

# スポーツえひめ

発行

公益財団法人 愛媛県スポーツ協会

〒790-0843 松山市道後町2丁目9番14号  
TEL.089-911-1199 FAX.089-911-0234  
URL:https://ehimesports.jp/  
E-mail:ehime-sports@blue.ocn.ne.jp



滋賀国スポ 自転車競技 総合優勝



滋賀国スポ やり投 1位 崎山選手

1	巻頭言 愛媛県スポーツ協会 会長 大塚 岩男	9	スポーツ指導者研修会 スポーツ栄養士研修会	12	スポーツ少年団(四国中央市スポーツ少年団) (登録数/四国ブロックスポーツ少年大会/スタートコーチ養成講習会)
2	第79回国民スポーツ大会成績 (全国成績・入賞者名簿・国スポ写真)		ガバナンス・ハラスメント防止研修会	13	令和7年度スポーツ少年団交流大会の概要報告
	第80回国民スポーツ大会冬季大会	10	スポーツ・ハラスメント防止・啓発セミナー	14	令和8年度スポーツ少年団交流大会の予定
5	青の煌(きら)めきあおもり国スポ・障スポ		スポーツ推進支援事業	15	医科学からみた発育期のスポーツのあり方
7	日韓スポーツ交流事業	11	スポーツ少年団(本部長あいさつ)	17	協会からのお知らせ

# 巻頭言

## ご挨拶

公益財団法人愛媛県スポーツ協会 会長  
大塚 岩男



日頃から、本県スポーツの振興並びに本会事業に多大なるご支援、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

2025年は、35歳以上のアスリートが参加するスポーツの祭典「日本スポーツマスターズ2025 愛媛大会」が開催されました。愛媛県、各競技団体との連携のもと、県内15市町32会場で計13競技が行われ、全国から約7,500人の選手・監督に参加いただき、スポーツの力で県全体を熱く盛り上げることができ、県民のスポーツに対する関心が高まったことと思います。改めて、ご尽力いただいたすべての関係者の皆様に厚くお礼を申し上げます。

この機会を逃すことなく、幅広い年齢層のスポーツ習慣の定着促進や競技力の向上、誰もがスポーツに親しめる環境づくりの充実に努め、スポーツ立県えひめの実現につなげていきたいと思っております。

また、同時に開催された「日韓スポーツ交流・成人交歓交流」では、韓国選手団153名を受け入れ、愛媛県の選手にとっては、他国の選手と戦うという貴重な経験ができ、これまでのスポーツ人生に新たな1ページを刻むことができました。

この交流を続けたいとの思いで、本会と韓国・全羅南道体育会との間で「スポーツ交流協定」を締結しましたので、スポーツによる国際交流に取り組んでいきたいと考えております。

さて、昨年秋の「わたSHIGA輝く国スポ2025 第79回国民スポーツ大会」では、天皇杯17位、皇后杯20位という素晴らしい成績を残すことができ、2年連続で天皇杯10位台という目標を達成することができました。ここに改めて、力を発揮された選手、監督の皆様に敬意を表しますとともに、ご支援いただいたすべての関係者の皆様に深く感謝申し上げます。

今年は、青森県で「青の煌めきあおもり国スポ」が開催されます。冬季大会はすでに1月に始まり、スケートのショートトラック競技成年男子で、越智大翔選手が1000m 2位、リレー種目（4人）で3位、少年男子で中学生の岸寛生選手が500m 7位と大健闘し、秋の本大会に勢いをつけていただきました。本県選手には、日頃の練習の成果を如何なく発揮されて、目標である国民スポーツ大会で全国10位台の成績を上げることを期待しております。愛媛県スポーツ協会は、県民の皆様とともに、全力で応援してまいります。

また、2026年は、ミラノ・コルティナ冬季オリンピック、サッカーワールドカップ、ワールド・ベースボール・クラシック、女子ラグビーワールドカップなど、スポーツの世界大会が目白押しで、日本全体がスポーツで盛り上がることと思っております。

これを機に県民の皆様には、ぜひ、「する」「みる」「ささえる」という様々な立場で参画できるスポーツの持つ素晴らしさを体験いただくとともに、「集まる」「つながる」という人と地域を結び、社会を活性化させるスポーツの持つ力を実感していただき、スポーツの楽しさや感動を味わっていただければ幸いです。

愛媛県スポーツ協会においても、スポーツに関する様々な機会の提供に努めてまいりますので、今後とも、皆様方のより一層のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

2年連続天皇杯10位台達成!

