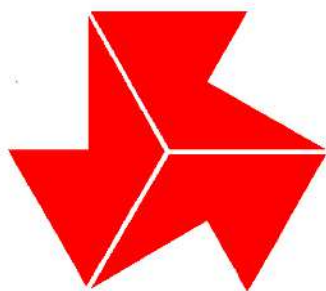


令和6年度  
第18回石川県高等学校体育連盟研究大会

# 研究紀要



主催 石川県高等学校体育連盟



# 令和6年度 第18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 令和6年11月25日（月） 13：45～16：00
- 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 「Innovation」 ～運動部活動の未来を拓く～
- 7 内容 研究発表  
発表テーマ「部活動の活性化について」  
 ①「外部との連携を中心とした取り組み」  
 発表者：少林寺拳法専門部  
 小松工業高等学校 森口 祐太 教諭  
発表テーマ「部活動の活性化について」  
 ②「マイナースポーツの部員確保に向けた取り組み  
 ～ジュニア世代育成のためのクラブ活動～」  
 発表者：レスリング専門部  
 星稜高等学校 矢後慎太郎 教諭  
発表テーマ「競技力向上について」  
 ③「適切な目標設定～石川から世界へ～」  
 発表者：スキー専門部  
 鶴来高等学校 山田 純丈 教諭  
発表テーマ「健康と安全について」  
 ④「ライフル射撃競技におけるリスク管理  
 ～生涯スポーツを目指して～」  
 発表者：ライフル射撃専門部  
 津幡高等学校 山下 理貴 教諭

## 8 日程

13:15	13:45～	14:00～	15:30～	15:45～
受付	開会式	研 質 究 疑 発 応 表 答	指 導 助 言	閉 会 式

## 外部との連携を中心とした取り組み

少林寺拳法専門部

石川県立小松工業高等学校 森口 祐太

## 1 外部人材との交流

## (1) 有資格者による監督

少林寺拳法部の他の部にはない特色の1つとして、外部との連携が必至であることが挙げられる。少林寺拳法部の発足・運営には有資格者による監督が必須であり（現在、県内の高校少林寺拳法部のほとんどは外部指導者の存在によって成り立っている）、これにより、生徒は必ず専門性を有した指導者から指導を受けることができる。昨今、部活動の地域移行が模索されているが、少林寺拳法部はそのモデルケースとなり得るのではないか。

## (2) 県総合体育大会・県新人体育大会の審判

県総合体育大会や県新人体育大会の審判員のほとんどは、教員ではなく、県内の一定以上の資格を持つ方々である。生徒は外部の方々と交流しながら、大会に参加している。



大会審判の様子

## (3) 昇級考試

少林寺拳法には階級があり、昇級考試というものに合格すると、それを1つ上げることができる。少林寺拳法部では年に数回、この昇級考試を実施している。その審査員のほとんどは、大会と同様に、県内の一定以上の資格を持つ方々である。生徒は外部の方々から時折指導を受けながら、昇級考試を受けている。



昇級考試の様子

#### (4) 石川県大会（石川県少林寺拳法連盟主催）の補助

毎年7月下旬に行われる石川県大会では、県内高校の少林寺拳法部員が補助を行い、大会運営の裏側を体験している。その内容は、出場拳士の誘導・呼名・演武の計時・審査用紙回収・点数計算・点数入力と多岐にわたる。生徒達からしてみれば、多くの人達の支えによって、自分達の大会も運営されていることを知る、有意義な機会となっているのではないだろうか。

## 2 縦の繋がり

### (1) 教育システムに基づいた上級生から下級生への指導

どの種目においても、上級生による下級生への指導は一般的だが、少林寺拳法においては、教育システムが構築されており、全ての拳士はそのシステムに基づいて修練を行うため、生徒にとっても、何をどのような順序で相手に教えればよいのかということが明確であり、生徒間による指導は比較的に実行しやすい。



指導の様子

### (2) 根上スポーツ少年団

特異なケースではあるが、小松工業高校少林寺拳法部の外部指導者は根上スポーツ少年団の指導者でもあり、小松工業高校少林寺拳法部員のほとんどは、根上スポーツ少年団にも所属している。部員の一部は卒業後においても、根上スポーツ少年団に所属し、後輩の指導に当たっている。

## 3 横の繋がり ～拳士の集い～

近年はコロナ禍により、実施を見送っていたが、県内高校の少林寺拳法部には「拳士の集い」というものがある。高体連の大会において、論文発表や演武を行う少林寺拳法部には、練習試合がなく、他校との交流は専ら大会時に限定されがちである。そこで、他校との交流の場を増やす取り組みとして、「拳士の集い」と称する合同練習会が行われていた。「拳士の集い」は今年度から復活する予定である。

#### 4 金沢錦丘高校の取り組み

##### (1) 挨拶運動・災害ボランティア

少林寺拳法では「半ばは自己の幸せを 半ばは他人の幸せを」という考えが重んじられており、金沢錦丘高校の少林寺拳法部員は挨拶運動や災害ボランティアに積極的に参加している。



挨拶運動の様子

##### (2) 年末の大掃除

少林寺拳法では「作務」が重んじられており、金沢錦丘高校少林寺拳法部では、毎年年末に校内道場の畳を上げ、大掃除を行っている。



大掃除の様子

#### 5 小松明峰高校での取り組み ～文化祭でのステージ発表～

小松明峰高校では文化祭のステージ発表で演武を披露し、少林寺拳法の普及活動に取り組んでいる。

#### 6 中高接続

これまで、県内高校の少林寺拳法部においては、高校生になってから少林寺拳法を始めたという生徒が大部分を占めていたが、近年、徐々にではあるものの、多種多様な取り組みにより、高校入学以前から少林寺拳法を行っていた生徒が、高校においても、少林寺拳法部に所属する事例が増えつつある。以下、3つの事例（根上スポーツ少年団から小松工業高校への接続・金沢錦丘中学校から金沢錦丘高校への接続・中学校における体育の授業から高校への接続）を紹介する。

(1) 事例Ⅰ 根上スポーツ少年団から小松工業高等学校への接続

先述したが、小松工業高校少林寺拳法部の外部指導者は根上スポーツ少年団の指導者でもあり、小中学生の頃からそこに所属していた生徒が小松工業高校に入学し、少林寺拳法部に所属するケースがある。その場合、生徒は同じ指導者から一貫した指導を受けることが可能となる。

