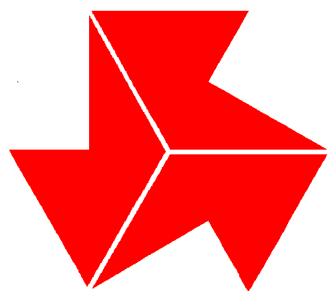


平成24年度
第6回石川県高等学校体育連盟研究大会

研究紀要



主催 石川県高等学校体育連盟

あいさつ

石川県高等学校体育連盟

副会長 中嶋 敏一

石川県高等学校体育連盟研究紀要第5号の発刊にあたり、ご尽力いただきました関係各位に深く感謝いたします。

さて、今年度は新潟県を中心開催県とし、『北信越かがやき総体』が盛大に開催されました。石川県では、バスケットボール競技が金沢市、カヌー競技が小松市、ヨット競技が七尾市、ウェイトリフティング競技が珠洲市で行われ、全国各地から予選を勝ち抜いた選手達が熱い戦いを繰り広げ、地元にも夢と感動を残しました。

また、全国研究大会は栃木県で開催され、課題研究、各分科会で優秀な研究発表が行われました。内容については、この研究紀要と同じ高体連のホームページに掲載しておりますので、今後の指導等に役立てていただければと思います。来年度の全国大会の課題研究においては、今年度開催された『北信越かがやき総体』を終えての反省や課題について、調査研究委員会で発表する予定になっております。ブロック開催になり2年が経ち、新たな課題などもでてきている中で、今後全国高校総体がさらに盛大に開催できるきっかけになればと思います。

県内では、平成24年11月に第6回石川県高等学校体育連盟研究大会を青少年研修センターで開催しました。各専門部、各高等学校のご協力により、約100名の参加をいただき、4専門部（剣道、弓道、アーチェリー、相撲）の発表が行われました。それぞれ内容の濃い発表で、他の専門部でも生かしていただければ幸いに思います。発表された専門部・先生方ありがとうございました。

最後に、昨今問題となっている体罰についても、調査研究委員会として何らかの取り組みを行い、体罰撲滅に努めていきたいと考えております。今後益々石川県高等学校体育連盟研究大会が活性化するよう、関係各位にさらなるお願いをし、あいさつにかえさせていただきます。

平成24年度 第6回石川県高等学校体育連盟研究大会開催要項

- 1 目的 石川県高等学校体育連盟に加盟する各高等学校の体育・スポーツ指導者の資質向上を図るため、日頃の研究成果を発表するとともに、当面する諸問題について情報を交換し、高等学校教育の一環としての体育・スポーツの振興・発展に資する。
- 2 主催 石川県高等学校体育連盟
- 3 日時 平成24年11月28日（水） 14：00～16：00
- 4 会場 石川県青少年総合研修センター
金沢市常盤町212-1 TEL 076-252-0666
- 5 参加対象 石川県高等学校体育連盟加盟校の体育・スポーツ指導者
- 6 研究主題 「高校スポーツから広がる可能性」
～あくなき部活動への探求心～
- 7 内容 研究発表

「和を以って制す」星稜高校剣道部・剣道石川国体少年女子
発表者 剣道専門部 星稜高等学校 鍋谷 正二 教諭

「国民体育大会に向けての取り組み」
～選手選考方法の見直しとメンタルトレーニングの導入～
発表者 弓道専門部 松任高等学校 中川 裕恵 教諭

「石川アーチェリーの普及・発展を目指して」
発表者 アーチェリー専門部 金沢向陽高等学校 山首 一恵 教諭

「相撲王国石川」の発展に向けて
発表者 相撲専門部 金沢高等学校 日吉 正 教諭

8 日程

13:30	14:00~	14:10~	15:40~	15:55~
受付	開 会 式	研 究 疑 問 発 表 答 表	指 導 助 言	閉 会 式

星稜高校剣道部・剣道石川国体少年女子「和を以って制す」

石川県高体連剣道専門部

星稜高等学校教諭

鍋谷正二

1. はじめに

平成 23 年度は、星稜高校女子剣道部として過去最高の成績を収めることができました。

インターハイ団体ベスト 8。国体 5 位入賞。他の競技の方からすると平凡な成績かもしれませんが、剣道競技にとっては、昭和 60 年石川インターハイ以来のベスト 8。平成 4 年山形国体以来の入賞であり剣道競技にとって悲願の得点獲得ができました。これまでも幾度となく全国での入賞を目指してきましたが、思うような結果を得ることができず、悔しい思いをしてきました。

しかし、今回このような結果を得ることができたことで、石川の剣道関係者に大きな希望を持ってもらうことができたと思います。

本日は、その強化方法とその基本的考え方について発表させていただきます。

2. 星稜高校剣道部・石川選抜の大会結果

星稜高校がコース制を導入し、P コース（部活動で全国を目指し学業との両立）として軌道に乗り始めたのが全国選抜大会で女子が予選を突破しベスト 16 になった平成 19 年度からです。

その後、県選抜チームへ数人が確実に入るようになり平成 20 年度から再び国体監督になり強化を進めました。しかし、北信越ブロックから 1 県という厳しい枠となり、平成 20 年度は次年度に国体を控える新潟県に惜敗し、2 位となり出場できませんでした。平成 21 年に高体連剣道専門委員長の任をいただいたのを機に、もう一度「全国で入賞する」を目標に掲げました。同時に、本校女子剣道部に澤田有・山本美珠稀・森田結衣の全国でも活躍できる選手がそろって入学してくれました。

結果として平成 21 年から平成 23 年の 3 年間、彼女達の努力でインターハイ・本国体・全国選抜大会と全てに出場することができました。

3 年計画を立て、その 3 年目の年に結果を出すことができたことは、県体協・県剣道連盟・県高体連剣道専門部・保護者の方々のご協力とご支援を戴いたからこそ成し得た結果と、感謝しております。

特にここ 4 年間で国体スタッフとして苦楽を共にして下さった、県立工業高校蓮本先生・金沢学院東高校西川先生の献身的な協力体制があればこそ、迷うことなく全国に挑戦できたと確信しています。

表 1 星稜高校女子剣道部・石川選抜の大会結果

	インターハイ	北信越国体	本国体	全国選抜大会
H19 年度	決勝にて津幡高校に負け	敗退		星稜ベスト 16
H20 年度	星稜：予選敗退（2 敗）	2 位：予選敗退		県大会決勝にて金沢高校に負け
H21 年度	星稜：予選敗退（1 勝 1 敗）	1 位通過	長崎に負け	星稜：予選敗退（1 勝 1 敗）
H22 年度	星稜：予選敗退（2 敗）	1 位通過	大阪に惜敗	星稜：震災により大会中止
H23 年度	星稜：予選通過（2 勝） ベスト 8（澤田優秀選手）	1 位通過	熊本に勝ち 神奈川に惜敗 5 位入賞	県大会準決にて羽咋高校に負け
H24 年度	決勝にて金沢高校に負け 個人 1 位・2 位で参加	敗退		

H23 年度山口国体 5 位入賞



3. 大会・遠征・合宿の回数・日数・試合数 平成 22 年度と平成 23 年度の比較

平成 22 年の星稜単独での述べ試合数は 299 試合・国体 30 試合・大会遠征合宿述べ日数 72 日でした。それでも結果が出ず、平成 23 年度は星稜単独で 369 試合・国体 40 試合・大会遠征合宿述べ日数 84 日と数字の上でも格段に多く実施し、内容も充実したものにすることができました。生徒は全国で勝つ喜びと、県外の生徒との交流で人としての器を大きくしてくれました。他県の先生からも声を掛けられるようになり、「認められた」という自信を持ったと思います。そして何よりも、チーム・スタッフの絆が深まりました。「和」から生まれた勝利でした。

表 2 大会・遠征・合宿の回数・日数・試合数

	述べ回数	述べ日数	述べ試合数
H22 年度	32 回	72 日	星稜 299 試合・国体 30 試合
H23 年度	39 回	84 日	星稜 369 試合・国体 40 試合

4. 計画的な強化を実施

(1) 組織を見直し強化体制を整える

平成 21 年度より高体連剣道専門委員長として最初に行ったことは、組織の見直しを行い、強化体制を整えることでした。各専門委員が責任を持ってその任に当たり、それぞれの調和から大会運営はもとより各部署における目標が達成できるように、一人一役（実際には兼務）を確認しました。

(2) スタッフのチームワーク強化

強化の面からは合同練習・試合・合宿を冬場でも実施し、スタッフ・選手の関係作りを大切に「全てに同調する事はできないが、寄り添うことはできる」の考えをもとに、絆を深め、強化に必要な同じ方向へ向かう意識を確認し合った。

(3) 県体協の「チーム石川」に乗っかる

他の競技では当たり前のようだがチームポロシャツを作成し所属意識を高めた。県体協の「チーム石川」乗っかり作成したことで国体選手になった自覚が芽生え意識も向上していった。