第79回国民スポーツ大会

# わたSHIGA輝く国スポ

第79回国民スポーツ大会「わたSHIGA輝く国スポ」は滋賀県を中心に開催され、本県からは役員・監督・選手総計554名が参加し、天皇杯10位台を目標に臨んだ。自転車競技は多くの選手が入賞し、競技別総合成績では3年連続で優勝をした。また、ローイング、ソフトボール、ウエイトリフティングが高得点を獲得した。ほかにも多くの選手が健闘し、総合得点1107点を獲得、天皇杯17位、皇后杯20位という好成績を残した。

天皇杯17位

天皇杯/皇后杯 総合得点一覧表

皇后杯20位

《都道府県順》

《成績順》

都道府県名	順位	男女総合(天皇杯)	都道府県名	順位	女子総合(皇后杯)
北海道	11	1334	北海道	18	625
青森	23	975.5	青森	14	666
岩手	41	779	岩手	43	461.5
宮城	33	888	宮城	23	593.5
秋田	45	689.5	秋田	45	420.5
山形	42	767	山形	30	542.5
福島	26	922	福島	37	512.5
茨城	37	822	茨城	35	517
栃木	21	1029.5	栃木	25	584
群馬	35	853.5	群馬	37	512.5
埼玉	7	1451	埼玉	11	733.5
千葉	8	1450.5	千葉	7	790
東京	2	2354.33	東京	2	1128.33
神奈川	6	1505.5	神奈川	7	790
山梨	36	829.5	山梨	32	522.5
新潟	28	907.5	新潟	31	542
長野	19	1075.33	長野	13	685.83
富山	40	790	富山	36	513.5
石川	32	889	石川	44	459
福井	14	1278.5	福井	12	706.5
静岡	16	1108.5	静岡	24	588.5
愛知	5	1598.83	愛知	4	977.33
三重	15	1138	三重	21	603
岐阜	12	1298	岐阜	9	784
滋賀	1	2488	滋賀	1	1244.5
京都	3	1730.5	京都	3	986
大阪	4	1658	大阪	5	909
兵庫	10	1338	兵庫	6	861
奈良	24	955.5	奈良	22	602
和歌山	38	795.5	和歌山	40	494.5
鳥取	34	859	鳥取	27	567.5
島根	44	720	島根	39	502
岡山	20	1040.5	岡山	17	635
広島	18	1076.5	広島	15	662.5
山口	39	793	山口	29	563.5
香川	29	901	香川	26	572
徳島	47	602.5	徳島	47	396.5
愛媛	17	1107	愛媛	20	619
高知	46	670	高知	46	416.5
福岡	9	1442.5	福岡	10	739.5
佐賀	13	1279.5	佐賀	16	659.5
長崎	30	898.5	長崎	41	489
熊本	27	921.5	熊本	19	622.5
大分	25	930	大分	28	565.5
宮崎	31	891.5	宮崎	33	519.5
鹿児島	22	1010	鹿児島	34	519
沖縄	43	746	沖縄	42	475
合計		51588.99	合計		29879.99