(2) 事例Ⅱ 金沢錦丘中学校から金沢錦丘高校への接続

金沢錦丘中学校には早期入部という制度があり、3年生は12月から金沢錦丘高校の部活動を体験することができる。これにより、当該校の生徒は高校でどの部に所属するのかということをじっくりと決めることができ、その結果として、ミスマッチによる退部の予防に繋がっているのではないかと考えられる。また、少林寺拳法部の活動を体験した生徒のほとんどは、最終的に入部しているという。

(3) 事例Ⅲ 中学校における体育の授業から高校部活動への接続

近年、中学校武道必修化に伴い、少林寺拳法の指導者が県内中学校に出向き、体育の授業で中学生に少林寺拳法を体験してもらおうという取り組みが行われている。その内容は、少林寺拳法の教えから基本の突き蹴りまで、多岐にわたる。そして、中学校の体育の授業で少林寺拳法を初めて体験し、高校の少林寺拳法部に所属するケースが年々増えてきている。

## 7 課題

県内中学校に少林寺拳法部がなく、小学生の間は少林寺拳法をしていた生徒が、中学生になると、中学校の他種目の部活動に所属し、少林寺拳法をやめてしまうケースが多々ある。昨今、推進されている部活動地域移行が順調に進めば、このような小中断絶のケースは減るのではないだろうか。

マイナースポーツの部員確保に向けた取り組み  
～ジュニア世代の育成のためのクラブ活動～

レスリング専門部  
星稜高等学校 矢後 慎太郎

## 1. はじめに

### (1)レスリング競技とは

レスリングとは、道具を使わず、衣服をつかむこともなく、体同士のぶつかり合いによって技をかけあうシンプルな競技である。3分×2ラウンドの中で相手の背中をマットにつけること（フォール）を目的とし、タックルや投げなどの技術を駆使し相手よりも多くポイントを取ることで勝敗をつける。

種目は「フリースタイル」と「グレコローマンスタイル」の2つがあり、以下に簡単な説明をまとめた。

#### ①フリースタイル

全身を使用することができるためスピード感のある多彩な動きが魅力であり、主に脚への攻撃である「タックル」を用いて相手を倒すことが多い。また、寝技でも脚をロックして相手を転がす「アンクルホールド」などを駆使してポイントを取る。女子もフリースタイルで行われている。

#### ②グレコローマンスタイル

腰から下を触ることができず脚を使用することもできないため、柔道のような投げ技や様々な状態から持ち上げて投げるような大技が魅力の種目になっている。グレコローマンスタイルはイタリアのレスラーによって古代ギリシャ（フランス語でグレコ）と古代ローマ帝国（フランス語でローマ）に敬意を表し、名づけられたと言われている。

### (2)レスリング競技の歴史、女子レスリングの起源

レスリングの歴史は古く、古代ギリシャ時代から行われていた。紀元前3000年の頃には既に競技として成立していたとも言われており、古代オリンピックにおいても主要競技のひとつで、世界最古の格闘技と言われている。

ギリシャ文明時代は全裸にオリーブオイルを塗って行われたとされ、形としては現在のフリースタイルのレスリングに似ていると言われている。なお、現在のレスリングのシングレットという格好は、全裸で行われていたレスリングの名残でより裸に近い形で行うための服装である。古代オリンピックでは古代五種競技のひとつとして、円盤投げ・やり投げ・走り幅跳び・マラソンなどとともに実施される程だったが、393年に当時の皇帝テオドシウス1世が禁止し、公の場では行われない競技となった。

近代オリンピックでは第1回の1896年アテネ大会で実施され、公の場に復活した。1912年に国際競技団体が設立され、体重区分やルールが整備されて徐々に競技として成熟し、1968年メキシコシティ大会の後、大規模なルール改正が行われ、それまで四角形だった試合場が現在のような円形となり、近代レスリングに大きく近づいた。

女子レスリングの起源は紀元前7世紀、古代ギリシャ時代のスパルタにあると言われている。当時スパルタ以外では女性に自由はなく様々な制限があったが、スパルタでは例外で女性も男性と同様に教育を受けていたことからレスリングや円盤投げなどを通じフィジカルとメンタル、両方鍛えられていたとされている。その当時、スパルタでは女子レスリングは非常に盛んで練習方法も男性と変わらず、女性であっても傷跡がないと「弱い」とされていて傷跡が多ければ多い程尊敬されていたそうである。



## 2. 石川県の現状と課題

### (1) 石川県の現状

現在、石川県内のレスリング部は実施校3校、競技者が男女合わせ23名（令和6年度県総体出場者数）で行っている。新型コロナウイルス感染症が流行する前は毎年学校対抗戦が3校、個人対抗戦には約30名出場していたが、感染症が流行った後は少しずつではあるが全体の人数自体が減ってきている。

今年度県総体に出場した選手の半分がジュニア世代から行っている選手、半分が高校から競技を始めた選手となっている。県総体では優勝者が全国総体、3位入賞者までが北信越大会に出場することができる。そのため、北信越大会にはほぼ全ての選手が出場しているのがここ最近の現状である。しかし、現在ジュニア世代の人数が増え、高校でも経験者として入部してくる選手も増えていることから、高校から始めた選手は1回戦を勝ち抜くことも難しい。このことから、今回の研究発表会の主題でもあるジュニア世代からの育成が強化、ひいては今後の部活動の活性化につながると考えている。

### (2) 近年のブロック大会、全国大会の結果

ここ数年は志賀高等学校が人数を増やし、またジュニア世代に全国入賞などの結果を出した選手が入部するなど、大きく強化をしてきた。そのため、北信越大会や全国総体、国体などでも多くの入賞者を出した。

	北信越大会	インターハイ	国体
R1		団体5位、個人3位一名	5位二名
R2	新型コロナウイルス感染症により中止		
R3	団体優勝	団体三回戦、個人準優勝一名	新型コロナにより中止
R4	団体優勝	不出場	優勝一名、3位二名、5位三名
R5	団体準優勝	団体二回戦、個人3位一名	5位二名

### (3) 県内のジュニアクラブチームについて

現在県内には志賀町、金沢市、津幡町にそれぞれ1つずつ、計3つのクラブチームがある。そのうち志賀町と金沢市にあるクラブチームはスタッフに部活動の顧問が監督やコーチとして指導している。両チームとも上は中学生から下は小学校低学年、幼年の子どもたちが所属しており、金沢市のチームには約15名の小・中学生が、志賀町のチームには約30名の幼・小・中学生がいる。

## 3. 全国のジュニアクラブチームと高校部活動について

### (1) 近年のジュニアクラブチームの現状

石川県内のみを見ていくと、ここ最近でチーム数や人数が大きく増えているわけではないが、全国に目を向けるとジュニアチームの数もジュニア世代の人数も右肩上がりに増えている。特に小学生の年代は年々増加しており、全国大会をオープン大会で行っていることから会場や日程などの調整を行い運営している。