(4) 全国での位置付けを確認

全国での位置付けを確認するため、県外遠征を実施（全国区のチームへの挑戦）同じ学校に、勝つまで挑んだ。

「京都日吉ヶ丘高校：国体 3 位選手在学」「福岡中村学園女子：選抜、インターハイ優勝経験校」

(5) メンタル面の強化・共通目標の確認を常に

部日誌・目標設定用紙のチェック。忙しいと見落としがちになるがコツコツと実施。

大学生に挑む（大阪体育大学への合宿参加・寒稽古参加）逃げない心。

5. 結果の裏にあったこと

ここ数年、国体選手になり活躍してくれた生徒に共通しているのは、明るく、前向きで決して諦めない信念を持った生徒ばかりであったこと。何よりも仲間を大切に、対戦した相手をも仲間にしてしまう魅力を持った生徒達であることです。特に先の3名はその魅力が年々増していきました。中学で全国制覇した新潟県燕中学校の女子生徒（中学時代対戦してきた）が交通事故で亡くなったとき、保護者をお願いし通夜に参列した生徒がいたこと。森田の母が病気で新人大会前日に他界された時も、親の思いをくんで戦い見事に団体・個人と優勝したこと。また、それを支えたチームメイトの絆の素晴らしさに感動しました。また、私が体調を崩し入院することになった時も、先生の為にも頑張ろうと、話し合っていたと、北信越新人で初優勝した後に、保護者の方から聞きました。ありがたいの思いと、成長してくれた生徒に感動しました。日ごろから保護者の方々の温かい応援とご支援。剣道専門部の方々のバックアップ。国体スタッフの絆。県剣道連盟・県体協の方々からの応援など、「強い思い」と「和」から生まれた勝利だと思っています。

6. まとめ

「和を以って制す」いろいろな角度から「和」を考えてきました。関係して下さった全ての方々、感動を与えてくれた生徒達に感謝し、もっと素晴らしい石川の剣士を育成していくことをこれからも楽しみたいと考えています。

（1）次は自分たちが！の目標

剣道への強い関心を持ってもらう為の方法を考え、次回の全国を狙うチャンスを築きたい。

（やる気を育てる）強い思いは力となる

捨て身になった時こそ勝機はある。死す、と思うとき、生きる道あり。必死すなわち、生きるなり。

「映画武士の一分」より

（2）チーム作り

剣の強さ（心と体）を身につけるために一生懸命努力する、チームを作りたい。

人に寄り添い（やる気に寄り添う）人が楽しいと思えることを考えたい。

【国民体育大会に向けての取り組み】
～選手選考方法の見直しとメンタルトレーニングの導入～

弓道専門部
松任高等学校 中川 裕恵

1. はじめに

弓道専門部では、近年、インターハイや国民体育大会で石川県の成績が振るわず、競技力の低下が課題となっている。どのようにしたら石川県全体の競技力が向上し、全国大会で通用するレベルに引き上げられるか、常に検討課題となっているが、これまでも解決までには至っていない。そこで、まずは昨年度より、国民体育大会に向けて選手選考方法の見直しを行った。また、昨今、メンタルトレーニングはどの競技においても注目されている分野であるが、「弓道はメンタルのスポーツ」と言われるにもかかわらず、弓道競技者の中でメンタルトレーニングを学んだり実践したりする人は少ない。これは、多くのスポーツの中で出遅れているといっても過言ではない。そこで、今年度は、加えてメンタルトレーニングの導入を試み、競技力向上の取り組みを行った。

2. 弓道競技について

弓道競技には、近的競技と遠的競技の二種目がある。

(1) 近的競技

近的競技とは、直径 36cm の的を 28m 離れた距離から射込み、的中数を競うもので、通常、高校生の県大会やインターハイ、選抜大会などはこの近的競技のみ行われる。団体戦、個人戦があり、団体戦は 3 人～5 人で構成され、合計的中数を競う。個人戦は、的中数を競う形式や、的中できなかった選手から退場し、最後まで的中し続けた選手を勝者とする形式のものがある。



(2) 遠的競技

遠的競技とは、直径 1m の的を 60m 離れた距離から射込み、的中数を競うものや、色的を使用し、合計点数を競うものがある。国民体育大会では点数制の形式で行われ、石川県の高校生の場合、遠的の試合はこの国民体育大会のみとなる。

3. 国民体育大会における近年の成績について

過去 5 年間の国民体育大会の成績については次のとおりである（表 1）。近年は、北信越国体の成績も思わしくなく、国民体育大会に出場できない年が続いている。また出場できたとしても、上位入賞は厳しい現状がある。この状況を打破することが当面の課題である。

表 1

		北信越国体	国民体育大会	
			近的	遠的
平成 19 年度	少年男子	通過ならず		
	少年女子	通過	6 位	予選敗退
平成 20 年度	少年男子	通過ならず		
	少年女子	通過ならず		
平成 21 年度	少年男子	通過ならず		
	少年女子	通過ならず		
平成 22 年度	少年男子	通過ならず		
	少年女子	通過ならず		
平成 23 年度	少年男子	通過	予選敗退	7 位
	少年女子	通過	予選敗退	8 位

4. 選手選考方法の見直し

(1) 以前の選手選考方法

H3 年の石川国体以降、国民体育大会に向けての選手選考は、毎年 7 月 23 日に 1 回のみの選考会を行って決定していた。男女各 3 名ずつ。選考会に参加できる候補選手は、4 月末に行われる春季大会の結果と県総体の結果（的中数）を総括して、選抜される。また、監督推薦により、各学校からふさわしいと思われる選手を男女各 1 名ずつ追加することもできる。

この選考方法だと、2 回の大会の結果がよい選手（4 月末～6 月初旬の 1 ヶ月間に調子のよい選手）にはほぼ限られてしまう。また、的中数のみで選考していたため、困難な射癖のある選手が選考される可能性もある。さらに遠的については、練習期間も短い上に、7 月 23 日の選考会 1 回きりの的中のみが選考材料となるため、信頼性を欠く。

(2) 新しい選手選考方法

国体に向けての意識を早くから持ち、モチベーションを上げるため、数か月前から数回の選考会を重ね、選手を選抜する。

① 平成 23 年度の取り組み

ア. 新人大会終了後、国体候補選手のエントリー受付

イ. 11 月 20 日（土） 強化練習（近的のみ、29 名参加）

ウ. 3 月 6 日（日） 強化練習（近的のみ、23 名参加）

エ. 3 月 26 日（土） 第 1 回選手選考会（近的、30 名参加）、強化練習（遠的、30 名参加）
男子 12 名、女子 11 名を選抜

オ. 5 月 1 日（日） 強化練習（近的及び遠的、19 名参加）

カ. 6 月 12 日（日） 第 2 回選手選考会（近的及び遠的、19 名参加） 男女各 6 名を選抜

キ. 7 月 10 日（日） 強化練習（近的及び遠的、12 名参加）

ク. 7 月 18 日（月） 第 3 回選手選考会（近的及び遠的、12 名参加）

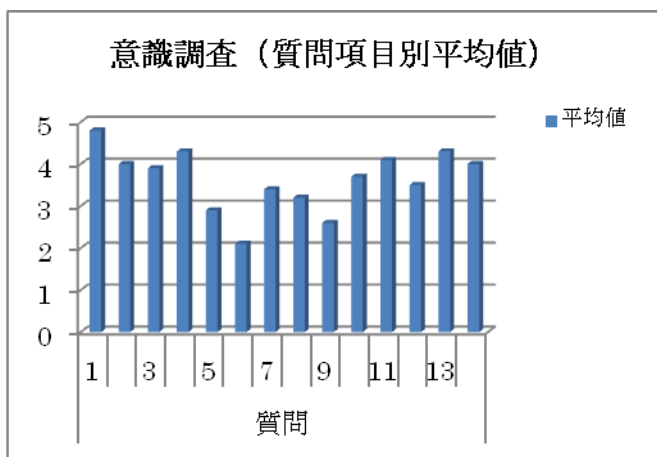
男女各 3 名を選抜し、国体選手（県代表）を決定

⑫ 自分は我慢強いと思う。	5	4	3	2	1
⑬ 国体で入賞を目指している。	5	4	3	2	1
⑭ 試合には自信を持って出場している。	5	4	3	2	1

出場した大会名を記入してください。(大会名、出場した学年、成績)

