

会報

公益財団法人 日本スポーツ協会公認
茨城県スポーツ指導者協議会

I : Ibaraki
S : Sports
C : Coachies
C : Council

発行 令和6年9月15日

発行人 茨城県スポーツ指導者協議会 会長 鈴木孝子
事務局 〒306-0204 古河市下大野 1463-4
TEL・FAX 0280-92-4555 事務局長 鈴木義夫
会員数 2,176名 (R6.9.15現在)

会長あいさつ



茨城県スポーツ指導者協議会
会長
鈴木孝子

パリオリンピック・パラリンピックでのアスリートたちの活躍は、記憶に新しいことでしょう。勝利した選手が指導者のもとへ駆け寄ってハグする姿、敗北して泣き崩れる選手を抱きかかえながら支える指導者の姿に感動いたしました。

さて、私達はなぜこうした姿を見て感動するのでしょうか。おそらく、そこに至るまでの人並みならぬ選手たちの努力や選手を支え続けてきた指導者の苦勞と苦悩を想像しているのだと思います。

このように私達が共感することができるのは、前提として同様の体験をしてきたからだと思います。その感動が世界中に広がるということは、世界中の人々が思春期に友人と共にさまざまな活動に取り組みながら、喜怒哀楽を共有した体験があるからだと思えます。

日本の部活動は世界的にみると特に貴重な制度ですが、現在、その運営は岐路に立たされています。特に中学校の部活動改革は、思春期の子どもたちに大きく影響することが危惧されています。コロナ禍でリモートでの授業や会議が行われまし

た。その結果、若い世代では直接的に人と人が触れ合うような活動が、社会の一員としてやっていくのに必要不可欠であることが徐々に分かってきたそうです。

もちろん学校の先生方に頼ってばかりではいけません。地域移行が叫ばれていますが、そこに地域という「もの」があるわけではありません。ある場所に集う人々の営みによって「地域」が生まれるのです。地域の一部でもある学校に向いて行ってもいいでしょう。学校以外の場所でも集うことがあってもいいでしょう。どちらの場合でも重要なのは、そこに核となる優秀なリーダーが求められているということです。

茨城県スポーツ指導者協議会には、公認スポーツ指導者の資格を有する優秀なリーダーが揃っています。もちろん、これまでとは異なるコミュニティを形成しなければならぬため、今までどおりという訳にはいきません。そこに集う人々のニーズも多様化しています。それでも、思春期の中学生には喜怒哀楽を共に体験する活動が欠かせないのです。

本協議会の会員のみならずにおかれましては、まずは、お住まいの地域にいらっしゃる会員同士でコミュニケーションを図って下さい。そして、その集いの輪を徐々に広げて、老若男女を問わず、さまざまな人々が集い、学び、高め合う活動を推進してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



公益財団法人 日本スポーツ協会公認
スポーツ指導者のために

資質向上と活動の推進を

連帯感を深め組織的活動を

事業課長あいさつ



茨城県スポーツ協会
事業課長
江連 昌治

四月から県スポーツ協会事業課長を仰せつかりました。どうぞよろしくお願い申し上げます。

私は県スポーツ協会に赴任するまで、高校で体育を教え、高校野球の監督を長年務めておりました。つまり、日本スポーツ協会公認の指導者資格を持つ必要がなく、他の競技の顧問を務めることもなかったため、指導者協議会の存在も知りませんでした。しかし、県スポーツ協会に平成三十年四月から勤めておりますので、指導者協議会の重要性を日々認識しているところでございます。

元来、スポーツにおける指導者には、様々なことが求められています。競技に求められる技術を伝達すること、競技の楽しさや醍醐味を味わわせること、練習や試合をする上で選手やチームのモチベーションを維持・向上するよう導くこと、ルールやマナーを選手に示し、それを遵守する意思決定力を選手に持たせることなど、切りがないほど多くのことを日々指導

する必要があります。また、これらの理論や流行が進化し続けるので、指導者自身が学び続けることがとても大切だと思います。日本スポーツ協会公認資格に設置されている競技であるかどうかに関わらず、あらゆる競技の指導者に共通する重要な要素であると思います。

茨城県では、指導者協議会が活発に運営されていることもあり、指導者の資質向上と指導者育成の態勢が整っている県であると言えます。例年、他県からの受講者がいるのはその現れであります。

本協議会につきましては、今後も年数回の講習会の運営や広報誌などによる新情報の周知など、多くのことを展開していきます。そのために運営に携わる方々のご苦勞に対しましては、頭が下がる思いです。しかし、今後も指導者の育成がまず必要な要素であることは事実であります。スポーツをする青少年は、スポーツを経験しながら大人へと成長します。そこに関わる大人たち、特に指導者は選手たちの人生に大きな影響を与えます。このことから、今後も指導者協議会の果たす役割はとても重要です。各競技団体だけではなく、指導者協議会もスポーツ界の未来に向けて重要な役割を担うべく、益々の発展を期待することを申し上げます。



茨城県教育庁学校教育部
保健体育課長
高橋 清

部活動の地域移行について

【国の方針】



(スポーツ庁HPより)

文部科学省は、令和5〜7年度の3年間で部活動地域移行の「改革推進期間」とし、合同部活動や部活動指導員の配置により地域と連携することや、学校外の多様な地域団体が運営主体となる地域クラブ活動へ移行することについて、地域の実情に応じて可能な限り早期の実現を目指すよう、各自治体に求めています。

地域移行の推進は、全国的に少子化が深刻化していることが背景にあります。少子化により、運動部に所属する生徒が減少し、特にチームスポーツなどで部員数が足りず、大会に出場できない・練習試合ができないなどの状況が発生しています。また、部活動設置数