下記の表は、ここ最近の開催地や参加クラブ数などを表している。開催地によって増減はあるものの、人数は増えており、第26会の東京大会ではそれまで幼年から小学6年生までの大会だったものが小学生のみの参加資格となり、さらに第34回の福岡大会では小学3年生以上の大会に変更をしている。令和2年の新型コロナウイルス感染症による大会中止以降、しばらくは様々な制限がかかる大会となり人数が減っているが、今年度（令和6年度）の東京大会では239クラブ、1019名の選手の参加があった。

回数	年	開催地	参加クラブ ／人数	回数	年	開催地	参加クラブ ／人数	回数	年	開催地	参加クラブ ／人数
18	H. 14	石川県	109 クラブ 893 名	27	H. 22	広島県	159 クラブ 1,200 名	34	H. 29	福岡県	196 クラブ 1,043 名
19	H. 15	大阪府	124 クラブ 1,110 名	28	H. 23	新潟県	176 クラブ 1,178 名	35	H. 30	大阪府	218 クラブ 1,339 名
21	H. 16	東京都	142 クラブ 1,260 名	29	H. 24	東京都	192 クラブ 1,486 名	36	R. 1	和歌山県	209 クラブ 1,244 名
22	H. 17	三重県	138 クラブ 1,197 名	30	H. 25	北海道	160 クラブ 1,013 名	37	R. 2	東京都	中止
23	H. 18	東京都	165 クラブ 1,399 名	31	H. 26	東京都	204 クラブ 1,559 名	38	R. 3	熊本県	147 クラブ 413 名
24	H. 19	東京都	172 クラブ 1,474 名	32	H. 27	東京都	202 クラブ 1,574 名	39	R. 4	東京都	199 クラブ 952 名
25	H. 20	東京都	177 クラブ 1,563 名	33	H. 28	東京都	204 クラブ 1,592 名	40	R. 5	三重県	204 クラブ 965 名
26	H. 21	東京都	175 クラブ 1,307 名								

## (2) ジュニアクラブチームの指導者と高校部活動の顧問について

現在金沢や志賀のチームのように高校の部活動顧問の教員や監督がジュニアチームの指導者として所属しているチームは全国で増えてきている。現在クラブチーム数は全国で283チームあり、そのうち約50チームに高校の指導者が所属している。多くのチームは公共の体育館などで練習を行っているが、高校の指導者が所属しているチームはその高校の道場などで練習を行っていることが多く、また、高校生と一緒に練習していることが多い。

## (3) 現在のクラブチームの在り方

上記でも書いたように、高校の教員がジュニア世代の指導を行っていることが増えた。それだけでなく、ジュニアチームの指導者（民間企業）が高校の外部指導員として各種大会に帯同している姿も増えてきている。そういった指導者の中にはいくつかの高校の部員をジュニアチームが練習を行っている道場で指導を行い、大会にはそれぞれの高校から出場するなど、いわゆる「部活動のクラブ化」のような形で行っているところもある。

## (4) ジュニアからの一貫指導のメリット・デメリットについて

ここまでジュニア世代から高校部活動までの一貫指導に関して書いてきたが、いくつかのメリット・デメリットがあると考えられる。

メリット	デメリット
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 幼少期から一貫指導を行えるため、信頼関係などを築いたうえで高校の部活動で指導することができる</li> <li>・ 保護者と信頼関係を築ける</li> <li>・ 慣れ親しんだ環境で高校まで練習することが多いため、いつでも安定した状態で練習に臨むことができる</li> <li>・ 受験などのアドバイスもしやすく、学習や指導なども行うことができる etc…</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高校に上がるまでに時間がかかる(5歳から指導を始めると高校入学までに10年かかる)</li> <li>・ 燃え尽き症候群などが出る可能性がある</li> <li>・ 高校の部活動よりジュニア世代の指導の方が保護者とのかかわりが多いため、保護者同士のトラブルや指導者とのトラブルに発展する可能性がある</li> <li>・ 高校からその競技を始めようとする生徒には周りが経験者ばかりになるためハードルが高くなる可能性がある etc…</li> </ul>

#### 4. まとめ

レスリングという競技は、いわゆるマイナースポーツと呼ばれるスポーツの1つである。テレビなどでも映像が流れることは少なく、どのようなスポーツなのかわからない。そのため、高校生が部活動として始めるスポーツとしてはハードルが高くなっていると思われる。一昔前はプロレスなどもテレビで流れていて、それに憧れてレスリングを始める生徒も多かったようだが、時代は変わってきている。だからこそ、幼少期から体力アップの一環としてレスリングという選択をご家族でもしてもらい、少しずつレスリングの面白さを知ってもらい、強くなりたいという気持ちを養っていくことでレスリングそのもののハードルを下げることにもつながるだろう。また、ジュニア世代の指導を行うことで、地域の活性化にもつながると考えている。金沢のジュニアクラブは、石川県スポーツ協会が主催の「ジュニア発掘事業」と呼ばれるイベントを毎年行っているが、ここ数年常に参加をしている。地域の子どもたちに少しでもレスリングに触れる機会を作ることで、様々な世代にレスリングというスポーツを知ってもらいたいと考えている。そして、レスリングが楽しいという気持ちを持った子どもたちを育てることで高校部活動の活性化につながる。

## 1 スキー競技（クロスカントリー）の特性

### （1）概要

クロスカントリースキーは、雪上に設営されたコースでスキーとスキーポールを用い、多様な地形での総合的走力を競う競技スキーであり、ノルディックスキーに分類される。スキー本来の用途である雪上での生活移動手段から自然発生的に競技となったものであり、全スキー競技の原点といえる種目である。

国際スキー連盟（Fédération Internationale de Ski=FIS）が統括管理する以前から多地域で独自に行われており、その名称は英語の“Cross-Country”（または“Distance”）、ドイツ語の“Langlauf”、フランス語の“Ski de Fond”など言語によって異なる意味の名詞が用いられている。

全日本スキー連盟では「クロスカントリー」で統一しているが、過去には「距離」と称していた。また、一般的にクロスカントリーとは陸上競技の一種目を指し、それと明確に区別する目的とし、スキーで行うクロスカントリーの意味からスキー・クロスカントリーと呼ばれる事もあり、この場合自転車競技のサイクル・クロスカントリー（シクロクロス）、モーターサイクルスポーツのモーターサイクル・クロスカントリー（モトクロス）と並立する呼称となる。

競技は確定した距離で争われるが、開催地別に大きく異なるコース地形と雪質、および時季と天候による雪の状態の違いにより、公認される世界記録や大会（コース）記録の類は存在しない。