この選考会に臨むにあたって、自分が考えていることや気持ちを書いてください。

グラフ 1



グラフ 2

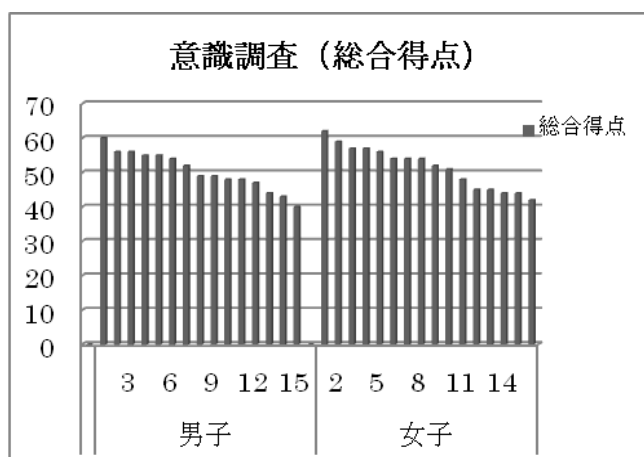


表 2

	男1	男2	男3	男4	男5	男6	男7	男8	男9	男10	男11	男12	男13	男14	男15
総合得点	60	56	56	55	55	54	52	49	49	48	48	47	44	43	40

平均 50.4

表 3

	女1	女2	女3	女4	女5	女6	女7	女8	女9	女10	女11	女12	女13	女14	女15	女16
総合得点	62	59	57	57	56	54	54	54	52	51	48	45	45	44	44	42

平均 51.5

(2) 実際の活動

県代表選手 3 名ずつが決定した後、北信越国体までの期間に講習会を計 3 回行い、合わせて毎回の強化練習において、実際のトレーニングを行うようにした。内容は以下の通りである。

① 自己認識&目標設定

長期目標、中期目標、短期目標をそれぞれ立て、期間を決めて評価を行った。また、1 日の最初に本日の目標を立て、練習の最後には振り返りを行い、用紙に記入した。



② 集中力トレーニング

ア. グリッドエクササイズ

1～99までの数字がランダムに書かれている用紙を用意し、30秒で多くの数字を見つけるトレーニング。

イ. 視線のコントロール

注視するポイントを見つけ、必ず同じタイミングで同じところを見るようにし、心を落ち着ける。

ウ. ルーティーン

いつもと同じ儀式をすることで、自然と集中のスイッチが入るようにする。

③ リラクゼーション

腹式呼吸法や筋弛緩法を行い、射位に入る。特に、試合形式の練習では必ず行うようにした。

④ ポジティブシンキング

ポジティブな言葉、行動、考え方を心がけた。

⑤ イメージトレーニング

練習の最初と最後には静かに黙想し、自分の理想のパフォーマンスをイメージするようにした。

6. まとめ（成果と課題）

(1) 意識調査

北信越国体の直前に、資料1とほぼ同じアンケートを取り、比較した（表4、表5）。

その結果、全員合計点が上がっており、選手としての意識が向上していると分析できた。特に3月の意識調査の際に得点の低かった「⑤自分は積極的な方だ。」、「⑨緊張してもいつも通りの弓が引ける。」の質問については、個人差はあるが全体的には向上した。また、それ以外にも、「⑧どんな時でも自分のペースで行動する。」や「⑭試合には自信を持って出場している。」などの項目の得点が上がっているところも注目したいところである。さらに、メンタルトレーニングを行って初めての個人の感想を聞いたところ、「ポジティブに考えられるようになった。」、「以前までは、できないことはすぐあきらめていたが、あきらめず挑戦しようという気持ちになれた。」、「大会でも緊張しなくなった。」、「落ち着いてプレーできるようになった。」、「不安になりやすかったのが良くなり、自信を持てるようになった。」、「もっと早くからやりたかった。」などの意見を聞くことができ、大きな効果があったといえる。

表4

		3月27日													
質問		1	2	3	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	合計
男子	選手4	5	5	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	44
	選手5	3	4	3	4	3	4	2	2	4	3	4	4	3	43
	選手6	5	5	4	4	1	4	5	2	3	4	3	5	5	50
女子	選手20	4	3	4	2	2	5	3	3	3	4	3	3	3	42
	選手25	5	5	3	5	2	5	3	4	5	5	5	5	5	57
	選手31	5	4	2	3	2	3	3	2	4	4	2	5	4	43

表 5

		北信越国体直前													
質問		1	2	3	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	合計
男子	選手4	5	5	4	2	1	3	3	3	3	4	2	5	5	45
	選手5	4	4	5	4	4	4	3	3	2	4	3	5	3	48
	選手6	5	5	5	5	4	4	5	4	3	4	2	5	5	56
女子	選手20	5	5	4	4	1	5	4	3	4	5	3	5	5	53
	選手25	5	5	4	5	1	5	4	4	5	5	5	5	5	58
	選手31	5	5	2	3	1	2	4	3	4	4	3	5	4	45

(2) 本年度の北信越国体の結果および今後の課題

本年度の北信越国体は、残念ながら、男子 5 位、女子 5 位となり、本国体に進出することができなかった。国体選手選考方法を変更した昨年度は、北信越国体も通過し、本国体でも入賞することができたのだが、本年度は昨年度のようにはいかなかった。早い時期から国体を見据えて強化練習を行うことで、モチベーションを早くから上げることができ、メンタルトレーニングについても、選手個人にとっては有効であったのだが、よい結果に結びつけることができなかった。その理由として、強化し始めた 3 月の時点での競技力が全体的に例年よりも低く、技術の向上に時間がかかったこと、学校行事や対外試合（春季大会や県総体）などの関係により、なかなか合同練習の機会を持てなかったことなどが上げられる。また、弓道は、殆どの選手が高校生になってから始めているため、高校 2 年生ではまだまだ未熟な選手が多いのだが、進学校の 3 年生の多くは国体まで見据えていない場合が多い。そのため、選手層が薄くなる傾向もある。

今回の試みは、今後継続していくと効果的であると考えられるが、石川県全体の競技力向上にはまだまだ課題が残る。今後は、強化を始める時期や回数の検討、さらによりよい内容の検討等の必要性があると思われる。また、国体選手に限らずに強化していくことも視野に入れて、県全体のレベルアップを図っていくことも検討していきたい。

1. はじめに

「弓と矢」を使用した狩猟は世界中に存在するが、「アーチェリー」の起源はヨーロッパ、地中海沿岸が発祥地と言われている。競技スポーツとしてイギリスで確立した後、近代スポーツ（オリンピック競技）として弓具面でも技術面でも飛躍的に発達させたのはアメリカである。現在ではヨーロッパ、アメリカはもちろん、日本や韓国をはじめとしたアジア諸国、その他多くの国でもアーチェリーが親しまれている。

アーチェリーがアメリカから日本に入ってきたのは昭和 14 年のことである。昭和 22 年には日本洋弓会が創立され本格的に普及活動が開始された。様々な諸問題を乗り越え、昭和 41 年に全日本アーチェリー連盟が発足した。組織づくり、選手強化が進められるなかアーチェリーブームが起これ、アーチェリー場が作られるなど全国的な広がりを見せた。石川県でも昭和 45 年、同好会が誕生、昭和 47 年には県協会が設立した。そして、競技普及のため講習会やPR活動を行い、徐々に愛好家が増え 10 年後には待望の県営のアーチェリー場（湖南運動公園アーチェリー場）も完成している。

しかしながら、未だマイナー競技の域を脱していない。石川県のみならず、全国的にも今なお普及・発展は大きな課題のひとつとなっている。県高体連加盟から 23 年、アーチェリーの普及・発展を目指しての取り組みを紹介したい。

2. アーチェリーとは

森や山につくられたコースに設置された的を射っていくフィールド競技、平坦なグラウンドに的を設置し決められた距離で射っていくターゲット競技がある。ターゲット競技には、屋外で行うアウトドア競技と冬場室内で行うインドア競技がある。

(1) 競技方法について（アウトドア競技）

F I T Aラウンド 【男子】(90m・70m・50m・30m)、【女子】(70m・60m・50m・30m)

長距離 (90/70、70/60) は各距離 6 射×6 エンド、制限時間各 4 分)

短距離 (50、30) は各距離 3 射×12 エンド、制限時間各 2 分) 144 射の合計点数を競う。

70mラウンド

ランキングラウンド 36 射 (6 射×6 エンド) を 2 ラウンド 72 射の合計点

決勝トーナメント ポイント制 6 ポイント先取 (3 射合計で勝敗 勝者に 2 ポイント)

使用する標的は、

長距離 (90・70・60) は、直径 122 cmの的を使用する。中心の 10 点は 12,2 cm。

短距離 (50・30) は直径 80 cmの的を使用する。中心の 10 点は 8 cm。

(2) 魅力

①高い的中率 70mの日本記録 男子 344 点 (満点は 360 点)