が減少し、生徒が希望する部活動が学校にない状況も出てきています。

また、その他にも、専門的な指導を受けることができない、様々なスポーツを体験できない、引退後、活動を続けられる場所がないなどの課題が顕在化しています。

このような課題を解決するためにも、地域移行を推進することで、子供のスポーツ機会を確保し、地域の子供は学校を含めた地域で育てていく環境を整備していくことが重要です。さらに、地域移行は、スポーツ機会の確保以外にも、学校を超えた仲間の獲得、多様な世代との豊かな交流、スポーツに限らない多様な体験など、様々な効果が期待されます。

【茨城県の取組】



県主催の部活動地域移行
市町村担当者連絡協議会

現在、茨城県では国の予算を活用した実証事業に取り組み32市町村と独自の予算措置により地域移行に取り組み4市町村を合わせた36市町村で地域移行が進められております。各市町村において、地域の実情に合った体制整備や実際

に生徒の活動を学校から地域に移行する取り組みなどを通して、課題の検証に取り組んでいるところ
です。

また、指導者不足の課題解決に向けて、令和5年6月から「茨城県地域クラブ活動人材バンク」を構築し、システム上でマッチングできる体制を整備しております。

さらに、今年度、本県を含む7県が国から「重点地域」の指定を受けています。重点地域には、地域スポーツ環境の整備に先導的に取り組む地域が指定されており、県内では、土浦市・高萩市・つくば市・守谷市・神栖市の5市が対象となっております。

このように、部活動の地域移行の実現に向けて、多くの市町村が積極的に取り組んでいます。8月には、「第1回部活動地域移行市町村担当者連絡協議会」を開催し、各市町村での取組内容の共有を通して、今後の地域移行の実現に向けて、活発な意見交換を行いました。

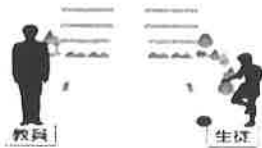
地域移行を実現していくうえで、子供たちに直接的に関わっていく指導者の確保や資質の向上が重要となります。指導者の皆様には、部活動の地域移行の必要性和重要性をご理解いただき、本県の取組に対して、ご協力いただけるようお願いいたします。

【部活動地域移行イメージ (スポーツ庁)】

学校部活動

- ・ 学校が主体となって行われる部活動
- ・ 学校の中で実施
- ・ 複数校でまとまって一つの部活動を行う合同部活動の導入や、部活動指導員等の地域の人材を活用すること(地域連携)を推奨

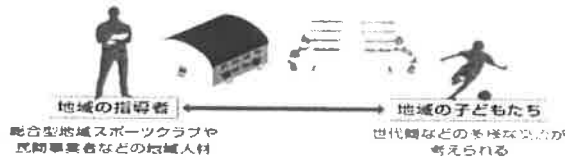
学校単位での部活動 例：〇〇中学校での部活動



地域クラブ活動

- ・ 地域が主体となって行われる活動
- ・ 市民体育館、公民館、学校体育施設など、多様な場所
で実施
- ・ 多世代・多種目な活動

地域クラブ活動 例：〇〇市町村での地域クラブ活動



《 茨城県地域クラブ活動人材バンク 登録状況 (8/27時点) 》

競技名	登録人数	競技名	登録人数
陸上競技	32	弓道	15
野球	32	バドミントン	12
バスケットボール	27	硬式テニス	11
剣道	25	水泳	9
柔道	23	ハンドボール	7
バレーボール	19	スキー	4
サッカー	19	体操	3
ソフトボール	17	レスリング	2
ソフトテニス	16	新体操	1
卓球	15	その他	104

※競技名は、県中学校体育連盟が主催する大会の種目です。その他、ダンスやラグビー、吹奏楽なども登録いただいております。

現在、人材バンクには393名の指導者の方々に登録をしていただいています(8/27時点)。今後、地域移行が進むにつれ、より多くの指導者が求められることが予想されます。

多くの中高生のスポーツ活動に対応するために、人材バンクへの登録にご協力をお願いいたします。

【茨城県地域クラブ活動 人材バンク】



STEP 01

登録

中心として
から登録可能な種目

3分
3分以内

電子登録も可能です。
電話番号は問いません。

STEP 02

応募

登録可能な種目

スカウト

入札/お問い合わせ

STEP 03

審査・面接

登録可能な種目

登録可能/面接

STEP 04

勤務開始

登録可能な種目

登録可能/面接

中学校・高校の部活動をサポート
茨城県 地域クラブ活動
人材バンク

あなたの経験を、子どもたちの未来へ。

前導時間は
3分でOK!

登録すれば、こんないいこと、いい仕事!

令和5年度収支決算報告書 (令和5年4月1日~令和6年3月31日)

(単位:円)

収入の部

Table with 5 columns: 項目, 本年度予算額, 本年度決算額, 比較増減, 備考. Rows include 1. 会費, 2. 補助金, 3. 繰越金, 4. 雑収入, and a total row.

支出の部

(単位:円)

Table with 5 columns: 項目, 本年度予算額, 本年度決算額, 比較増減, 備考. Rows include 1. 会議費, 2. 事務費, 3. 事業費, 4. 支部活動費, 5. 負担金, 6. 雑費, 7. 予備費, and a total row.

収入合計 3,235,259円
支出合計 1,956,831円
差引残金 1,278,428円

なお、差引き残金は令和6年度本協議会収支予算書に繰り越いたします。

令和6年度 収支予算書 (令和6年4月1日~令和7年3月31日)

(単位:円)

収入の部

Table with 5 columns: 項目, 本年度予算額, 前年度予算額, 比較増減, 備考. Rows include 1. 会費, 2. 補助金, 3. 繰越金, 4. 雑収入, and a total row.