オリンピック実施競技であり、世界選手権はノルディックスキーとしてオリンピックを挟んだ隔年に、年間シリーズ戦（FIS クロスカントリー・ワールドカップ）は毎年実施されている。また大衆クロスカントリーの年間シリーズ戦（ワールドロペット/FIS マラソン・カップ）も毎年実施されている。

### （2）歴史

所説あるが、起源はノルウェーから広まったとされている。雪に覆われた北欧の地では、何世紀もの間、スキーが冬の間に獲物を追いかけたり、薪を集めたりするのに必要な手段であった。小さな集落は互いに遠く離れた場所で孤立していたため、雪の多い厳しい冬は特に、スキーが社会的な交流のためにも重要な役割を果たしていた。「スキー」という言葉は、古ノルド語の「スキッド」（割った木材）に由来している。

創世記には異なるタイプのスキーが同じ時期にいくつも誕生したと言われ、そのうちの一つは、つま先の位置にビンディングが横向きについたもの。現代のスキーで使われているビンディングは、19世紀に誕生したこのフェノスカンジアのモデルがベースとなっている。シベリア東部タイプは、薄い板状のもので、縦にビンディングを止める4つの穴があり、毛皮で覆われているものもあった。ラップランドの先住民は、横向きのステムホールビンディングが付けられたスキーを使用。現代のクロスカントリースキーは、ラップランドの先住民が使っていたタイプから生まれた。

### （3）走法とスタート方法

#### ①クラシカル走法

古くから伝統的に用いられてきた走法技術のみが認められ、スケータイングによる推進は認められない。大きく摺り足する様にスキーを左右交互に滑らせる交互滑走（ダイアゴナル）、左右同時に突いたスキーポールを支持点にし、腰・背中屈曲によって揃えたスキーを滑らせる推進滑走、スキーをV字状に大きく開き雪面に内側エッジを掛ける様に左右交互に置いて坂を登る開脚登行、またはこれらのバリエーションの走法をコース地形や状況に応じて使い分ける。必然的に開脚登行を要する上り坂を除き、コースの大半がトラック内での滑走となる。

## ②フリー走法

走法技術に一切の制限がなく、下り坂で滑降する場合を除き、事実上コース全般でスケート滑走技術をスキーに応用したスケーティングでの滑走となる。スケーティング技術にはサイドキックの左右サイクルに対するスキーポールを突くタイミングで数種類のバリエーションがあり、コース地形や状況に応じて使い分ける。またスキーポールを突かないスケーティング技術もあり、主に滑降時に加速させる時にはスキーポールを脇に抱え、ゴールスプリントなど全力加速にはスピードスケート同様前屈して両腕を大きく振る。



クラシカル 交互滑走



クラシカル 推進滑走



フリー スケーティング

## ③スタート方法

## A インターバル・スタート

出走選手が個別に一定時間差（一般的に 30 秒間隔）を以て順次スタートし、予め決められたフィニッシュ線までに要した滑走時間の短さで争われる。

距離は 5、7.5、10、15、30、50、各キロメートルであり、大会の格式や個別の都合により走法と共に選択実施される。五輪・世界選手権においては、現在は女子 10 キロメートル、男子 15 キロメートルでのみこの形式が採用されており、走法については、大会ごとにクラシカルとフリーを入れ替えて行われている。

## B マス・スタート

出走選手全員が一斉にスタートし、予め決められたフィニッシュ線での着順で順位が決する。スタートラインは出走方向へ切妻形を成しており、選手の優先順位に基づき頂角から順番に左右へスタート位置を占位する。

距離は 10、15、30、50、各キロメートルであり、大会の格式や個別の都合により走法と共に選択実施される。五輪・世界選手権においては、現在は女子 30 キロメートル、男子 50 キロメートルで行われており、走法については、インターバル・スタートで採用されていない方の走法を採用する。

## 2 スキー専門部（クロスカンントリー）の現状と課題

## (1) 石川県の現状

競技人口が著しく減少傾向にある。ジャンプ及びノルディックコンバインドを除いて、県高校選手権大会にフルエントリーできなかった年が、過去 20 年で 5 回であり、出場し完走すればインターハイや上位大会に進める状況である。リレーに関しては、女子は平成 15 年からの 20 年間で 5 度しか出場できていない。男子においても、出場できなかった回数が、過去 20 年で 5 回あり、いずれも近 10 年以内の出来事である。

しかしながら、競技成績としては一定の結果を得ており、部員が一人しかいなかった令和 4 年度は、鶴来高校の山口蓮太（当時 2 年）が、インターハイ・選抜・全日本ジュニア選手権の 10 km フリー種目において 3 冠を成し遂げるなど、人口とイコールではない結果を挙げている。

ちなみに男子リレーの過去最高順位は、平成 21 年度の白馬インターハイでの 8 位である。その後、平成 24 年度札幌インターハイにおいて、上位でゴールしたが、計器未装着違反をとられ失格となった「幻の 5 位」があった。

## (2) 全国（クロスカントリー）の現状

石川県と同様に、減少の一途をたどっている。学校の統廃合もあり、リレーのエントリー数が現状を物語っている（入賞は 10 位まで）。前年の結果と開催道県の出場枠最大を満たすチームが、秋田県と長野県のみとなっており、学校代表 3 名以外で各県の枠を余す場合、同校で一人の補欠出場（得点外）が認められている中、この状況である。

しかしながら、東京都と近畿地区は競技人口が横ばいか増加傾向にあり、その中からタレントを発掘していけばと、全国スキー専門部も期待している。

※資料 1 ‘H26～’ R5 県総体出場者人数とインターハイリレー出場チーム数

	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5
県男	5	6	5	5	2	3	3	3	1	2
県女	0	0	0	0	0	3	3	3	1	2
全男リ	38	36	31	34	30	28	25	27	24	24
全女リ	22	22	24	19	18	19	21	19	16	15
県男順位	11 位	18 位	17 位	17 位	不	18 位	不	不	不	不

## 3 顧問、コーチの役目

クロスカントリースキーの結果を左右する重要な要素として「ワックス」がある。5 km コースを周回することが多く、起伏や陰ひなた、降雪気温雪温の他に、競技時間内での雪質の変化を想定しながらワックスを選択しなければならない。

この要素について時間をかけてテストを繰り返し行うことで、選手の背中を間接的に押すことができる。結果的に逆の場合も 0 ではないが、大失敗しないようにこれまでのデータも活かし、これまでの結果につなげられている。