②矢を放つ爽快感

③生涯スポーツ 自分の体力に合わせて弓具 (弓の強さ) を選ぶことで、子供やお年寄りの方でも気楽に楽しむことが出来る。

(3) 上達するためには

①基本射型の習得

②同じ姿勢・同じ動作を繰り返すことができる体力

③メンタルスキル

④弓具の調整

3. 石川県高体連専門部のこれまで

(1) 平成元年に県高体連加盟

アーチェリー部がある高校はなかったが、石川国体開催に向けて県内唯一のアーチェリー場（公認）に近い金沢向陽高校（昭和 61 年）と開催地柳田村（現：能登町）にある柳田農業高校（昭和 62 年）の 2 校に創部された。その後に県立工業高校（平成元年～3 年）の登録があり、平成元年より県高体連に加盟することができた。その後、平成 3 年には金沢桜丘高校にも創部（～11 年）されている。

(2) 石川県高体連アーチェリー専門部の選手登録数と競技成績

	男子	女子	合計	加盟校数	競技成績（全国大会入賞）
元年	22	15	37	3	
2年	24	21	45	3	全国高校選手権 男子団体 7位 金沢向陽 福岡国体 少年男子 6位
3年	15	14	29	3	全国高校選手権 女子団体 5位 柳田農業 女子個人 4位 柳田農業 石川国体 少年男子 5位 少年女子 3位
4年	24	16	40	3	全日本選手権 女子 5位 金沢向陽 山形国体 少年男子 6位 少年女子 8位
5年	30	18	48	3	インターハイ 女子団体準優勝 柳田農業 世界ジュニア選手権大会出場男子 金沢桜丘 香川国体 少年男子 8位
6年	25	14	39	3	インターハイ 男子団体 6位 柳田農業 愛知国体 少年女子 7位
7年	37	14	51	3	全国高校選抜 男子 8位 女子 7位 共に柳田農業
8年	30	12	42	3	広島国体 少年女子 8位
9年	38	17	55	3	インターハイ 女子団体 8位 柳田農業
10年	34	15	49	3	
11年	24	13	37	3	
12年	15	16	31	2	インターハイ 女子個人 8位 金沢向陽 富山国体 少年男子 4位
13年	16	19	35	2	
14年	26	16	42	2	インターハイ 女子団体準優勝 金沢向陽 女子個人 4位 金沢向陽 全国高校選抜 女子個人 6位 能登青翔
15年	23	14	37	2	インターハイ 女子個人 4位 金沢向陽 全国高校選抜 女子個人 8位 能登青翔
16年	23	8	31	2	
17年	29	14	43	2	
18年	20	10	30	2	インターハイ 個人男子準優勝 能登青翔
19年	28	9	37	2	
20年	18	9	27	2	大分国体 少年男子出場
21年	21	7	28	3	新潟国体 少年男子出場
22年	22	5	27	3	千葉国体 少年男子出場

23年	20	8	28	2	
24年	31	8	39	2	

※2000年富山国体より、フルエントリーなし。予選1位のみ本国体へ

(3) 課題

指導者も加盟校も増えていない。今ある2校の灯を消さないことが重要課題である。

ちなみに、競技人口に関しては、全国的にも増加していない。平成元年度、全国高体連アーチェリー専門部への登録人数が100名を越える都道府県は、18であった。昨年の平成23年度では、変わらず100名を越えている都道府県は14で、新たに大きく加盟者を増やしたのは香川県(78→117)だけである。総数では、平成元年度が5,095名だったが、平成23年度には4,677名と減少している。

	H元	H23		H元	H23		H元	H23
東京	496	294	滋賀	275	122	鳥取	142	77
静岡	363	107	兵庫	254	231	山形	126	70
大阪	341	193	広島	254	161	青森	114	254
神奈川	326	284	愛知	222	178	山口	112	71
北海道	303	234	京都	197	179	群馬	111	151
千葉	282	160	埼玉	196	314	沖縄	105	22

アーチェリーが普及している地域は、初期のころ普及活動が盛んに行われた地域のようなものである。高校でも多くの学校で創部された。登録者数は減少しているが、加盟校数はほとんど減っていない。逆に国体開催により、強化されたところは国体後徐々に減少しているところが多い。

競技人口が増加しない要因としては、指導者不足以外に練習場・競技場が少ないことがあげられる。アーチェリー自体は比較的運動が苦手な人でも気軽にできるスポーツであるが、弓と矢を使用するため、安全にプレーできる環境が整っていないと気軽にできない。昭和のブームの頃も、各地で普及すれば事故が増えて問題となっていたようである。安全に競技できる場所の確保は容易ではないため、関係者の悩みどころである。また、道具に費用が掛かることも高校部活動としては難しいことの一つである。

(4) 部活動を活性化するために(心がけていること)

- ①モチベーション重視
- ②フォームづくりの重要性
- ③練習ノート(コンディショニングづくり)
- ④こころの指導

個々に合わせた指導を実施することで、生徒は意欲的に活動している。全国大会で上位入賞を果たす生徒だけでなく、部活動を通して大きく成長してくれることを願って指導している。

4. 普及に向けて世界・全国の動き

(1) やるスポーツから見せるスポーツへ

FITAではオリンピック種目として存続するために競技方法が見直された。幾つかの競技方法が提案され試行した結果、マッチ戦方式のオリンピックラウンドがバルセロナオリンピックから導入された。より身近で観戦できるだけでなく、リアルタイムで点数が分かるため、緊迫した対戦が見てとてもおもしろいと好評価を受けた。飛んでくる矢が刺さる瞬間を見せようと、標的の中心に小型カメラを内蔵していたのはとても画期的であった。日本でも上位大会でこの競技方式を積極的に取り入れている。高校生の大会では、インターハイでこの方式を導入し、非常に盛り上がる大会となっている。

(2) 全国高体連の取り組み

「高校生からオリンピック選手を育てよう」を合言葉に日本を強くするために、全国高校指導者講習会を開催、競技力を向上するために様々な研究や研修が行われた。なかでも強豪校の指導者が競技経験のない先生のために惜しみなく情報を提供し底辺の拡大を図った取り組みは、確実に今の日本のレベルアップに繋がっている。

(3) ゴールドプランによるジュニアの育成、一貫指導の成果

ジュニア教室を実施する地域が増え、中学校での部活動も増えてきた。連盟やスポンサーでも積極的にジュニアの大会を開催するようになり、中でも全日本小学生・中学生大会は今年で第7回目を迎え、年々記録が高くなってきている。

5. 本県の取り組みと課題

石川県では、高校だけでなく県協会の一般競技者自体もとても少なくなっている。競技人口、指導者が多い地域では、全ア連の普及・強化活動が進められていくなかでジュニア教室やアーチェリー部のある中学校が増加しており、全国大会において対抗できなくなってきた。指導者がいなくては競技者を増やせない。練習場がなければ競技者が増えない。長年の悩みであるし、なかなか解決できない壁である。しかし、悩んでいるだけでは何にもならないので、打開策として底辺の拡大を図ることが急務である考えた。人不足でそれすらも厳しい状況ではあるが、県ア協会と連携して数年前から競技人口を増やすことをテーマに選手の育成や練習環境の整備などを進めている。

主な内容

(1) ジュニア選手の育成

小松と金沢にて定期的に教室を実施。今年度は、能登町でも開催した。

今後は、他の地域での開催や教室後の活動できる環境の整備・確保が課題である。

(2) 経験者を呼びもどす取り組み

競技から離れていた経験者たちが参加できる競技会を毎年数回開催している。

この成果で、再開する経験者が増えた。

(3) 常設練習場の確保

大きな畳と台を設置しないと練習ができないため、個人競技なのに一人での練習が難しい面がある。その解消として、湖南運動公園アーチェリー場（ふれあい公社）とタイアップし、常設の練習場を整備することで、練習しやすい環境をつくる。(今年度始動)

6. まとめ

こうした様々な取り組みは、人の力なくしては成し得ない。普及を目指して人材を育てる。そのためにも部活動が生徒達にとって生き生きと活動できる場であるとともにアーチェリーをもっと好きになれる内容である必要がある。今後もこれまで同様、部活動を通して生徒達が成長できるよう指導力を高めていきたい。

1. 相撲とは

(1) 身体運動と相撲

相撲は、我が民族が創造し、愛し、そして発展させてきた国技である。人類が歩んできた歴史から、生きるための生活の基盤となったのは、主として遊牧生活や農耕、漁労生活を営むことと、その相互の交渉であったと言われる。それが平和のうちに行われたこともあったが、互いに争いながら生活を維持してきたことも多く見られる。相撲は、その平和と闘争の歴史の中に育てられ伝えられて盛んになってきた。それは、その時代に相撲としての身体運動が自然に、そして必然的に求められて、我が民族の中に深く溶け込んでいたからである。

原始人の生活は、厳しい生存競争の掟に支配されていた。強いものが生き、弱いものが犠牲になることは、日常普通のことのように取り扱われ、考えられていた。それには身体のもっている能力が直接生活を営み、生命を維持できる最も頼りになるもので、当時はその能力の優れていることが生きるための条件になっていた。闘争や狩猟などに役立つ身体が生きるための闘技として、また勝つための武技となって重要な役割を果たしていた。