都道府県名	順位	男女総合(天皇杯)	都道府県名	順位	女子総合(皇后杯)
滋賀	1	2488	滋賀	1	1244.5
東京	2	2354.33	東京	2	1128.33
京都	3	1730.5	京都	3	986
大阪	4	1658	愛知	4	977.33
愛知	5	1598.83	大阪	5	909
神奈川	6	1505.5	兵庫	6	861
埼玉	7	1451	千葉	7	790
千葉	8	1450.5	神奈川	7	790
福岡	9	1442.5	岐阜	9	784
兵庫	10	1338	福岡	10	739.5
北海道	11	1334	埼玉	11	733.5
岐阜	12	1298	福井	12	706.5
佐賀	13	1279.5	長野	13	685.83
福井	14	1278.5	青森	14	666
三重	15	1138	広島	15	662.5
静岡	16	1108.5	佐賀	16	659.5
愛媛	17	1107	岡山	17	635
広島	18	1076.5	北海道	18	625
長野	19	1075.33	熊本	19	622.5
岡山	20	1040.5	愛媛	20	619
栃木	21	1029.5	三重	21	603
鹿児島	22	1010	奈良	22	602
青森	23	975.5	宮城	23	593.5
奈良	24	955.5	静岡	24	588.5
大分	25	930	栃木	25	584
福島	26	922	香川	26	572
熊本	27	921.5	鳥取	27	567.5
新潟	28	907.5	大分	28	565.5
香川	29	901	山口	29	563.5
長崎	30	898.5	山形	30	542.5
宮崎	31	891.5	新潟	31	542
石川	32	889	山梨	32	522.5
宮城	33	888	宮崎	33	519.5
鳥取	34	859	鹿児島	34	519
群馬	35	853.5	茨城	35	517
山梨	36	829.5	富山	36	513.5
茨城	37	822	福島	37	512.5
和歌山	38	795.5	群馬	37	512.5
山口	39	793	島根	39	502
富山	40	790	和歌山	40	494.5
岩手	41	779	長崎	41	489
山形	42	767	沖縄	42	475
沖縄	43	746	岩手	43	461.5
島根	44	720	石川	44	459
秋田	45	689.5	秋田	45	420.5
高知	46	670	高知	46	416.5
徳島	47	602.5	徳島	47	396.5
合計		51588.99	合計		29879.99