クラシカル競技では、滑らすワックス（グライダー）と、止めるワックス（グリップ）を部分的に塗り分ける必要があり、それぞれ同時にテストを行わないとレースに間に合わない。グライダーコーチとグリップコーチ双方がいて、それぞれのライダーが無線機を持ち、コース途中の情報をテント内でテストスキーを準備しているコーチに伝え、次のテストに活かし、最終的に選手のスキーにワックスを塗り、送り出すことができれば理想だが、複数のコーチが帯同できず 1 人ですべての対応をしなければならないことも多い。

スキーの顧問たちは早くから現地入りして、いったい何をしているのだろうか？と思われる方々もいるかと思うが、私たちのレースは 2～3 日前から始まっているということをご理解いただければ幸いである。

そのほか、クロスカントリースキーレースのほとんどが「インディビジュアルスタート」という方式を採用しており、選手たちは 15 秒ごとにスタートしていくので、周囲を見ても今何位なのかが分からない。

コーチはワックスが終わると急いでコースに走り、特別な機械を用い、現在の順位における前後選手とのタイム差を伝えるとともに激励する。このように多大な準備が必要となる競技であり、現在は OB 達が献身的にスタッフとして参加してくれているが、宿泊費や大会ワックス代と、なにかと経費がかさむことも課題の一つである。

## ※資料2



## 4 目標設定について

今回、研究テーマとして一番にお伝えしたい内容が最後にきてしまい申し訳ないが、どうしてもクロスカントリーの特性を紹介したかったので、どうぞご理解いただきたい。

私の教員経験は、講師時代を含めて中学校と高校を行き来していたので、長いスパンで選手を指導させていただいた経験が今も生きていると感じている。またこれまでも、「どこで花を咲かせるのか」を生徒と話しながら中長期的なトレーニング計画の骨子となる「目標設定」をおこなってきた。それを紹介する前にひとつのデータを示したい。

## ※資料3 高校生ランキングと全中優勝者のその後について

シーズン	1位					2位					全中優勝	
	名前	所属 学年	SAJポイント	SAJランク	全中タイトル	名前	所属 学年	SAJポイント	全中タイトル	CL	F	
12-13	田中 聖土	秋田花輪 2年	32.93	31位	CL3位	宇田 彬人	福井勝山 2年	35.81	CL1位F5位	湯本	佐藤	
13-14	馬場 直人	長野中野立志館 2年	31.29	24位	出場なし	連 拓	北海道恵庭南 3年	36.67	入賞なし	宇田	星野	
14-15	馬場 直人	長野中野立志館 3年	26.14	18位	F2位	蜂須賀 優駿	北海道おといねっふ美術工芸 3年	36.7	出場なし	内田	竹原	
15-16	後藤 大成	北海道おといねっふ美術工芸 3年	32.72	22位	入賞なし	大田喜 日向	北海道おといねっふ美術工芸 2年	35.47	入賞なし	渡辺万	糸乗	
16-17	フィンドレー 咲夢	北海道富良野 3年	21.03	16位	F2位	坂詰 健太郎	新潟小出 3年	26.03	入賞なし	笠原	笠原	
17-18	羽吹 唯人	新潟十日町総合 3年	30.79	22位	CL10位F8位	土濃塚 悠成	秋田北鷹 3年	32.18	CL2位F5位	郷津	高橋太	
18-19	広瀬 峻	富山雄山 3年	34.64	17位	F9位	長屋 圭悟	北海道恵庭南 3年	35.52	入賞なし	竹田	今田	
19-20	小林 皓生	長野飯山 3年	21.67	18位	CL2位F1位	坂井 冠太	新潟十日町 2年	22.18	入賞なし	湯本	小林	
20-21	坂井 冠太	新潟十日町 3年	26.02	18位	入賞なし	小池 駿介	北海道富良野 2年	33.25	出場なし	笠原	笠原	
21-22	池田 遼一	長野飯山 2年	27.74	20位	CL3位F5位	小池 駿介	北海道富良野 3年	33.74	入賞なし	亀田	小笠原	
22-23	池田 遼一	長野飯山 3年	30.3	23位	CL1位F1位	山口 蓮太	石川鶴来 2年	36.03	全中無し(コロナ)	池田	池田	
23-24	藤本 孝輔	秋田北鷹 3年	44.64	31位	全中無し(コロナ)	森 稟桜	長野中野立志館 3年	45.58	全中無し(コロナ)	山口	岡田	

上記成績の黄色は、既に引退した選手で、一番右の「全中優勝者」においては、ほとんどが高校で上位入賞していないことが分かる。近年、こうしたデータは他競技においても目にするようになってきている。もちろんそれが全てではないし、現に長く選手として活動している者もおり、全中で優勝し、高校ランクでもトップに立った2名の選手の今後も楽しみでもある。しかしながら、高校ランク2位の選手で、全中に入賞はおろか、出場すらしていない選手もいて、かつ優勝経験者は宇田選手のみである。

早くも結論付けるなら、その結果は「目標」としてのものだったかどうか。とにかく目の前のことにただただ全力で、成長過程も無視してオーバートレーニングとなっていたのでは、とも考えられる。

そこで、現在全日本チームの絶対的エースとして活躍している2013～15シーズン高校生ランク1位だった「馬場直人」選手に、9月15日に長野県で行われたFISレースの際にインタビューしてみた。高校時代の目標についてどう考えていたかという問いに対して、「インターハイや選抜の優勝は目標でもあったが、短期的な目標であって、世界ジュニアに出るために同年代に必要な結果だろうから、そのように設定して練習していた」と答えている。また、「情報をどんどん取り入れ、世界基準での練習を高校生からでも工夫して取り組んでほしい」とも答えてくれた。「五輪メダリスト」という目標に向かってひたむきに取り組み、

次第に彼に抜かれていった同年代の有望選手たちは、彼と何が違うのだろうかと思っているうちに、どんどんと差をつけられた格好である。同い年で戦った鶴来高校の生徒に、私自身が「世界で戦う明確なビジョン」をイメージさせることが出来なかったことも、結果として現れたのかと思うと、指導者としては申し訳ない気持ちでいっぱいである。

そこで、昨年卒業した山口蓮太にもインタビューしてみたところ、やらせのようにとらえられるかもしれないが、「インターハイ優勝という目標は、世界大会への切符をつかむため、最大の目標は世界一になること」と語ってくれた。山口が小6の時、全日本スキー連盟は「第1回全国小学校スキー大会」が開催され、全国で出場60名の中、県代表として挑んだ2種目とも25位であった。私としては、ここで上位ではなかったことが、今の結果にも繋がっているとも思っている。