このように身体運動は、生存手段として欠くことのできなかつた頃から現在に至るまで、その時代の要求を背景にして色々な目標をもって行われてきている。この身体運動を別の面から考えると、身体を動かすということは、その時代の社会とは関係なく生きるための自然の姿であるといえる。それは正常な身体の発育と発達を促進するのに身体運動が欠かせないものであるからである。

現代生活をみると、あまりにも我々の周囲は、身体運動から遠ざかるような要素が多い傾向にあるといえる。これは以前のように社会が要求した身体運動ではなく、反対に身体運動を必要としない便利な生活様式に変わったことがその原因である。そのため人間の運動性を軽視するようになり、健康を害して現代病といわれている運動不足病が多くなってきている。我々は、進んで環境に適応できる身体能力をもち、健康の増進に努めることが肝要である。

現代社会の要求は、心・技・体の調和した豊かな、逞しい人間をつくることである。そのためにはよく運動することを計画して日常生活に溶け込ませることが必要である。即ち運動を必要としない便利な現代こそ、身体運動を実施して体力を増し健康を増進する時代であるということで、それには相撲が、我が民族に溶け込んで発展してきたように身体運動を現代の生活に溶け込ませて、生活化することが望まれる。

(2) 相撲の歴史

我が国の相撲は「古事記」の神話伝承がその起源となっている。「出雲の国譲り」である。これは、天照大神は出雲国を支配していた大国主命に、出雲国を譲るよう使者を遣わした。大国主命の子の建御名方神（タケミナカタ）は、使者の建御雷神（タケミカヅチ）に対して、“力くらべ”によって事を決しようと申し出た。そこで二人の神は、出雲国伊那佐の小浜で相撲を取り、建御雷神が勝ったので、平和裏に国譲りが行われたということである。この神話は重要なことを決めるにあたり、相撲を取ることによって神の意志がどちらにあるかを知らうとしたこと、つまり相撲の起こりは神事にあり、神占いと深い関係があったことを物語っている。事実、その年の作物の豊凶を占う際などには、神前に相撲を奉納する風習が今日でも各地に伝わっている。

また「日本書紀」によれば、垂仁天皇7年7月7日に、野見宿禰（ノミヌメ）と当麻蹶速（タマケハヤ）との格闘を「宿禰が足を挙げて蹶速の肋骨を折り、その腰骨を踏み砕いた」としてその激闘をあらわしている。これは史実というより伝説的な話であるが、7月（旧暦）は稲の収穫を前にして農作業が一段落する時期であり、この伝説は実りの秋の豊作を祈って神に相撲を奉納することが、7月の神事として一般に行われていたことを反映したものと思われる。なおこの伝説から、勝者の野見宿禰は日本相撲の始祖として永く祀られるようになった。

(3) 相撲の変遷

① 節会相撲

奈良時代末期より、天候の温順と豊作を神仏に祈るために宮中で定期的にかかれたのが節会相撲（すも

う節)である。節会相撲は宮廷においての天覧相撲で恒例になったのが奈良期(聖武天皇・天平6年7月7日・734年)にはいつてからのことである。節会相撲は宮中が主催する相撲行事であるので、全国から選ばれた優秀な競技者が技量を競うのに、各地方の参加者を多く、そして広くもってその中から代表を選ぶので自然に相撲を盛んにしている。

競技方法も力くらべであった闘技から競技としての相撲に改められている。それが禁手の制定である。禁手は「突く」「蹴る」「殴る」の三技で、相撲の品位を高くするとともに危害予防にも役立ち、この頃から相撲らしくなってくる。節会相撲は、宮中を中心に相撲の底辺が全国に拡がり、競技に禁手を採用して競技方法を改め、しかも正々堂々と技を競うために裸体によって行われているということである。これが現在の相撲の基礎になって国民に深く根を下ろした意義のある時期といえる。

②武家相撲

鎌倉時代に入り、武士階級の出現によって相撲の中心は武家に移るようになった。武家相撲は、式典としての節会相撲から戦場において実践的効果のある武技としての相撲に変わって武士の間に行われるようになった。しかし戦場の戦闘様式が変化したことから武技であった相撲から身体を鍛える訓練のための相撲に変わっていった。

訓練がその目標となると、競技に重点がおかれて一定の競技する場所が必要になる。それが土俵である。それを設定したのが、1570年織田信長が近江国常楽寺で上覧相撲を行った時が最初といわれている。土俵ができると次に土俵を利用した勝負の判定方がなければならない。そのためこの時代に「土俵の外に出すこと」「投げること」という判定方を決めている。

③職業相撲

江戸時代になると、大名による抱え力士が誕生して、大名の間で抱え力士による相撲が行われるようになった。土俵ができてから、相撲は一面鑑賞にも興味を増すようになり、それが江戸時代になって益々盛んになっている。それは相撲を行って楽しみ、相撲を見て楽しむという庶民の娯楽としての相撲になって大衆化されたためである。この大名に属していた抱え制も経済的な行き詰まりから、勧進相撲が職業化して、明治初年に設けられた当協会所(日本相撲協会の前身)ができるまで続いて、相撲を隆盛にしている。

④勧進相撲

もともと神社や仏閣の建立や修築、また道路・橋などの新設や修理の資金を集めるために相撲が開催されて、その収益を寄進するという寄付相撲のことをいう。それがしだいに寄進の意味が薄くなって自分たちの生活のための相撲興業になってしまうのである。この勧進相撲が職業化して全国各地で興業するようになったが、祭礼には神社・仏閣で一般の愛好者による奉納相撲も開かれていた。

⑤奉納相撲

寺社の年中行事として行われ、力自慢・腕自慢のものが職業相撲とは別に一般庶民の娯楽として普及している。それが宮相撲・草相撲という名称でいわれているように各階層・地域に別れて行われ、現在の子供相撲、青年相撲、学生相撲となって引き継がれている。明治・大正時代から、色々な形で開かれていた相撲を組織化して、各競技会が催されてアマチュア相撲が確立されていったのである。

⑥アマチュア相撲

明治34年、当時の東京高等師範学校長であった嘉納治五郎が学校体操科に相撲を加えることを提唱して以来中学校、高等学校、大学を中心に「学生相撲群」へと発展していった。大正8年には、新聞社主催の第1回全国中等学校及び大学相撲大会が大阪堺市で開催される。大正9年に関東に、大正14年に関西にそれぞれ学生相撲連盟が組織される。昭和21年9月に日本相撲連盟が設立され、アマチュア相撲の統括団体としてその活動を遂行するようになった。

(4) 相撲綱領 [財団法人日本相撲連盟]

相撲は、迫力とスピード感あふれる近代的スポーツであると同時に、長い歴史と伝統をもった日本の国民的文化でもある。私たちは、相撲を愛し、相撲の鍛錬をすることによって、たくましい肉体とねばりづよい精神をつくりあげ、心身ともに立派な人間として社会のために大いに貢献するよう心掛けなければならない。そしてまた私たちは、このようなすばらしい相撲を世界中の多くの人々に親しんでもらうように、相撲を世界に広めていくよう努めなければならない。ここに、相撲に携わる者として心すべき事項を掲げ、各人の努力精進のよすがとするものである。

・相撲競技者は、常にスポーツマンとしての自覚と誇りを持ち、健康に努め、明るく、正しく生活しなければならない。

- ・相撲競技者は、相撲を取るに当たっては、技量の向上及び健康の保持増進を旨としなければならない。
- ・相撲競技者は、勝敗にこだわることなく、全力を尽くしたことに喜びを感じるとともに相手の健闘をたたえ、終始礼儀正しく行動しなければならない。
- ・相撲競技者は、競技規則を守り、審判の判定に従い、常にフェアプレーの精神に基づいて競技しなければならない。
- ・相撲競技者は、体力の優劣にかかわらず、合理的かつ科学的な考え方の下に精進を重ね、個性を發揮しつつ、自己の可能性を不断に追求するよう努めなければならない。
- ・相撲競技者は、積極果敢、沈着冷静、不撓不屈、質実剛健な精神力を養うとともに、先輩への敬慕と後輩への慈愛の念、他者への思いやりや周囲への気配り等、豊かな心をはぐくむよう努めなければならない。
- ・相撲競技者は、誰もが相撲に親しみやすく、取り組みやすくなり、国内はもとより海外においても競技者人口が増加していくよう、常に研究及び普及指導に努めなければならない。

(5) 相撲の特性

①競技としての相撲

- 遊戯的欲求に基づく楽しさと喜び
- 安全を重視したルール
- わかりやすく公明正大な審判法
- 相互に身体的平衡性を崩し合う対人技能
- 軽微な施設や道具で行える