支出の部

(単位:円)

Table with 5 columns: 項目, 本年度予算額, 前年度予算額, 比較増減, 備考. Rows include 1. 会議費, 2. 事務費, 3. 事業費, 4. 支部活動費, 5. 負担金, 6. 雑費, 7. 予備費, and a total row.

収入合計 3,200,000円
支出合計 3,200,000円
差引残金 0円

令和6年度 本協議会事業計画書

1、方針

- 1) 地域住民のスポーツ活動のニーズに対応して、生涯にわたるスポーツ活動への協力と支援を通じてスポーツ指導者の社会的地位向上に努める。
- 2) 資格保有者相互の親睦と連携に努めて、指導者として資質や指導力の向上を図り、スポーツ活動の推進に努める。
- 3) 公認スポーツ指導者が、本協議会に会員入会（新規入会・更新入会）の促進を積極的に推進する。

- (4)参加定員 100名予定
 (5)主 管 県北支部
 (6)運営委員 若干名（県スポーツ協会・本部役員・県北支部役員）
 (7)講 師 講演Ⅰ、茂木ゆういち氏（一般社団法人日本スポーツコーチング協会）
 講演Ⅱ、新井正道氏（一般社団法人日本スポーツコーチング協会）

2、目 標

- 1) 本協議会の組織充実を図る。
 - ①本協議会の組織体制を図り、本部事務局及び支部組織の充実に努める。
 - ②市町村及び競技団体との連携・協調に努める。
 - ③有資格者の会員入会（新規入会及び更新入会）の促進を積極的に推進する。
- 2) 更新研修会（全県研修・地区研修）を開催して、資質と指導力の向上を図る。
- 3) 普及広報活動を充実させて、交流と情報交換を図る。
- 4) 公益財団法人茨城県スポーツ協会及び市町村体育（スポーツ）協会事業への協力体制を充実させる。
- 5) 競技団体との連携強化を図る。
- 6) 関東ブロックスポーツ指導者協議会の情報交換と連携協力する。

2) 令和6年度本協議会会報発行

- ①会報第89号発行
 - (1)ページ数 10ページで2,200部発行予定
 - (2)原稿依頼 令和6年7月20日～8月20日予定
 - (3)発行日 令和6年9月15日予定
 - (4)配付先 6支部会員・県外会員及び新規入会会員・県スポーツ協会
- ②会報第90号発行
 - (1)ページ数 10ページで2,200部発行予定
 - (2)原稿依頼 令和7年1月15日～2月20日予定
 - (3)発行日 令和7年3月15日予定
 - (4)配付先 6支部会員・県外会員及び新規入会会員・県スポーツ協会

3、事 業

1) 令和6年度公益財団法人茨城県スポーツ協会事業協力

①令和6年度茨城県スポーツ指導者研修会・全県研修会

- (1)期 日 令和6年8月4日（日）
 午前9時30分受付・午前10時開会～午後2時35分閉会
 (2)会 場 水戸市・ザ・ヒロサワ・シティ会館（小ホール）
 (3)参加料 会員1,000円・未会員3,000円
 (4)参加定員 300名予定
 (5)主 管 研修委員会
 (6)運営委員 若干名（県スポーツ協会・本部役員・研修委員）
 (7)講 師 講演Ⅰ、藪内夏美氏（公益財団法人日本バスケットボール協会）
 講演Ⅱ、河西浩志氏（一般社団法人日本スポーツコーチング協会）

②令和6年度茨城県スポーツ指導者研修会・水戸地区研修会

- (1)期 日 令和6年9月1日（日）
 午前9時30分受付・午前10時開会～午後2時35分閉会
 (2)会 場 水戸市・JAGグループ茨城教育センター（二階大会議室）
 (3)参加料 会員1,000円・未会員3,000円
 (4)参加定員 80名予定
 (5)主 管 水戸支部
 (6)運営委員 若干名（県スポーツ協会・本部役員・水戸支部役員）
 (7)講 師 講演Ⅰ、茂木ゆういち氏（一般社団法人日本スポーツコーチング協会）
 講演Ⅱ、岩上紋子氏（一般社団法人日本スポーツコーチング協会）

③令和6年度茨城県スポーツ指導者研修会・県南地区研修会

- (1)期 日 令和6年11月10日（日）
 午前9時30分受付・午前10時開会～午後2時35分閉会
 (2)会 場 阿見町・本郷ふれあいセンター（一階ホール）
 (3)参加料 会員1,000円・未会員3,000円
 (4)参加定員 300名予定
 (5)主 管 県南支部
 (6)運営委員 若干名（県スポーツ協会・本部役員・県南支部役員）
 (7)講 師 講演Ⅰ、新井正道氏（一般社団法人日本スポーツコーチング協会）
 講演Ⅱ、茂木ゆういち氏（一般社団法人日本スポーツコーチング協会）

④令和6年度茨城県スポーツ指導者研修会・県北地区研修会

- (1)期 日 令和7年2月15日（土）
 午前9時30分受付・午前10時開会～午後2時35分閉会
 (2)会 場 日立市・池の川さくらアリーナ（サブアリーナ）
 (3)参加料 会員1,000円・未会員3,000円

3) 令和6年度公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者表彰推薦者

- (1)県北支部・推薦者なし (5)県南支部・大久保進司様
 (2)水戸支部・推薦者なし (6)県西支部・推薦者なし
 (3)中央支部・推薦者なし (7)常任理事会・推薦者なし
 (4)鹿行支部・推薦者なし

4) 令和6年度茨城県スポーツ指導者協議会表彰推薦者（功労賞）

- (1)県北支部・菅野恵子様 (5)県南支部・推薦者なし
 (2)水戸支部・推薦者なし (6)県西支部・推薦者なし
 (3)中央支部・多田保徳様・武石良男様
 (4)鹿行支部・推薦者なし (7)常任理事会・推薦者なし