# わたSHIGA輝く国スポ入賞選手

個人							
No.	成績	競技	区分/種別	種目	氏名	所属	競技得点
1	1位	陸上	成年男子	やり投	崎山 雄太	愛媛県競技力向上対策本部	8.0
2	1位	自転車	男子A	ポイント・レース	梅澤 幹太	鹿屋体育大学	8.0
3	2位	陸上	成年男子	110mハードル	野本 周成	愛媛県競技力向上対策本部	7.0
4	2位	陸上	成年女子	棒高跳	大坂谷明里	愛媛県競技力向上対策本部	7.0
5	2位	陸上	少年女子B	走幅跳	大西 海優	愛媛県立新居浜南高等学校	7.0
6	2位	ボクシング	成年男子	ライトフライ級	谷 晃哉	駒澤大学	7.0
7	2位	レスリング	少年男子	フリースタイルレスリング92kg級	相原 大河	愛媛大学附属高等学校	7.0
8	2位	ウエイトリフティング	成年男子	96kg級スナッチ	矢暮 士	住友金属鉱山株式会社	7.0
9	2位	ウエイトリフティング	成年男子	81kg級クリーン&ジャーク	本田 大智	愛媛県立新居浜特別支援学校川西分校(教)	7.0
10	3位	ウエイトリフティング	成年男子	81kg級スナッチ	本田 大智	愛媛県立新居浜特別支援学校川西分校(教)	6.0
10	2位	自転車	男子A	スクラッチ	木綿 峻介	日本大学	7.0
11	2位	自転車	男子B	スプリント	山崎 帝輝	松山学院高等学校	7.0
12	2位	自転車	女子	スプリント	玉井 葵妃	松山学院高等学校	7.0
12	7位	自転車	女子	1Kmタイムトライアル	玉井 葵妃	松山学院高等学校	2.0
13	3位	陸上	少年男子B	走幅跳	古野 洸貴	済美高等学校	6.0
14	3位	ボクシング	成年男子	ウェルター級	高田成之介	駒澤大学	5.5
15	3位	ボクシング	少年男子	バンタム級	利根川世道	新田高等学校	5.5
16	3位	ボクシング	少年男子	ミドル級	林 将太郎	新田高等学校	5.5
17	3位	ボクシング	女子	フライ級	柏田 萌菜	新田高等学校	5.5
18	3位	ウエイトリフティング	成年男子	55kg級クリーン&ジャーク	権田 達也	新居浜市役所	6.0
18	6位	ウエイトリフティング	成年男子	55kg級スナッチ	権田 達也	新居浜市役所	3.0
19	3位	ウエイトリフティング	女子	71kg級クリーン&ジャーク	山崎 晴子	愛媛県競技力向上対策本部	6.0
19	5位	ウエイトリフティング	女子	71kg級スナッチ	山崎 晴子	愛媛県競技力向上対策本部	4.0
20	3位	ウエイトリフティング	少年男子	61kg級クリーン&ジャーク	山下 晴生	愛媛県立新居浜南高等学校	6.0
20	5位	ウエイトリフティング	少年男子	61kg級スナッチ	山下 晴生	愛媛県立新居浜南高等学校	4.0
21	3位	スケート	成年男子	ショートトラック500m	越智 大翔	山梨学院大学	6.0
21	5位	スケート	成年男子	ショートトラック1000m	越智 大翔	山梨学院大学	4.0
22	4位	水泳	成年女子	高飛込	乗松 飛羽	高崎健康福祉大学	5.0
22	8位	水泳	成年女子	飛板飛込	乗松 飛羽	高崎健康福祉大学	1.0
23	4位	ローイング	成年男子	シングルスカル	川上 拓海	早稲田大学	5.0
24	4位	ウエイトリフティング	女子	59kg級スナッチ	安部 希美	東京国際大学	5.0
24	5位	ウエイトリフティング	女子	59kg級クリーン&ジャーク	安部 希美	東京国際大学	4.0
25	4位	ウエイトリフティング	少年男子	55kg級クリーン&ジャーク	渡邊 新太	愛媛県立新居浜南高等学校	5.0
26	4位	ウエイトリフティング	少年男子	102kg級スナッチ	岸本 風希	愛媛県立新居浜南高等学校	5.0
26	5位	ウエイトリフティング	少年男子	102kg級クリーン&ジャーク	岸本 風希	愛媛県立新居浜南高等学校	4.0
27	4位	カヌー	成年女子	スラロムカヤックシングル15ゲート	都田 輝夏	愛媛県競技力向上対策本部	5.0
27	4位	カヌー	成年女子	スラロムカヤックシングル25ゲート	都田 輝夏	愛媛県競技力向上対策本部	5.0
28	5位	陸上	少年男子A	共通棒高跳	藤岡瑞也也	済美高等学校	4.0
29	5位	ローイング	成年女子	シングルスカル	井上 幸乃	立教大学	4.0
30	5位	ボクシング	成年男子	バンタム級	山下 遥輝	拓殖大学	2.5
31	5位	ボクシング	成年男子	ライトウェルター級	石川凜太郎	明治大学	2.5
32	5位	ボクシング	少年男子	ライトフライ級	今口 龍大	愛媛県立松山工業高等学校	2.5
33	5位	ボクシング	少年男子	ライト級	川口 流空	新田高等学校	2.5
34	5位	ボクシング	少年男子	ウェルター級	望戸健士郎	新田高等学校	2.5
35	5位	レスリング	成年男子	グレコローマンレスリング67kg級	長野 佑利	日本文理大学	2.5
36	5位	レスリング	少年男子	グレコローマンレスリング51kg級	阿達 日煌	愛媛県立八幡浜工業高等学校	2.5
37	5位	レスリング	少年男子	グレコローマンレスリング71kg級	矢野 安章	愛媛県立今治工業高等学校	2.5
38	5位	自転車	男子B	1Kmタイムトライアル	日高虎太郎	松山学院高等学校	4.0
38	6位	自転車	男子B	ケイリン	日高虎太郎	松山学院高等学校	3.0
39	5位	自転車	女子	ポイント・レース	三谷 優空	松山学院高等学校	4.0
40	5位	カヌー	成年男子	ワイルドウォーターカヤックシングルスプリント	杉井 太一	株式会社 スチームシップ	4.0
40	8位	カヌー	成年男子	ワイルドウォーターカヤックシングル1500m	杉井 太一	株式会社 スチームシップ	1.0
41	6位	陸上	少年女子A	共通100mハードル	渡邊妃那梨	愛媛県立新居浜南高等学校	3.0
42	6位	水泳	少年女子A	200mバタフライ	藤田 真央	愛媛県立新居浜南高等学校	3.0
43	6位	ウエイトリフティング	成年男子	109kg級クリーン&ジャーク	福山 草生	新居浜市消防本部	3.0
43	7位	ウエイトリフティング	成年男子	109kg級スナッチ	福山 草生	新居浜市消防本部	2.0
44	6位	自転車	女子	ケイリン	江崎 結衣	松山学院高等学校	3.0
45	6位	ライフル射撃	成年女子	10mエアピストル女子60発競技	白尾 文那	愛媛県警察	3.0
46	7位	水泳	少年女子A	200m背泳ぎ	桑村 叶海	新田高等学校	2.0
47	7位	カヌー	成年女子	ワイルドウォーターカヤックシングルスプリント	角藤 友	河原外語観光・製菓専門学校	2.0
47	8位	カヌー	成年女子	ワイルドウォーターカヤックシングル1500m	角藤 友	河原外語観光・製菓専門学校	1.0
48	8位	陸上	少年男子A	300m	井手 友郎	済美高等学校	1.0
49	8位	ローイング	少年男子	シングルスカル	岡本 侑大	愛媛県立宇和島東高等学校	1.0
50	8位	自転車	男子A	ケイリン	細川 拓真	朝日大学	1.0
個人計 50名						281.0点	