②心身に及ぼす影響と生活との関連から見た相撲

- 瞬発力、柔軟性、敏捷性、持久力などを養う
- 旺盛な気力や冷静さを培う
- ルール遵守による公正な態度を養う
- 相手を尊重する態度を養い社会性を身につける
- 運動に親しみ生活を豊かなものにする

③武道としての相撲

- 人間形成を目指し修養的・鍛錬的な目的が強い
- 「礼に始まり礼に終わる」といわれるように「礼法」を特に重要視
- 武道における試合を行うもの同士の間には、「道」（人間としての生き方、在り方）をともに学び合う仲間同士である。

2. 対象に応じた指導プログラム [一貫指導システムと中学校相撲授業]

(1) 一貫指導システム

ジュニア期から個人の特性や発達段階に応じて一貫した指導理念や指導方法に基づいて選手の育成・強化を行う。相撲の国際化に伴い、世界で活躍できるトップレベル競技者を組織的・計画的に育成するための競技者育成プログラムを日本相撲連盟でも作成中である。以下に、日本相撲連盟の競技者育成プログラム（案）を紹介する。

①第1期 9歳頃まで

主な発育・発達の特徴としては神経系の発達が見られるが、集中力が長続きしないのが特徴である。この時期の指導目標としては、相撲への好奇心の喚起と基本動作の習得があげられる。具体的指導内容としては、数多くの運動体験の中から相撲遊びを体感させ、相撲体操により基礎となる多様な動きの指導を行う。

②第2期 10歳頃～13歳頃

主な発育・発達の特徴としては筋持久力と全身持久力の発達、呼吸・循環器系の発達、二次性徴の発現、および達成欲求の高まりが見られる時期である。この時期の指導目標としては、相撲を継続する意欲や態度の育成と武道精神の育成、粘り強さの育成と基本技術の習得などがあげられる。具体的指導内容としては、達成目標を設定させ、ルール遵守と対戦相手を尊重することを学び、基本技術の習得による専門的技術への移行に入るとともにトレーニングの基本指導を行う。

③第3期 14歳頃～18歳頃

主な発育・発達の特徴としては、体格・体力・運動能力の充実とアイデンティティーが確立される時期で

ある。この時期の指導目標としては、競技者としての自覚と自己分析能力の育成をはかり、スピードとパワーの育成により専門的技術の習得を目指さなければならない。具体的指導内容としては、最終目標の設定と競技者としての人間教育、自主トレーニングに取り組むことにより相撲に必要な本格的トレーニング実施と障害防止トレーニングへの取り組みにより専門的技術の指導にあたる。

④第4期 19歳頃～

主な発育・発達の特徴としては身体能力が最高に充実するが、一部の競技者は体力・運動能力がピークから下降へと向かう時期でもある。この時期の指導目標としては、トップレベルの競技者としての責任感と競技への執着心の育成が必要であり、専門技術の完成により競技力のピークの長期化と主要競技会での好成績の獲得を目指さなければならない。具体的指導内容としては、高いレベルでの自己分析と課題設定とハードな稽古に耐えられる体力強化、強い選手対応の技術・戦術の開発、大会を念頭においた強化と調整、メンタル面の強化、そして競技マナーの充実などの指導にあたる。

(2) 中学校相撲授業について

新学習指導要領では中学校保健体育において、武道・ダンスを含めたすべての領域が必修となりました。武道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化であり、相手の動きに応じて、基本動作や基本となる技を身に付け、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことができる運動であるとしている。また、武道に積極的に取り組むことを通して、武道の伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合ができるようにすることを重視する運動でもあるとする。

日本相撲連盟では、文部科学省との連携により、相撲経験者はもとより相撲経験がなくても指導できる指導案を作成し、現在指導者養成のプログラムや研修会を実施しているところである。

中学校第1学年・第2学年の指導内容 [学習指導要領より抜粋]

- (1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。
ウ. 相撲では、相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、押したり寄ったりするなどの攻防を展開すること。
- (2) 武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができるようにする。
- (3) 武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

中学校第3学年の指導内容 [学習指導要領より抜粋]

- (1) 次の運動について、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることができるようにする。
ウ. 相撲では、相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技や得意技を用いて、相手を崩し、投げたりひねったりするなどの攻防を展開すること。
- (2) 武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。
- (3) 伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

3. 高校の相撲大会（平成24年度）

- 4月29日 第52回石川県高校相撲七尾大会
団体総当りリーグ戦／体重別個人トーナメント（全日本ジュニア県予選）
- 5月27日 第96回高校相撲金沢大会〔兼北信越大会〕
団体予選3回後トーナメント／予選3勝者による個人トーナメント
- 6月16日 第7回全日本ジュニア体重別相撲選手権大会北信越予選会（富山県）
県大会優勝者3人が参加
- 6月17日 第64回石川県高校相撲選手権大会〔県総体〕
団体総当りリーグ戦／参加者全員による個人トーナメント
- 8月3日 第90回全国高校相撲選手権大会〔全国総体〕
団体予選3回後トーナメント／個人予選3回後トーナメント
- 8月7日 第7回全日本ジュニア体重別相撲選手権大会（伊勢市）
全国9ブロック代表によるトーナメント
- 8月15日 第61回選抜高校相撲十和田大会〔金市工・金沢〕（青森県十和田市）
団体予選3回後トーナメント／参加者全員による個人トーナメント
- 8月26日 第48回北信越相撲選手権大会〔少年の部〕（福井市）
北信越5県の総当りリーグ戦／参加者全員による個人トーナメント
- 9月2日 第55回選抜高校相撲宇佐大会〔金市工・金沢東〕（大分県宇佐市）
団体予選3回後トーナメント／参加者全員による個人トーナメント
- 9月23日 第63回石川県高校相撲新人大会・第57回石川県高校相撲東西対抗大会
団体総当りリーグ戦／個人学年別トーナメント／体重別個人トーナメント
- 9月30日 第67回国民体育大会（岐阜県郡上市）
団体予選3回後トーナメント／予選3勝者による個人トーナメント
- 10月21日 第19回石川県相撲選手権大会〔高校生の部〕
県総体に参加した学校が自由参加／七尾大会・県総体の上位選手が自由参加
- 2月10日 第27回全国選抜高校相撲弘前大会（青森県弘前市）
団体予選3回後トーナメント／参加者全員による個人トーナメント
- 3月16日 第64回全国高校選抜相撲大会〔全国新人大会〕（高知県春野町）
団体予選3回後トーナメント／参加者全員による個人トーナメント
- ※全国高体連相撲専門部では、全国選抜大会で個人体重別の試合を実施する方向で検討中である。

4. 県総体（石川県高校相撲選手権大会）

本年で64回を迎えた県総体（高校相撲選手権大会）の歴史を振り返ると、第1回大会（昭和23年）は金沢市で開催、第2回は七尾市、第3回以降は羽咋市で今日まで開催されてきた。県高体連は勿論のこと県相撲連盟及び羽咋市相撲連盟など関係皆様のご尽力により歴史と伝統を誇る大会となっている。

大会の概要としては、団体戦は団体予選3回を行い上位16校または8校によるトーナメント戦を行う。近年は参加校が少ないため、総当たりリーグ戦により順位を決定している。個人戦については第35回大会（昭和58年）からは団体戦登録者全員が出場できるようになったが、それ以前は団体予選2勝以上の選手＋学校代表という枠を設定していたこともある。また、団体チームを編成できない学校については個人戦のみの参加を第44回大会（平成4年）から認めるようになった。

しかし、大会に出場する学校数の減少は顕著にみられ、大会事務局に残る第14回大会（昭和37年）からの資料によると、第16回大会（昭和39年）には最多の35校が参加したが、第31回大会（昭和54年）には18校に減少、第48回大会（平成1年）からは1桁に減少、そして第61回大会（平成21年）から本年までは5校（金市工・金沢東・金沢・羽咋・羽咋工業）のみとなってしまった。

県総体は、全国総体のみならず十和田大会・宇佐大会への出場権がかかる大会でもある。これまで団体優勝校と2位校が宇佐大会へ、団体優勝校と3位が十和田大会へ出場することになっている。石川県から2校が出場できる理由は、北信越ブロック枠1校と選抜大会開催地枠（金沢・十和田・宇佐）1校があるからである。なお、十和田・宇佐で石川県の学校が優勝すると次年度は特別招待校なるため、県総体で順位が重複した場合には順位を繰り下げて選抜している。

現在の奥能登・中能登地区の中学校相撲部の活動状況から見ても、今後県総体への出場校が増加していくのは厳しい状況にある。相撲専門部では県相撲連盟や中体連との連携強化と育成・普及活動の活性化により、高校での相撲競技者を増加させる方策を考えなければならない。

