22名)



赤羽地区としては地域のスポーツ行事である、北区桐ヶ丘地区マラソン大会のサポート(コース誘導・管理・整備)に従事させていただき、地域の小・中学生や成人のランナー、地域の自治会・青少年委員会の皆様と行事の成功と感動を共有しました。スポーツの良さは実際にやってみる事、見る事(応援する事)、それを語る事、そこに感動と感謝による達成感の高揚があると思います。赤羽地区は推進委員メンバーが他の地区より多くいます。今期はメンバー全員のパワーが全て発揮出来なかった面もあったかと思いますが、みなさんには推進委員全体に今まで以上に声掛けを頂き、一緒にスポーツを楽しみましょう。スポーツがあふれる北区、そしてその結果みなさんが健康で、人・まちが賑わったら良いですよね!

## 2013年度 活動報告ダイアリー

私たちスポーツ推進委員協議会では、主に次のような活動を行いました。

- |  |   |
|--|---|
| <p><b>4月</b> スポーツ推進委員研修会 フットサル&amp;施設見学 赤羽スポーツの森公園競技場(23日)</p> <p><b>5月</b> わんぱく相撲北区大会に応援スタッフとして参加 滝野川体育館(18日)</p> <p>スポーツ祭東京2013 デモスポ行事 障害者ゴルフに運営スタッフとして参加 赤羽ゴルフ倶楽部(29日)</p> <p><b>6月</b> 関東スポーツ推進委員研究大会 神奈川県民ホール(7・8日)</p> <p>健康ウォーキング 三浦半島・城ヶ島に80名参加で実施(9日)</p> <p>キンボールスポーツ指導者講習会を受講 築地社会教育館(30日)</p> <p><b>7月</b> ノルディックウォーキング体験会 荒川知水資料館周辺(28日)</p> <p><b>8月</b> 児童館ソフトボール大会に審判運営スタッフとして参加 北区中央公園(20日)</p> <p><b>9月</b> 第68回国民体育大会サッカー競技(少年男子)に運営協力 味の素フィールド西が丘(29~10/2)</p> <p><b>10月</b> 児童館卓球大会に審判として参加 桐ヶ丘体育館(1日)</p> <p>「体育の日」中央記念行事 「スポーツ祭り2013」にボランティアスタッフとして参加 味の素ナショナルトレーニングセンター(ほか)(14日)</p> <p><b>11月</b> 平成25年度実務研修に参加 墨田区曳舟文化センター(2日)</p> <p>東京都スポーツ推進委員広域地区別研修会(第2ブロック) 台東区民会館(9日)</p> <p>KITA-CUP 2013(第6回北区キンボールスポーツ交流大会)実施 滝野川体育館(17日)</p> <p>全国スポーツ推進委員研究協議会に参加 和歌山ビッグホール(21日・22日)</p> <p>健康山登り 千葉県・鋸山に40人参加で実施(23日)</p> | <p><b>12月</b> 障害者週間記念事業 ハートスポーツフェスタにボランティアスタッフとして参加 滝野川体育館(1日)</p> <p>第2回東京都生涯スポーツ担当者研修会に参加 都庁都議会議事堂「都民ホール」(7日)</p> <p>北区桐ヶ丘地区マラソン大会に運営協力(8日)</p> <p>東京都スポーツ推進委員協議会 女性委員会企画研修会に参加 新宿区立四谷中学校(14日)</p> <p>東京都障害者スポーツセミナー及び課題別研修会に参加 東京都多摩障害者スポーツセンター(21日)</p> <p><b>1月</b> 第12回新宿シティーハーフマラソン・区民健康マラソンにボランティア協力 国立競技場(26日)</p> <p><b>2月</b> 東京都地域スポーツ支援研修会 高輪区民センターに参加(1日)</p> <p>東京都初級障害者スポーツ指導員講習会受講 東京都障害者総合スポーツセンター(1・2・8・15日)</p> <p>トップアスリート交流スポーツ教室 味の素ナショナルトレーニングセンター(16・23・3/9・3/21)</p> <p>東京マラソン2014にボランティアスタッフとして参加(23日)</p> <p><b>3月</b> 北区スポーツ推進委員協議会総会 スポーツ推進委員離任式(27日)</p> |
|--|---|



10月14日体育の日、味の素フィールド西が丘にオリンピックも勢揃い、大勢の少年少女と1日を楽しみました。



## スポーツ祭東京2013 国体少年サッカー

9月29日~10月2日までの4日間、味の素フィールド西が丘で第68回国民体育大会サッカー競技(少年男子)の準決勝までの8試合が行われました。全国から予選を勝ち上がった強豪が西が丘で熱戦を繰り広げ、スポーツ推進委員が運営のお手伝いをしました。



## キンボールニュース

第7回あらかわ杯キンボールスポーツ大会で「ノースエンジェル」が初優勝の快挙

2月11日に荒川総合スポーツセンターで行われた第7回あらかわ杯で、北区の「ノースエンジェル」が強豪青梅市のチームや地元荒川区のチームを破り、悲願の初優勝を飾りました。オーバー50才のミドルエイジ部門、豊島区の米山スポーツ推進委員の応援を得て、亀滝会長以下、根本・二村の両副会長、紅一点、ママさんバレーで鍛えた矢野さんの活躍で、決勝は1点差の接戦をものにしての快挙です。来年はディフェンディングチャンピオンです!



オムニキン!