5) 令和6年度本協議会各種会議等開催計画

- ①総 会

期 日 令和6年4月27日（土）
 会 場 笠間市・友部公民館一階多目的ルーム
- ②常任理事会

期 日 3回計画/年・令和6年10月5日（土）予定
 令和7年2月8日（土）予定
 令和7年3月22日（土）予定
 会 場 笠間市・友部公民館二階小会議室予定
- ③理 事 会

期 日 2回計画/年・令和6年4月13日（土）
 令和7年3月8日（土）予定
 会 場 笠間市・友部公民館二階小会議室予定
- ④会計監査

期 日 令和7年4月5日（土）予定
 会 場 古河市・中央公民館一階会議室予定
- ⑤専門委員会
 - (1)総務委員会

期 日 2回計画/年・令和6年7月11日（木）予定
 令和6年1月23日（木）予定
 会 場 水戸市・茨城県水戸生涯学習センター分館内二階会議室予定
 - (2)研修委員会

期 日 3回計画/年・令和6年5月23日（木）予定
 令和6年7月25日（木）予定
 令和6年8月22日（木）予定
 会 場 水戸市・茨城県水戸生涯学習センター分館内二階会議室予定
 - (3)広報委員会

期 日 3回計画/年・令和6年5月下旬予定
 令和6年8月下旬予定
 令和7年2月下旬予定
 会 場 笠間市・友部公民館一階相談室予定

令和 6 年度 茨城県スポーツ指導者研修会 全県研修会 令和 6 年 8 月 4 日 (日) 於：ザ・ヒロサワ・シティ会館

《講演 I》 「自立を促すコーチングが直面する課題と葛藤」 ～日本代表につながる育成年代のコーチングについて～

講師 元アンダーカテゴリー日本代表監督
エネオスサンフラワーズ女子バスケットボール部コーチ
藪内 夏美



● コミュニケーションの 背景にあるもの

私は 2008 年から 2020 年度までの 12 年間、女子バスケットボールチームのコーチングスタッフとして、また 2021 年には東京オリンピック女子日本代表バスケットボールチームのアシスタントコーチとして、そして現在は 16 歳から 19 歳までの女子アンダーカテゴリーのヘッドコーチとして直接選手と関わりながらパフォーマンス向上を目指してきました。私が一番感じていたことは選手個々人のコミュニケーションの在り方です。選手はそれぞれ「対一のときは自らの考えを述べてくれるのですが、チームのなかでは、なかなか自分の意見を発言することをしません。何か意見があってもチームキャプテンにすべてを任せるといふ集団心理が働くのです。

この集団心理というのは「叱られたり、すぐに否定されるくらいなら黙っておいたほうがまし」という選手間やコーチと選手間のジレンマです。それらは育成年代からの課題としてあるのではないかと考えています。ヒエラルキーの行使があるコーチ主導のコーチングでは選手は自分の意見を出しにくいのです。

● コミュニケーション向上 のための取り組み

チームをオフェンス班、ディフェンス班、ムード班の 3 つのグループにわけ、練習前後に目標設定をして毎日の発表してもらいました。最初は戸惑っていた、目標も抽象的でしたが毎日続けることで「人前で話す」とへのハードルが下がりました。やがて目標が具体的にになり各グループの結束も出てきました。その後はコミュニケーションの量と同時に質も向上し、特にコミュニケーションが必要なチームディフェンスの失点がシーズンごとに減少するなど数字にも現れました。

● 育成年代に必要なコミュニケーション

言語技術とは思考を論理的に組み立て、相手が理解できるようにわかりやすく表現し、自分の意見に責任を持つことです。私は 14 歳から 19 歳の選手の指導をしていく中でバスケットの練習とは別に超初級編として言語技術の時間を取り入れていきます。何回かトレーニングすることで選手の話し方が変わってくと同時に、物事を見る力も向上していくのが感じられます。選手を多く抱えている部活では選手一人一人時間をかけて話す

時間も限られています。指導者が良い質問や問いかけをする事で選手は考え、その答えを導き出す力がとても大切だと考えています。

● 指導者の責任

自身の指導が直ぐに結果に繋がらないからといって、指示命令が多く、時には声を荒げることでも効果があるように感じるかもしれませんが、それらは一定時間を過ぎると効果が発揮されず、また元に戻ってしまいます。自分の指導の成果が 1 年後、5 年後、時には 10 年後に現れるかもしれません。指導者は選手の大切な命を預かっている。という自覚を持って、選手一人一人と向き合ってほしいです。大人の成長には痛みが伴います。痛みを恐れずに指導者も学びを止めず成長していきましよう！



《注釈》 ヒエラルキー：ピラミッド型の階層組織

令和6年度 茨城県スポーツ指導者研修会 全県研修会 令和6年8月4日(日) 於：ザ・ヒロサワ・シティ会館

《講演Ⅲ》「限界突破思考を生み出す指導者のコミュニケーション」

講師 一般社団法人 日本スポーツコーチング協会
スポーツコミュニケーションアドバイザー&コーチ
河西 浩志



● 研修概要

選手が自らの限界を突破するために、指導者として選手に対してどう関わり、どんなコミュニケーションが必要なのか。今回の研修では「限界突破思考」という言葉を使い、思い込みの力やマインドセット理論、トップアスリートの事例、更には動画を用いながら、なぜ限界突破思考が必要なのか、選手やチームの可能性を發揮するためにどうすれば良いのか、また、チームが100%以上のチカラを發揮するためには何が必要なのか等についてご紹介しました。大事な場面で緊張し、実力が發揮できない選手がいる一方で、奇跡と言われるほどの力や粘りを發揮する選手やチームの違いは何処にあるのか；研修会でお話しした内容の一部をご紹介します。