	校数	個人	優勝校		校数	個人	優勝校
平成元年	15	93	金市工業	平成13年	6	39	金市工業
平成 2年	15	94	金市工業	平成14年	6	39	金市工業
平成 3年	15	91	金市工業	平成15年	6	38	金市工業
平成 4年	15	95	金市工業	平成16年	7	42	金市工業
平成 5年	15	92	金市工業	平成17年	9	55	金沢東
平成 6年	15	92	金市工業	平成18年	9	44	金市工業
平成 7年	11	70	金市工業	平成19年	6	37	金沢東
平成 8年	6	34	金市工業	平成20年	7	44	金沢東
平成 9年	6	34	金市工業	平成21年	5	35	金沢東
平成10年	5	31	金市工業	平成22年	5	34	金市工業
平成11年	5	35	金市工業	平成23年	5	31	金市工業
平成12年	6	41	金市工業	平成24年	5	33	金市工業

5. 全国高体連相撲専門部の取り組み 「182と1044」は何の数字

これは、全国高体連相撲専門部が平成23年10月に調査した全国の相撲実施校数と部員数の合計の数字である。近10年の推移をみても平成14年度には240校1401人の登録があったが、平成20年度には100校台に落ち300人以上減少している。平成23年には登録人数が30人をこえる都道府県は12である。「相撲王国」と称されている石川県においては実質相撲部としての活動・登録しているのは金市工・金沢東・金沢の3校27人というのが現状である。全国で相撲どころと称される北海道・青森・秋田・東京・高知・大分などでも30人から40人台をなんとかキープしている状況にある。

相撲の国際化が進み、世界80を超える国や地域で実施され世界選手権・世界ジュニア選手権・五大陸大会などオリンピック正式種目化を目指して回を重ねてきているが、膝元の日本では高校生をはじめ大学・社会人にいたるまでアマチュア相撲競技者が増加していないのである。

相撲の国際化に応じて、日本相撲連盟では10数年前に「立ち会い」のルール改正を行った。これは、従来の立ち会いで東西の選手が片手をつき、相手と呼吸を合わせ、もう一方の手をついて立ち会うというものであったが、相撲が世界に出た際に日本流の「阿吽の呼吸」が外国人にとって理解しにくいことと、「立ち会い」即ち競技開

始を明瞭にするという観点から、東西双方の選手が同時に左右の手をつき静止した後、主審の「ハッケヨイ」のかけ声で立ち会うように改正された。

しかし、ここ数年来「立ちしぶり」や「自己中心的な勝手な立ち会い」が問題視されるようになったため、全国高体連の取り組み（ルール改正ではなく補足的）として、従来の主審の発声は「手をつけて待たなし」→「ハッケヨイ」であったものに、「引きますよ」を間に加えている。これは、「位置について・用意・ドン」のイメージである。

また、全国総体や全国選抜大会での個人戦は参加者全員によるトーナメント戦であるが、競技人口の増加にもつながる対策として全国選抜大会での「体重別個人戦」の導入を25年度から実施予定で準備を進めている。

6. まとめ

相撲競技人口の減少については、高体連をはじめ石川県内の市町相撲連盟が真剣に考えて行動しなければならない状況に陥っている。現在、県内中学校の相撲部員数は、3年生が13人、2年生が15人、1年生が10人程度である。また、県内小学生大会には4年から6年まで各学年20～30人が出場しているが、他のスポーツとの掛け持ちで相撲を行っている児童が多いため、中学では本業のスポーツに進んでしまうため数は半減してしまう傾向にある。

相撲競技人口を増やすには、小学生・中学生に相撲の魅力を発信し、気軽に相撲のできる環境の整備を図ることが必要である。また、軽量であっても活躍できる場として体重別制を導入していくことも大切である。さらに相撲経験者を増やす意味では、中学校学習指導要領にて今年度より武道が必修になったことにかすかな期待を寄せている。しかし、これらも受け身の考え方であり、相撲連盟関係者が外部講師として参加したり、教員対象の相撲講習会を開催するなど積極的な働きかけをしなければならない。

小学校・中体連・高体連それぞれにおいて部員確保は極めて大きな問題である。現在は「相撲王国石川」の名を維持している感じはあるが、5年後10年後のことを考えると大変厳しい状況にある。

今後は、「部員確保なくして部活動の活性化はない」と肝に銘じて、県相撲連盟をはじめ各層の指導者との連携を密にしながら相撲の発展のため全力で取り組んでいきたい。

第6回県研究大会参加者名簿

	学校名	氏名				
1	大聖寺実	寺口 結				
2	加賀聖城	波佐間英之				
3	大聖寺	奥野 洋子	西田 修			
4	加賀	福田 昌美				
5	小松商業	笹生 裕子				
6	小松工業	中谷 昌和				
7	小松市立	古橋 幹夫				
8	小松	吉田 洋	川場 恭子			
9	小松北	豊田 浩				
10	小松明峰	向田 匡宏	安田 誠二			
11	寺井	達 光洋				
12	鶴来	中村 司				
13	松任	中川 裕恵	竹内 衛	西垣 仁志		
14	翠星	北中 弘規	根石 修			
15	野々市明倫	平川 典生	加藤 欣央	山田 進		
16	金沢錦丘	角橋 茂則	瀬戸 博邦			
17	金沢泉丘	神田 康	松本 雅光	正木 梨絵		
18	金沢二水	金城 美咲				
19	金沢中央	中川 太				
20	金沢伏見	今川 徹	橋本 晃子			
21	金沢辰巳丘	舛田 吉光	田村 達			
22	金沢商業	長山 健一				
23	県立桜丘	新田 雅史	瀧野 勝利	平沢 謙輔		
24	金沢工業	寺西 了	釜田 涉			
25	金沢市工業	水内 浩	山崎 稔	増田 英樹	中田 智晴	
26	金沢西	赤倉 一成	吉田 浩昭			
27	金沢北陵	大谷内圭介	後川 徳人	松本 豊成		
28	金沢向陽	山首 一恵				
29	内灘	守屋 英樹				
30	津幡	山本 智秀	福井 有澄			
31	宝達	至極 英代				
32	羽咋	山岸 亜矢	館 直人	田畑 武志		
33	羽咋工業	中越 顕治	安達 祥光	北野 浩和		
34	志賀	倉脇 寛支				
35	鹿西	本橋 克也				
36	七尾	黒坂 昭弘				
37	七尾城北	三嶋美和子				
38	田鶴浜	池田 隆				
39	穴水	西川 祐喜				
40	輪島	小杉 央子	高 行彦			
41	能登	大屋 省吾				
42	飯田	西村 剛				
43	ろう学校	中村 兼希				
44	明和特支	東 沙希	幅口 愛香			
45	いしかわ特支	小山 二郎				
46	金大付属	藤田 久美子				
47	小松大谷	西田 祥平				
48	北陸学院	宮浦 淳一				
49	遊学館	中田 浩文				
50	金沢	日吉 正	波佐間 美樹	村上 孝有		
51	尾山台	大内 史子				
52	星稜	鍋谷 正二	串田 孝子	西川 明大	山口 浩二	
53	金沢学院東	中島 義春	大澤 恵介			
54	鵬学園	山口 宏治				
55	日本航空	南 健介	田辺 和文			
56	県教委育委員	橋本 祐之				

平成24年度
第47回全国高等学校体育連盟研究大会開催要項

- 1 趣 旨 公益財団法人全国高等学校体育連盟に加盟する各高等学校体育・スポーツ指導者の資質の向上を図るため、日頃の研究成果を発表するとともに、当面する諸問題について情報を交換し、高等学校教育の一環としての体育・スポーツの振興・発展に資する
- 2 主 催 公益財団法人全国高等学校体育連盟 栃木県教育委員会
- 3 共 催 毎日新聞社
- 4 後 援 文部科学省 栃木県高等学校長会 栃木県私立中学高等学校連合会
宇都宮市教育委員会
- 5 主 管 公益財団法人全国高等学校体育連盟研究部 栃木県高等学校体育連盟
- 6 期 日 平成25年1月17日(木)・18日(金)
- 7 会 場 栃木県総合文化センター
〒320-8530 宇都宮市本町1-8
TEL028-643-1000 FAX028-643-1019
- 8 参加者 各都道府県高等学校体育連盟加盟校の体育・スポーツ指導者及び
高等学校の部活動に興味関心を持つ指導者・研究者・学生
- 9 大会主題 「高校スポーツから広がる可能性」
～あくなき部活動への探究心～
- 10 内 容 (1) 課題研究
(2) 分科会
第1分科会 「競技力の向上」
第2分科会 「健康と安全」
第3分科会 「部活動の活性化」
(3) 講 演
講 師 鈴木 いづみ 氏
宇都宮文星短期大学
地域総合文化学科フードフィールド栄養士ユニット准教授
公益財団法人日本体育協会 公認スポーツ栄養士
ジェフユナイテッド市原・千葉 管理栄養士
演 題 『高校生スポーツ選手の栄養と食事』
～食べることもトレーニングの1つ～