※資料4 馬場直人（中野土建 SC）



山口蓮太（早稲田大学）

そこで最大のテーマであった「擬態的な目標設定」についてである。皆さんも64ボックスはご存じかと思う。よく目にするのが「大谷翔平選手高校時代の目標」などで取り上げられるが、この目標設定シートは、原田隆史先生が作られたものではないかと思う。著作権等も発生するのかもしれないが、私も自分なりにアレンジしたものを、年に2回ほど生徒達に取り組ませている。取り組んだ方も大勢いるかと思うが、かなり時間がかかるので約1週間、真剣に考えさせるようにしている。すでに行っていることも入るかもしれないが、改めて考え直して、その中目標を達成する具体の行動を徹底的に考えてもらう。そこで出来た64個の具体的な取り組みを、2週間～4週間実際にやれたかチェックしていく。

「行動は『21日』で『習慣』になる」と誰かの本に書いてあった。この言葉をヒントに、出来る限り毎日チェックし、当たり前になるようにしていく。例えば、表には“ストラクチャー”という題目があるが、この雪になったら、このパターンで行くと考えるだけでもよいと伝え、難しく考えず取り組めるようにアドバイスしている。とにかく、目標は設定して終わりではなく、取り組んでなんぼだと指導してきた。諦めない気持ちを育て、中長期的スパンで目標に見合った取り組みをアドバイスしていくこと。少なくとも大学卒業までの7年間と、そこまでの結果も踏まえたいうで、一緒に練り直していくことを大切にしている。できれば、選手ピーク年齢が20代後半と言われているので、自己最高を目指す意味でも、そこまでやれる環境探しも含め、大学側へのお願いもおこなっている。



## ※資料5 行動確認表

蓮太 2023.11.30		/	/	/	/	/	/	/	/
世界 J r 3 0 位 内	知識	時差に慣れる							
		雪質を考える							
		天気							
		ストラクチャー							
		グリップの組み合わせ							
		筋肉と骨							
		ドーピング							
		初動負荷理論							
	思考力	目標を意識する							
		苦手意識を持たない							
		効率よくトレーニングする							
		判断力							
		日誌をつける							
		意識したことを書き出す							
		反省点から学ぶ							
		コース取り							

現在、オリンピックを目指して、自衛隊体育学校に進んだ教え子もいるし、社会人になった今でも出来る範囲でトレーニングし、国スポに出場する者もいる。そんな選手が少しでも増えていくよう、すぐに燃え尽きない目標設定とトレーニング計画について、これからもブラッシュアップしていきたい。

## 5 まとめ

中・長期的な目標を設定する上で、海外の事例も参考にしている。2006年にSAJが企画した、「ノルウェーの指導計画」である。スキー王国ノルウェーは、中学校までは全国大会を行わず、いわゆる各県での競争しかしない、とのこと。現在は少し幅が広がったようだが、ユース期におけるトレーニングを重視していることから、追い込み過ぎないようにしているようである。

くわえて、現在SAJナショナルチームコーチである、サミュエル・レージュ（フランス）との連携である。サムは奥様が石川県民ということで、2016年からの交流があり、帰国時には技術指導も行ってくれた。

その中で「高校はゴールじゃないよね?」「大学後も、なぜ続けないの?」の言葉が深く刺さった。私たちは、自分の教えられる時間だけで見過ぎていたのではないか。そんなつもりはなかったが、外国人コーチにはそう見えたようである。2018年10月には、私も彼のチームに帯同させて頂いて、話していた実態を目の当たりにした。年下の彼はどんどんと、日本の現状について核心を突いてくる。とても息苦しい。だが同時に、もっと自身の資質を磨き選手に還元していかないと、と燃え上がる炎が更に大きくなる。

まだまだ知らないことばかり。もっともっと研鑽を積んでいきたい。

ライフル射撃競技におけるリスク管理  
～生涯スポーツを目指して～

ライフル射撃専門部  
石川県立津幡高等学校 山下理貴

## 1 はじめに

日本におけるライフル射撃競技は、戦前の軍事訓練に起源を持ち、戦後に設立された日本射撃協会を中心に、平和なスポーツとして発展・成長してきた。その発展のきっかけは、いくつかの重要な出来事によってもたらされた。最初の転機は、1964年の東京オリンピックである。ライフル射撃が正式競技として採用されたこのオリンピックの成功により、日本国内で射撃場の整備が進み、競技環境が整ったことで、ライフル射撃が本格的に定着した。次の大きな出来事は、2021年の東京オリンピックである。このオリンピックを契機にライフル射撃の知名度が向上し、射撃体験イベントへの参加者が増加するなど、市民の関心が以前よりも高まった。また、2024年のパリオリンピックでは、海外選手が「無課金おじさん」としてSNSで話題となり、国内でも大きな注目を集めた。このように、競技としてのライフル射撃は社会に広く受け入れられてきたが、一方で、安倍晋三元首相銃撃事件のような銃犯罪が毎年のように発生している現状がある。そのため、銃は依然として危険な存在と見なされ、競技者は肩身の狭い思いをすることもある。しかし、競技用ライフルや競技用ピストルが犯罪に使用された事例はなく、その背景には、日本ライフル射撃協会や指導者による適切な指導や、銃を所持するための厳格なプロセスが存在する。今後もライフル射撃を競技スポーツとして維持・発展させていくためには、リスク管理の重要性を改めて考える必要がある。

## 2 ライフル射撃とは

ライフル射撃は、一定距離離れた場所に固定された標的を狙う競技である。標的には0.0点から10.9点までの点数が割り振られており、決められた弾数を撃ち、その合計点数が最も高い選手が勝者となる。使用する銃は大きく「ライフル」と「ピストル」に分類され、さらに火薬を使って実弾を発射する「装薬銃」と、空気の圧力で鉛の弾を発射する「空気銃」に分けられる。ライフル銃の重さは種類によって異なり、4.5kgから8.0kgである。競技中は、体の動きを固定し、発射時に滑らないように工夫された専用の固いウェアやグローブ、シューズを着用し、射撃の精度を高める。一方、ピストルは重さが約1kgで、片手で構えて標的を狙う。ライフルとは異なり、体を固定するウェアやグローブの着用は認められていない。

	銃種	競技時間	発射弾数	最高得点	標的までの距離	許可の有無
エアライフル	空気銃	75分	60発	654.0点	10m	有
エアピストル				600点(整数)		
ビームライフル	光線銃	60分	60発	654.0点		無
ビームピストル				600点(整数)		