● 限界突破思考とは

先ず始めに限界突破思考の定義を『どんな状況でも「可能性」を見出し、「どうすればできるか?」を考え行動し続ける思考』としました。この限界突破思考を身に付けると、「常にできる方法があるはずだ」「もつと技術を向上させるには」という思考となり、その思考から行動を起こすことで、個人やチームのパフォーマンス向上に繋がります。そして、選手やチームが困難に直面しスランプに陥った時でも限界突破思

考が夢や目標を実現するための武器になるのです。

人間は自らの能力を僅か3%、10%程度しか發揮していないと言われていました。90%以上眠っている潜在能力の中にある可能性を引き出すために、先ずは自分の可能性を信じることから始まります。一流アスリートは自分の可能性を信じ、幼少期の作文などで夢や目標を言語化しています。指導者は選手たちが無意識のうち自分の限界を決めている「心のフタ」を取り払い、選手が自分の「可能性」を信じるためのサポートをしていくことが重要なのです。

この「心のフタ」を取り払うために有効な方法としてセルフイメージの大切さやマインドセット理論についてご紹介しました。周囲からの「限界付ける言葉」によって形成されたネガティブなセルフイメージを、「チカラを与える言葉」によって限界突破思考に転換していくのです。具体的には指導者が選手に対して「なぜ?」(why can't)を「どうすれば?」(how can)という言葉に置き換えることで選手の言葉が変わり、チーム内で交わす言葉が変わってきます。言葉はパフォーマンスに大きな影響を及ぼします。指導者が選手たちに対して、普段どんな言葉遣い、どんな問いを発しているのかを振り返るとともに、普段チーム内で

どんな言葉が交わされているのかを観察し、チームの共通言語が「チカラを与える言葉」となるようなチーム作りに取り組むことが重要なのです。

● 選手が限界突破しチームの

力を發揮するために

最後に選手が限界を突破し、100%を超えるチカラを發揮するために必要なことをご紹介しました。それは「誰かのために」「仲間のために」という思いであり、この思いが限界を突破するチカラになることをお伝えしました。個人の力をチームの力に変え、チームの力が個人の可能性を引き出す好循環ループをチーム内に引き起こすために指導者の関わりは重要なのです。

茨城県のスポーツ指導者と関係者の皆さまが選手との関わりによって、選手が自分の可能性を信じ限界突破思考を身に付けることを期待しています。そして選手一人ひとりがスポーツに留まらず、これから先の人生を豊かにするチカラを備えていくことを心より願っています。



令和6年度 茨城県スポーツ指導者研修会 水戸地区研修会 令和6年9月1日(日) 於:JAグループ茨城教育センター

《講演Ⅰ》「ティーチングとコーチングその比率とは？」

講師 一般社団法人 日本スポーツコーチング協会
スポーツコミュニケーションアドバイザー&コーチ
茂木 ゆういち



●「スポーツの効果的な指導とは。」
今回の研修テーマはこの言葉に表す
ことができます。

「スポーツ指導はティーチングで
はない。コーチングをしないさい。」
という表現をする方がいます。

「効果的な指導」を目指すために、
「ティーチングとコーチング」を主
題に、比率という言葉を加えたテー
マにしました。

普段、何気なく使っている言葉を
改めて定義することで、今までの指
導法を振り返ることが出来ます。「教
えたことができない」「理解してく
れない」「時間をかけて伝えたこと
が伝わらない」などの言葉を指導者
から度々聞くことがありました。で
は、「効果的に選手の理解が進む方
法とはどんな方法か。」を今回の研
修でお伝えしました。この方法が「正
解」というつもりはありません。ひ
とつの方法として紹介することにし
ました。

「ティーチング」は「教えること」
と。では「コーチング」とはどのよ
うに定義するのがよいかいいます。
様々な解釈があります。今回の研修
では、広辞苑の語釈を引用しまし
た。「コーチング」は「本人が自ら
考え行動する能力を、コーチが対話
を通して引き出す指導術。」としま
した。
「ティーチング」が効果的に機能

する場面を以下のように想像しても
らいました。「満腹な時に食べる料
理」と「空腹の時に食べる料理」で
は、どちらをおいしいと感じるの
か。

では、知識が身につくのはどんな
時でしょうか。それは、選手がそれ
を欲している時です。

私が経験しているスポーツの指導
は、選手が欲しているかどうかは関
係なく一方的に伝えているものでし
た。伝えられたことに「興味がある
場合」と「興味がない場合」では習
得度が高いのは結果が異なります。
私の場合、理解できないものが多
く、消化不良のままでした。この状
況を指導者の方が不満に思い、無理
矢理覚え込ませようとするための指導
が行われていました。

指導の目的を「知識を理解する」
ことにした場合、有効な方法があり
ます。それは「選手が知識を欲しが
る状況を作り出す」ことです。選手
が「なりたい目標、目的を明確にす
ること。プロセスを作ること。指導
者のもっている知識が備われば、目
標が達成できそうな気になったと
き」「選手が知識を欲しがっている
状況」になります。この状況を作
り出すために、選手に目標・目的を
話す機会をつくり、目標・目的を達
成するプロセスを話す機会をつくる
のです。その過程が「コーチング」

になります。「コーチング」により、
選手自身が「知識を欲しがってい
る」状態を認識し、「指導者からの
指導を欲している」と発言したとき
が「ティーチング」のタイミングで
す。ただ、知識を無理矢理口に押し
つけるのではなく、おやつをテーブ
ルにそっと置くように、選手の目の
前に提示するだけでいいのです。想
像してください。腹ぺこな子どもが
おやつを目の前にしたときの行動
を。