1.1 日程

月日	時間		9	10	11	12	13	14	15	16	17
	1月16日(水)								①	②	
1月17日(木)		受 付	開 会 式	全体会 (課題研究)	昼 食			分 科 会			
1月18日(金)		受 付	全体会 分科会報告 講評	全体会 (講演)	閉 会 式						

① 表者・助言者・司会者打合せ会議

② 公益財団法人全国高等学校体育連盟研究部委員会会議

12 表 彰

分科会の中で優秀な研究発表について表彰する。

13 分科会の発表申込

分科会の発表申込は、所定の用紙により各都道府県高体連を通じて申し込むこと。

課題研究の発表は別に定める。

- (1) 申込期限 平成24年8月17日(金) 必着
- (2) 申込先 〒320-0057
栃木県宇都宮市中戸祭1丁目6番3号
スポーツ会館内
栃木県高等学校体育連盟事務局
第47回全国高等学校体育連盟研究大会栃木県実行委員会会長 宛
TEL 028-622-8660・FAX 028-622-7579
E-mail : kotairen@pluto.plala.or.jp
- (3) 原稿提出期限 平成24年9月21日(金) 必着
- ・原稿は別添の執筆要項に基づき、横書き(48字×42字)6枚以内とする。
 - ・補足資料提出がある場合は、700部を発表者が準備する。
- (4) その他 本大会では、ローテーションで決められた者と公募による者が分科会発表を行う。

14 参加申込

参加申込は、所定の用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて各都道府県高体連で一括して申し込むこと。

- (1) 参加料 一人 4,000円
- (2) 申込期限 平成24年10月26日(金) 必着
- (3) 申込先 発表申込先と同じ
- (4) 参加料・報告書代 送金先
- 金融機関：足利銀行 戸祭支店
口座番号：普通預金 5011346
名 義：第47回全国高等学校体育連盟研究大会
栃木県実行委員会 会長 森島 幸男(モリシマユキオ)

15 宿泊・昼食の申込

宿泊・昼食の斡旋を希望する場合は、所定の用紙に必要事項を記入の上、各都道府県高体連で一括して申し込むこと。

- (1) 宿泊料 1人1泊(朝食付き、税・サービス料含む)
- ①宇都宮東武ホテルグランド S:9,450円 T:9,450円 ②チサンホテル宇都宮 S:9,450円 T:8,400円
③宇都宮グランドホテル S:8,500円 T:6,700円 ④ホテルアル・メッツ宇都宮 S:8,500円
⑤ホテルニューイタヤ S:7,500円 ⑥ホテル・ザ・セントレ宇都宮 S:7,500円 T:6,500円
⑦ホテル丸治 S:7,000円 T:6,000円 ⑧ホテルサンルート宇都宮 S:6,500円 T:6,000円
⑨サンホテル宇都宮 S:6,500円
- (2) 昼食 1,000円(弁当・お茶 税込み)
- (3) 宿泊 宇都宮市内のホテル
- (4) 申込期限 平成24年10月26日(金) 必着
- (5) 申込先 (株)日本旅行 宇都宮支店 担当：高橋・中野・小倉
〒321-0964 宇都宮市駅前通り1-4-6 宇都宮駅西口ビル3F
TEL028-643-3100 FAX028-643-3004
E-Mail : utsunomiya_office@nta.co.jp
- (6) 配宿 11月末までに各都道府県高体連事務局宛に送付する。

16 報告書の購入予約

- (1) 報告書の購入希望者は、参加申込書の報告欄に部数を記入すること。
- (2) 申込期限 平成24年10月26日(金) 必着
- (3) 申込先 参加申込みに同じ
- (4) 報告書代送金先 参加申込みに同じ(1冊1,000円)

平成24年度 全国高体連研究大会「課題研究」発表者一覧

県名	発表者	テーマ	所属校
北海道	ワタナベヒロヒト 渡辺 裕人	『北海道高体連主催大会参加者災害補償制度の導入の経緯と現在』	北海道札幌東豊高校
岩手県	マツオ カズヒコ 松尾 和彦	『東日本大震災と岩手県高体連』 ー県総体総合開会式と北東北総体への取り組みをめぐってー	岩手県立盛岡第三高校 (岩手県高体連理事長)

平成24年度 全国高体連研究大会「分科会」発表者一覧

分科会テーマ	県名	発表者	テーマ	所属校
第1分科会 競技力の向上	栃木	アリマ ヒロユキ 有馬 裕幸	『全国大会で活躍できる選手のライフスタイル分析』 ～競技力向上へのライフスタイルの確立の提言と部活動サポート集の作成～	栃木県立石橋高校
	千葉	シマダ ヒロシ 島田 洋	『NPO法人立ち上げによる部活動運営への効果』	千葉県立幕張総合高校
	島根	オンダ ケンジ 恩田 賢二	『奥出雲におけるホッケーの競技力向上』 ～各年代指導者の指導法調査を通して～	島根県立横田高校
	佐賀	アヤベ トモヒロ 綾部 友洋	『全国制覇への軌跡』 ～佐賀県なぎなた競技の挑戦～	佐賀県立致遠館高校
	東京	クロキ ヨシオ 黒木 義郎	『東京都高体連陸上競技専門部研究班の取り組みについて』 ～東京国体に向けての強化サポート～	巣鴨高校
第2分科会 健康と安全	東京	シオダ ノブタカ 塩田 伸隆	『空手道競技規定・審判規定の変更に伴う審判の在り方及び今後の課題について』 ～空手道競技における安全性の確保という視点から～	東京都立松が谷高校
	山梨	ミウラ カズオ 三浦 和雄	『総合的な健康』についての考え方 ～活用できる資料づくり～	山梨県立富士北稜高校
	和歌山	ヤマモト キイチロウ 山本 喜一郎 アカイ トシフミ 赤井 聡文	『高校生の屋外環境下における水中運動が身体的変化に及ぼす影響について』	和歌山県立星林高校 和歌山県立和歌山北高校
	福岡	ヨネハラ ミツアキ 米原 光章	『高校生の骨密度と運動部活動との関係』	福岡市立福翔高校
	千葉	ミヤカワ アキラ 宮川 明	『運動部活動サポートブック ー専門外でも怖くないー』発刊について	千葉県立千葉西高校
第3分科会 部の活性化	長崎	ハツリ マサコ 服部 雅子	『なぎなた競技の普及と発展のために』 ～ゼロからのスタート～	長崎県立長崎明誠高校
	京都	アキモトミツヒデ 秋元 充秀	『スポーツボウリングが部活動に与える意義・役割・未来可能性について』	洛陽総合高校
	鳥取	カワタ タクヤ 河田 拓也	人口最少県の運動部活動の活性化について ～未普及競技の取り組みを通して見えるもの～	鳥取県立倉吉総合産業高校
	青森	カマダシュウゾウ 鎌田 修三	『青森県における高校生ボウラーの現状とトレーニング』 ～これまでの取り組みを振り返って～	青森県立尾上総合高校
	三重	ムカイ トシヤ 向井 俊哉	『さらなる高体連活動の発展を願って』 ～高文連とのパートナーシップから高校生の活躍の舞台を探る～	三重県立桑名工業高校

編集後記

今年も研究紀要を発刊でき、大変うれしく思います。

第6回を迎えた県の研究大会も、皆様のご協力のお陰で成功裏に終わり、ほっと胸をなで下ろしているところです。しかしながら、県高体連・高体連研究委員会としての課題もたくさん残っており、今後も一つずつ課題をクリアし、県高体連・高体連研究委員会が発展するとともに、先生方の指導力向上、生徒の競技力向上につながればと思っております。

また、来年度の全国研究大会岐阜大会では、研究委員会として課題研究発表を行う予定になっております。『「北信越かがやき総体」を終えて』という題で、開催を終えての反省や課題について発表し、ブロック開催になった全国高校総体が益々発展していけるようなものになればと思ひ、委員会として全力で取り組み成功させたいと考えております。

この研究委員会の組織についても、今後の発展のために来年度より一部変更し、各専門部からも委員としてメンバーに入ってください、県の研究大会、研究紀要など委員会の活動、組織を盛り上げてもらいたいと思ひます。

最後になりましたが、関係各機関や調査研究委員の方々にこれまでのお礼と感謝を込めて、編集後記といたします。(達 光洋 記)

平成24年度石川県高等学校体育連盟調査研究委員会名簿

	地区	氏名	学校名
部長	副会長	中嶋 敏一	寺井
委員長	副理事長	達 光洋	寺井
委員	加賀	波佐間 英之	加賀聖城
		中川 裕恵	松任
	金沢	串田 孝子	星稜
		大谷内 圭介	金沢北陵
		齊藤 智之	金沢商業
		神田 康	金沢泉丘
	能登	赤穂 真	七尾東雲
		小杉 央子	輪島