高校生が扱える競技用銃と試合のルール

## 3 日本における銃の規制

日本では、スポーツ射撃に欠かせない「銃」の所持に対する規制が世界的にも厳しく、装薬銃や空気銃の所持には警察の許可が必要である。特に、エアピストルについては、持ち運びが容易で隠しやすいという理由から、ライフル以上に危険と見なされており、所持できる人数が国内で500名までと厳しく制限されている。また、所持許可には年齢制限などの条件も存在する。この規制により、18歳以上でなければ装薬銃の所持は認められておらず、高校生が使用できるのは、必然的に空気銃や光線銃を使った競技に限定される。

#### 4 インテグリティ教育の実施

インテグリティ教育は、競技者が安全に競技を行い、公正かつルールを守ったスポーツマンシップに基づいて活動するために必要な知識と行動を学ぶことを目的としている。具体的には、銃器の取り扱いの安全性や競技ルールの遵守が含まれ、競技の誠実性を守るための重要な要素となる。石川県では、県内の射撃部に所属する高校生を対象に毎年ゴールデンウィークに合宿を実施し、インテグリティ教育を行っている。1年生は主に光線銃を使った安全な種目に取り組むが、競技者としてのルールやマナーを指導することが主な目的であり、空気銃や装薬銃と同等のものとして扱うように指導している。

##### (1) 銃器の取り扱いについて

###### ① 銃の各部位の名称の確認

銃の各部位の名称を理解し、正確に把握する。

###### ② 銃口の向き

銃口は絶対に人のいる方向に向けない。

###### ③ 引き金を引く指の位置

射撃時以外はトリガーガードの中に入れていない。

###### ④ 弾丸の装填の有無の確認および抜弾

銃を手にしたときに弾丸が装填されていないことを確認し、セーフティフラッグを銃身に通す。

銃の携帯時や銃から手を離すときは必ず弾丸が装填されていないことを確認し、セーフティフラッグを銃身に通す。

###### ⑤ 銃を置く場所

銃を手から離すときは、安定した場所に置くこと。

###### ⑥ 銃の保持

銃を保持する際、誤って落とすことがないようにしっかりと保持すること。

###### ⑦ 発射時の周囲の安全確認

弾を発射する際は、事前に周囲の安全を十分に確認すること。特に発射方向については細心の注意を払うこと。

###### ⑧ 銃の目的外の使用の禁止

銃を棒代わりに使用して、遠くの物や高いところの物を取る等、目的以外の使用をしないこと。



インテグリティ教育の様子

##### (2) ルール、マナーについて

###### ① 射撃場における遵守事項や当該射撃場の管理規定(使用規定)を遵守すること。

- |    |  |
|----|--|
| 一  | 射撃実施中は赤旗を所定の場所に掲げなければならない                        |
| 二  | 射手以外は射座に入ってはならない                                 |
| 三  | 弾の装填は射座において前方の安全を確認した後に行わなければならない                |
| 四  | 標的以外に射撃をしてはならない                                  |
| 五  | いかなる場合でも絶対に人又は人のいる方向に銃口を向けてはならない                 |
| 六  | 射座以外の場所で据銃してはならない                                |
| 七  | 射座を離れる場合は必ず装弾を点検し、セーフティフラッグを入れ、銃を安全な状態にしなければならない |
| 八  | 鉛弾は射手が自ら完全に回収しなければならない                           |
| 九  | 自己の所有にかかる銃砲や弾は、各自が責任をもって管理しなければならない              |
| 十  | 射場に備え付けの器具等を使用した場合は使用後所定の位置に返納し、整理整頓しなければならない    |
| 十一 | 射場の管理者又は射場長が注意若しくは指示した事項は、これを厳守しなければならない         |

医王山ライフル射撃場の管理規定

## ② ドレスコードについて

ISSF（国際射撃連盟）は、公式スポーツ行事に適したマナーに則った服装で射場に現れることを選手の責任としている。以下は、高校生が着用する可能性がある禁止されている服装の例である。

- ・ブルージーンズ
- ・迷彩柄の衣服
- ・ノースリーブのシャツ
- ・短すぎる半ズボン
- ・穴のあいたズボン
- ・不適切なメッセージの書かれたシャツやズボン

これらの服装は、射撃競技の成長や新たな参加者・ファンの獲得、さらにはオリンピックスポーツとしての地位を確保する可能性に大きく影響を与えるため、遵守する必要がある。

## ③ ライフル射撃に関わる者としての行動規範について

ライフル射撃は近年、多くのメディアに取り上げられ、各地で体験イベントや小中学生を対象とした射撃教室が開催されている。これらの活動の中では、競技関係者は競技歴に関係なく対等に認識されるため、射撃に関わる者はスポーツの公正の精神とマナーを尊重し、ライフル射撃の品位を保つことが求められる。行動規範については、競技力の向上と普及・発展を図るとともに、社会的信頼を確保することが目的として定められており、この規範を遵守することが、ライフル射撃に関わる者にとっての義務である。

## ア 法令及び諸規則等の遵守

法令、諸規則、日本ライフル射撃協会定款及び倫理規定を遵守するとともに、社会通念上の一般良識と社会規範から逸脱することのないよう行動すること。

## イ 差別の排除

社会生活及び競技活動において、人種、性別、信条、思想、宗教、身体的特徴、経済的事情又は学歴等を理由とした差別を行わず、人権を尊重し、平等に対応すること。

## ウ ハラスメントの禁止

あらゆる場面において、セクシャル・ハラスメント、パワー・ハラスメント、モラル・ハラスメント等の各種ハラスメント行為については、行ってはならない。第三者への思いやりと配慮を持って行動すること。

## エ 社会への貢献

日常より社会との良好なコミュニケーションの維持に努め、スポーツを通して明るく心豊かな社会の実現に貢献すること。

## オ ドーピングの禁止

アンチ・ドーピングの理念を理解し、ドーピング防止規程及び ISSF アンチドーピングレギュレーションを遵守すること。

## カ ソーシャルメディア

ソーシャルメディアを利用する場合は、第三者への権利損害、誹謗中傷をしてはならない。

## 5 指導者の役割

## (1) 安全の徹底

ライフル射撃では、事故の発生を防ぐことが最優先事項である。指導者は、選手が銃器などを正しく扱っていない場合には、適切に指導する必要がある。そのため、リスク管理やメンテナンスの知識を身につけなければならない。

## (2) 選手の体調管理

ライフル射撃は静的なスポーツであるため、体力の消耗が少ないように見えるが、長時間通気性の悪い装備を身に着けることから、熱中症のリスクが高い競技である。指導者は、熱中症のリスク管理と危機管理を徹底し、これらについて選手自身にも理解させなければならない。高校生にとって大きな試合の1つである全国高校選手権大会は7月末の猛暑の中で試合をしなければならないが、過去に熱中症の疑いで運ばれた選手が数名いる。そのための対策として、指導者は早い時期から暑熱順化を意識した生活を指導し、リスクを下げなければならない。