「効果的な指導」とは「選手が目
標目的を明確にし、成長プロセスで
知識を欲しがっている時に提示す
る」という方法を、今回の研修では
お伝えしました。同様の研修を2月
に県北で行います。興味のある方は
お越しください。



令和6年度 茨城県スポーツ指導者研修会

水戸地区研修会 令和6年9月1日(日) 於: JAグループ茨城教育センター

《講演Ⅱ》「スポーツとコミュニケーション」

講師 一般社団法人 日本スポーツコーチング協会
スポーツコミュニケーションアドバイザー&コーチ
岩上 紋子



今回の研修は、コミュニケーションをテーマとした研修でしたので、全員参加型で行いました。情報は現場で頑張る指導者の皆様の実践しやすい内容を伝えさせて頂いたつもりです。皆さん積極的に参加して頂き、会話が多く見られた研修になっていたと思います。私自身指導をしている立場にあります。日々、選手達と向き合い、試行錯誤をしながら取り組んでいます。今まで経験した事例、指導者の参考になると思われる様々な話を紹介しながら研修を行いました。

● 今までの指導方法と現代の指導方法の違いとは？

今までは選手と指導者間に上下関係があり、指導内容を強制。がむしゃらな反復練習。目的も強い選手を育てることが中心で、考えるのは指導者、指示に従うのは選手でした。現代は選手と指導者は提携関係・協力関係にあり、選手に合った指導内容を開発し、コミュニケーションを利用して自身で考えさせ、選ばせる練習方法に変化しています。選手の生涯を視野にいれ、将来社会で活躍する選手の人材育成を目指し、選手のみで行うミーティングや練習メニューも選手自身が考えるなど、中心人物も選手に変わりました。全体を見て特に変化したことは、選手と指導者の関係性です。上下関係が

なく、選手と対等な関係でコミュニケーションを取っていくことで、選手が主体的に行動し、社会を引っ張っていく人材が育っていきます。

● 現代のコミュニケーションとスポーツコミュニケーション

以前は「社会生活を営む人々の間で行う知覚・感情・思考を伝達すること」一方通行の伝達手段がコミュニケーションとされていましたが、現代は「互いの立場や意見の違いを理解し、そのずれをすり合わせ、共通の目的を達成するための対話」とされるようになりました。スポーツコミュニケーションは「選手とチームの能力を最大限発揮させ、ゴールや目標達成の確率を高める影響力」とされ、結果として変化や反応を起こさせる手段としています。指導者の言葉一つで選手の性格をも変え、良い方にも悪い方にも導くことが出来てきます。私たち指導者はそれだけ大きな影響力を持っていることを心にとめておく必要があります。

● コミュニケーション能力

の要素とは？

I 表現力 非言語・言葉を使い分け自分の考えや感情を明確かつ適切に伝える事 II セルフコントロール 自分の感情や思考・行動を養成しコントロールする事 III 読解力 相手の様子や言葉から考え・気持ちを読み取る事 IV 他者受容 相手を尊重して

相手の意見や立場を理解する事 V アサーティブ 相手を尊重しながら適切な方法で自己表現を行う事 今回はこの五つを確認しました。コミュニケーション能力を駆使して関わることで選手との関係性が上がり、信頼を得ることで問題が減り、社会で活躍する人材が育っていくのです。終わりにタイプ別診断を解いて、自分とタイプの違う人の間隔を知り、様々な投げかけ言葉を使い、パフォーマンスを上げる質問に答える体験してもらい、研修を終えました。

日々現場で選手達のために尽力されている指導者の皆さんにとってもヒントになっていければ幸いです。



茨城県スポーツ指導者協議会 スポーツ指導者功労賞

受賞者あいさつ



中央支部推薦
武石良男

この度は、令和5年度茨城県スポーツ指導者協議会感謝状を頂戴し、誠にありがとうございます。微力な私を推薦して頂きました中央支部五十嵐事務局長を始め県央地区の皆様、温かい力添えあつてこそこの賞だと思います。感謝申し上げます。

私自身が空手道を始めたのは3才の頃。父や諸先生方の指導の下で技を磨き、様々な大会を経験した後、指導者として空手道の発展に精進してまいりました。亡き父の跡を継いだ武石道場（勝武館本部）が設立70年を迎える間に社会環境は大きく変わり、戸外で思いっきり体を動かして遊ぶ以外に、魅力的な習い事がどんどん増え、個人で好きなことや得意なことにとことん取り組むなど、放課後時間の過ごし方が多様化しています。

れた相手に対する敬意の「礼」、の意味を理解したうえで練習に取り組めるよう、基本・本質を丁寧に教える事が心がけています。挨拶や返事、話を聞く姿勢、目を見て話を聞く等、これから社会において生きていくうえで大切な部分も徹底して指導しています。

道場生も目指す目標は個々により様々で、黒帯の取得まで目指す者、空手道の鍛錬を通して基礎身体能力の強化を目指す者、また全国大会等の競技空手で勝ちにこだわる者もいます。私自身の今後の目標は、「個々に合わせた指導」です。スポーツ指導者協議会の講習会等に参加し道場生の目標に寄り添った指導を心がけ、より努力してまいります。

空手道が国体の正式種目となったのは昭和56年滋賀国体（水と緑にあふれる若さ）から令和元年の茨城国体（飛べ 羽ばたけ そして未来へ）では県の空手関係者とともに選手の育成・運営の一員として目標の総合優勝を勝ち取ることができました。

今後、空手道を通して青少年の健全育成に力を注ぎ、指導員・保護者・地域の方々や協力し、「子供達によりそうコミュニケーション」となるよう努力してまいります。更なるご指導を賜りますようお願いいたします。



東北支部推薦
日立市
菅野恵子

この度、令和6年度茨城県スポーツ協議会総会の席上において、茨城県スポーツ指導者功労賞を頂きまして誠に

ありがとうございました。ご推薦賜りました東北支部の皆様、心より感謝申し上げます。

例えば三十七年前、娘が入団した日立市の油縄子・大久保バレーボール少年団に携わったことから、競技経験がない私でしたが、生涯スポーツに尽力することを願い、競技力の向上を求め、さらに子供たちと一緒に成長したいと考え、三十四年前の一九九〇年に日本体育協会公認スポーツ指導員の資格を半年かけて取得しました。

娘が五年生の夏、テレビで小学生バレーボール全国大会を見て、画面にくぎ付けになり、当時、茨城県内で五年連続全国大会出場をしていた常陸太田バレーボール少年団で新たな指導者としての道を歩むことになり、翌年には全員バレーで全国大会出場を果たしたときは夢のような、ドラマのような出来事でした。

お互いにライバルチームとして、指導者人生をスタートさせた油縄子バレーボール少年団と切磋琢磨しながらも、指導者として全国大会出場一回、関東大会出場四回を経験させていたことは、多くのチームと交流できたことも含めて私の大きな宝物です。

関東大会で優勝したときの教え子で、Vリーグで活躍し、現在は大学チームの監督をしている笑顔愛らしいミーちゃんは懐かしい思い出です。

その後も日立サンフラワーバレーボール少年団を設立し、スポーツを楽しむこと、友達をつくるよう、体力づくりに励もう、思いやりを持つようを言葉に、悩みながらも一步一步地道に子供たちの成長を願って取り組んでまいり

ましたが、残念ながら三年前に解散となってしまいました。保護者の方々の応援で少年団が成り立っていたことを十分に噛みしめております。今までの出会いました方々に感謝の気持ちでいっぱいです。

現在では、NPO法人ひたちみなみスポーツクラブの運営にご縁をいただき、心の回復とともに、大好きなバレーボールの指導を大久保バレーボール少年団で行っております。低学年の子供たちと、ボールで遊びながら、時にはおしゃべりをしながら楽しくふれあい、子供たちからパワーをもらっています。

人気漫画「ハイキュー」の影響もあり、パリ五輪での全日本男子の活躍はリアルなバレーボール本来の醍醐味を味わうことができました。惜しくもベスト8で敗退してしまいましたが、ミユンヘン五輪の金メダル以来、四十八年ぶりの感動をいただきました。

この十六年で東北地区では、少年団が十九チームから八チームに減りました。しかし、昨今のバレーボール人気もあり混合チームも増え男子の入団も増えております。バレーボール人気の復活に心が躍ります。

これからも体力の続く限り、子供たちとともに元気をもらいながら活動を続けていきたいと思っております。

まだまだ未熟な私ですが、今後とも皆様のご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。





中央支部推薦
水戸市
多田 保徳

この度、令和6年度茨城県スポーツ指導者協議会功労賞を賜り誠に有難うございました。ご推薦を頂きました茨城県スポーツ指導者協議会並びに関係各位の皆様、中央支部五十嵐支部長及び活動を共にしてきまた皆様様に心より感謝申し上げます。

振り返りますと中学時代に初めてバレーボール競技に出会いました。丁度その頃オリンピックでバレーボール競技では、東京大会で女子が金メダルを取り、回転レシーブがブームでした。男子はミュンヘン大会で金メダルを取る為に「ミュンヘンへの道」が放映され、それ以来バレーボールの魅力に取りつかれ「大好きなバレーボール」となり、現在まで長きにわたり携わることになりました。

高校時代に全日本のキャプテンでありました中村祐造氏から指導を受ける機会があり、豪快なドライブサーブやスパイクを見せられ、「どうしてあんなにできるのか!」それからは憧れてドライブサーブやジャンプ力の練習に励んだ記憶があります。その後社会人バレーボールに携わり、資格取得講習会で小田急バレーボール監督から「練習は嘘をつかない」の講和を頂き、自分のバレーボール人生の心の支えとなっておりま。現在も競技生活を続けながら、日本クラブバレーボール連盟の指導普及委員に携わることになりバレーボールの公認指導者の養成や競技

レベル向上・発展を図ることを目的として、資格取得講習会運営に取り組んでいるところです。

「生涯現役」をモットーに、現在クラブチームの監督兼選手で全国クラブカップ全国優勝を目指し、バレーボールを通じて楽しい人生を送ると同時に技術レベル向上の指導に取り組んでいるところですが、今回の賞を励みにスポーツ振興に更に取り組んでまいります。家族や関係する方々への感謝を忘れずに活動していきたいと思っております。今後とも皆様方のご指導を賜りますようお願い致します。



茨城県ゲートボール連合会
会長
石野 雅昭

ゲートボール競技は昭和22年、北海道芽室町で子供の遊びとして誕生したチームスポーツです。助け合いながら勝利を目指すことの面白さ、体力的な負担も少ないという特性から、高齢者向きのスポーツとして全国各地に普及しました。同時にルールの統一などの声が大きくなり、昭和59年12月財団法人日本ゲートボール連合が設立され、その後47都道府県が加盟し、統一ルールのもとで、競技されるようになりました。

茨城県ゲートボール連合会は、昭和

61年1月に設立され、同年3月に日本ゲートボール連合に加盟、現在に至っています。

当連合会は会員の会費により運営され、会員、審判員の登録等の管理面、新たな審判員の講習・試験、また資格更新時における講習等を行っております。また、競技面では国民スポーツ大会、全日本ゲートボール選手権大会、全国選抜ゲートボール大会などの全国大会に向けた茨城県予選会を実施しています。