## 6 生涯スポーツとして

ライフル射撃は、性差や年齢差、障がいの有無に関係なく、誰もが同じ射場で競い合えることが大きな魅力であり、この競技が持つスポーツの多様性は、これからの時代に大きな可能性を秘めているといえる。

### (1) 共生スポーツ大会の実施

2023年より、全日本クラスの大会の一部が「オリパラ男女混合共生大会」となった。従来は男女別で同じ種目（男子10mエアライフル、女子10mエアライフルなど）を行っていたが、今大会では男女の区別なく総合優勝者を決める形となっている。また、健常者と障がい者が同じ射群で競技を行うことも特徴の一つである。パラリンピック競技では障害によるクラス分けがされており、試合条件が異なるため、健常者と同時に試合を行うことは難しいとされていた。しかし、実際の大会では大会関係者の努力により、大きなトラブルや違和感もなく、無事に大会を終えることができていた。

### (2) eスポーツの登場

近年、オリンピックの視聴者の高齢化が進む一方で、eスポーツは若者に非常に人気があり、次世代の視聴者を取り込む手段として注目されている。従来のスポーツ競技に関心を持たない若年層が、eスポーツを通じてオリンピックに興味を持つ可能性があるため、IOCはeスポーツの普及に力を入れることとなった。

ライフル射撃では、「フォートナイト」というTPS（第三者視点で撃ち合うゲーム）を基に、2025年に開催されるeスポーツの国際大会「オリンピック・eスポーツ・ゲームズ」への採用を目指している。eスポーツは共生スポーツの要素を含みつつ、仮想空間で行われるため、射撃場が不要であり、部活動や高齢者施設などでも行うことが可能である。また、ゲームの射撃を体験することで、リアル射撃をやりたいと思う人が出てくる可能性がある。

## 7 まとめ

ライフル射撃競技は、その特性からリスク管理が非常に重要である。競技者や指導者は、安全な環境で射撃を行うために、銃器の取り扱いルールの遵守を徹底しなければならない。特に、事故を未然に防ぐための教育と訓練は、すべての競技者にとって不可欠である。また、共生スポーツとしての取り組みやeスポーツの導入により、ライフル射撃の魅力はますます広がり、次世代の参加者を引きつける可能性が高まっている。これにより、ライフル射撃はただの競技にとどまらず、長期的な参加と持続的な発展が期待される生涯スポーツとしての位置づけを強化している。ライフル射撃競技におけるリスク管理と生涯スポーツの要素は相互に関連し合い、参加者の安全とスポーツの普及・発展に寄与することが求められる。このバランスを保ちながら、ライフル射撃の未来を築いていくことが重要である。

### 第18回県研究大会参加者名簿

	役 職	氏 名	所 属
1	石川県高等学校体育連盟会長	梅本 浩照	金沢桜丘高等学校長
2	石川県高等学校体育連盟副会長	森田 久俊	寺井高等学校長
3	石川県高等学校体育連盟副会長(調査研究部長)	釜田 涉	津幡高等学校長
4	石川県高等学校体育連盟副会長	島崎 康一	穴水高等学校長
5	石川県教育委員会保健体育課課長(高体連参与)	瀬戸 博邦	
6	石川県高等学校体育連盟理事長	糺 高晴	金沢桜丘高等学校
7	石川県教育委員会保健体育課指導主事(指導助言者)	岡村 武志	

	学 校 名	参加者氏名(下線:発表者、ゴシック:調査研究委員)			
1	大聖寺実	若林 伸之			
2	加賀聖城	坂下 康政			
3	大聖寺	達 光洋	矢田 英		
4	加賀	川端 敏明	本田 雅之		
5	小松商業	田村 智成	山作 直弘		
6	小松工業	<u>(発表者) 森口 祐太</u>	小町 昂史		
7	小松市立	古橋 健太			
8	小松	塩屋 千学	荒川 富夫		
9	小松北	野村 幸孝			
10	小松明峰	横野祐太朗	野田 誠一	安田 誠二	
11	寺井	西村 剛			
12	鶴来	<u>(発表者) 山田 純文</u>	斉藤 由華	本田 祐樹	
13	松任	中西 拓磨			
14	翠星	芝田 公美			
15	明倫	油谷 憲治			
16	金沢錦丘	高田 満			
17	金沢泉丘	山内 亨	木村 哲也	青木 崇	
18	金沢二水	池田 楓子			
19	金沢中央	井口 麻未	平塚 浩一		
20	金沢伏見	鴨田 祐介	今川 徹		
21	辰巳丘	山口 敦史	田村 達		
22	金沢商業	<u>橋本 光平</u>			
23	県立工業	生田 佳澄			
24	金沢桜丘	千石 友規	竹中 二郎	中村 三成	
25	金市工業	北橋 純子	中野 克也	増田 英樹	嶋 崇志
26	金沢西	<u>中村 兼希</u>	野尻 直人	向井 秀叡	
27	金沢北陵	<u>岡田 大道</u>			
28	金沢向陽	山首 一恵	井谷 亜矢		
29	内灘	片岡 信忠			
30	津幡	<u>(発表者) 山下 理貴</u>	宮村 徹	河村 聡	松田 拓斗
31	宝達	油野 知加			
32	羽咋	中越 早代			
33	羽松	倉脇 寛支			
34	羽咋工業	松山御勇大	文後 豪介	北野 美空	
35	志賀	稲田 浩平			
36	鹿西	松浦 大粹			
37	七尾東雲	岡田 英典			
38	七尾	中西 外幸			
39	七尾城北	福島 滉一			
40	田鶴浜	平瀬 諒太			
41	穴水	白木 正文			
42	門前	木浦 智			
43	輪島	山下 友子			
44	能登	竹崎明日香			
45	飯田	米澤 正子			
46	明和特支	稲葉 梨絵			
47	いしかわ特支	長尾 将立			
48	小松特支	宮下 翼			
49	七尾特支	赤柴 五郎			
50	金大附属	辻岡 夏彦			
51	小松大谷	西田 祥平			
52	北陸学院	荒木 祐輝			
53	遊学館	吉田 昌史			
54	金沢	杉本 康孝			
55	金沢龍谷	岡田麻紀子			
56	星稜	<u>(発表者) 矢後慎太郎</u>	安達 裕子	西川 明大	
57	金学大附	坂本 裕平	横山 康博	徳田 哲雄	
58	鵬学園	高柴 礼奈			