さらに県内を中央、県北、鹿行、県南、県西のブロックに分け、それぞれに親善大会や審判の勉強会等が行われています。

ピーク時の平成2年は会員数1万5千人を超えていました。しかし、高齢者主体の会員構成から、年次高齢化による減少は避けられず、令和2年には1千人を割り込みました。新型コロナウイルス感染症の発生も影響しましたが、全国的な傾向で、最大の懸念事項です。こうした中で日本ゲートボール連合は前記大会に加え、全国高校生選手権大会、全国ジュニア大会、全日本世代交流大会などで若返りを図っています。

今年、佐賀県で開催された国民スポーツ大会ゲートボールの参加チーム平均年齢は男子49歳、女子67歳、年々若返りが進んでいると思われま。茨城県では、平均年齢が80歳に達しようとしています。プレーヤーとして一騎当千の強者揃いです。幸い大学生や若い人が県大会に参加するようになり、ベテランと混じり合って拡散することを期待しています。



支部活動状況

水戸支部

広報委員

舛井 幸子

皆さんは救命講習を受講したことはありませんか？

私は定期的に当講習を受講しており、今回も成人や小児・乳児における心肺蘇生の手順やAED使用方法について学んできました。

今回、小児・乳児における胸骨圧迫を行う位置や強さ、また成人よりも人工呼吸の有効性が高いことなどを改めて確認できました。プール監視員としても、夏休み期間で子どもの利用増加が見込まれるなか、万一の際にもそれが役立つと感じています。

また、AEDの使用方法について、パッド貼付位置の確認はもちろんですが、電気ショック終了後も救命隊員の到着までパッドを貼付したままにしておくことといった、新たに今回の講習で知ったこともありま。このように定期的に受講して知識を深めることで、実際に応急処置が必要な際に、慌てることなく救命にあたり

るという自信に繋がっています。受講することで、助けられる命があると思います。まずは、身近な家族を守るというためにも機会があれば、広く皆さんに受講していただきたいと思ひます。



県西支部

副支部長
角谷俊二

今年の猛暑日々、会員の皆様におかれましては、ご健勝の上、指導者としてご活躍の事とお慶び申し上げます。

又、本年は、フランス パリでの「第33回オリンピック競技大会」が開催され、子供たちのスポーツに対する感心が一段と盛り上がる年です。

子供たちを含めスポーツ発展の為、指導者各位のみなさまにご尽力して戴きたくお願いいたします。

県西支部令和6年度の活動状況ですが、役員会・総会の中で、懸案事項になっておりました県西支部の規約の見直しが行われました。

事業としては、5月12日に下妻市千代川公民館に於いて、「救命講習とAED取り扱いについて」の救命救急講習会を実施し、16名の参加者がありました。

応急手当や早期の心肺蘇生法が命を

協議会事務局便り

令和6年度茨城県スポーツ指導者研修会お知らせ

令和6年度研修会（全県研修会、地区研修会）を開催する参加申込み方法は、昨年度からハガキ案内状のQRコードで、（公財）茨城県スポーツ協会へアクセスになりました。さらに、研修会参加料は事前に開催当日の13日前までにゆうちょ銀行の指定された払込取扱票に口座番号および茨城県スポーツ指導者協議会を記入して、郵便局から振り込み送金になりました。

(1)全県研修会

日時 令和6年8月4日（日）
会場 水戸市・ザ・ヒロサワ・シティ会館
受講者 103名の受講者があり終了しました

(2)水戸地区研修会

日時 令和6年9月1日（日）
会場 水戸市・JAグループ茨城教育センター
受講者 71名の受講者があり終了しました

(3)県南地区研修会

日時 令和6年11月10日（日）
会場 阿見町・本郷ふれあいセンター
申込者 令和6年10月27日（日）まで参加申込み締め切り

(4)県北地区研修会

日時 令和7年2月15日（土）
会場 日立市・池の川さくらアリーナ
申込者 令和7年2月1日（土）まで参加申込み締め切り

6支部市町村別の会員数（令和6年8月12日現在）

- (1)県北支部 5市 211名
- (2)水戸支部 1市 215名
- (3)中央支部 11市町村 431名
- (4)鹿行支部 5市 193名
- (5)県南支部 14市町村 729名
- (6)県西支部 10市町 329名



助ける必要性、救急車が来るまでに行えることなどを再確認することができました。

今後の事業につきまして、講習会・スポーツ体験等ご要望がございましたらお知らせください。

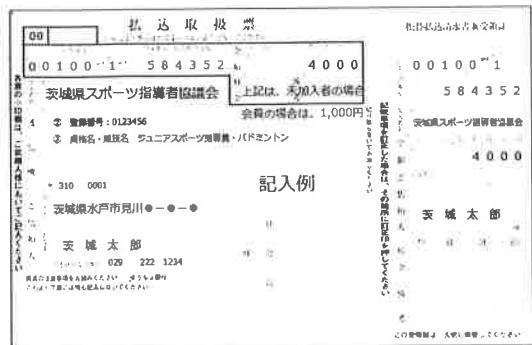
編集後記

第八十九号会報発行に当たり皆様に原稿執筆を賜り心から感謝申し上げます。ご愛読いただける会報となるよう努力してまいりますので、皆様の忌憚のないご意見をお寄せ頂きたいと思ひます。

次回の会報九十号発行は
令和七年三月十五日（予定）



《書き方例》



広報委員会

- 広報委員長 高野 照代（鹿行支部）
- 広報副委員長 君和田治也（鹿行支部）
- 広報担当副会長 梅村 恒雄（県北支部）
- 広報委員
 - 高松 淑子（県北支部）
 - 岡野 秀一（水戸支部）
 - 舛井 幸子（水戸支部）
 - 大曾根瑞穂（中央支部）
 - 黒沢 勝秀（中央支部）
 - 小林 誠（県南支部）
 - 藤田 道子（県南支部）
 - 大竹 幹夫（県西支部）
 - 野村 正巳（県西支部）