団体							
No.	成績	競技	区分/種別	種目	氏名	所属	競技得点
1	1位	テニス	成年男子		楠原 悠介・片山 翔	株式会社伊予銀行	24.0
2	2位	ローイング	少年女子	舵手つきクォドルプル	越智 結菜・越智のかか 菅原 魁心 徳岡 陽 山内 愛稀 山内 愛子	愛媛県立今治高等学校 愛媛県立宇和島東高等学校 新田高等学校 愛媛県立今治東高等学校 愛媛県立今治南高等学校	35.0
3	2位	自転車	男子団体	4kmチーム・バーシュート	細川 拓真 梅澤 幹太 木綿 峻介 松田奏太郎	朝日大学 鹿屋体育大学 日本大学 松山学院高等学校	21.0
4	2位	弓道	成年女子	近的	瀧水 幸虹 檜垣 音那 平谷 唯	DCM株式会社 今治市役所 株式会社田端工業所	21.0
5	2位	スポーツクライミング	成年女子	リード	相原麻菜美 谷井 菜月	聖カトリナ学園 愛媛県競技力向上対策本部	21.0
6	2位	スケート	成年男子	ショートトラック500mリレー	小田嶋太郎 越智 大翔・伊藤 隼人 土屋 源輝	早稲田大学 山梨学院大学 愛媛県立今治南高等学校	7.0
7	3位	ローイング	少年男子	舵手つきクォドルプル	佐野 晋一 真鍋 愛琉・山中 尋輝 美藤 喜亮・矢野 悠希 豊島 暁輝	愛媛県立松山東高等学校 愛媛県立今治南高等学校 愛媛県立今治北高等学校 愛媛県立今治東高等学校	30.0
8	3位	相撲	成年男子		山口 怜矢 福原文一朗 田中 大介	公益財団法人正光会 東洋大学 日本通運株式会社	18.0
9	3位	ソフトボール	成年女子		庄司 奈々・黒木 美紀 安川 裕美・辻井 美波 木間 紀帆・井上 瑞希 高田明日花・吉金亜希子 瀧川 愛海・小泉 夢乃 庄村 瑠衣・竹光久莉香 若永優衣里	株式会社伊予銀行	44.0
10	3位	ソフトボール	少年男子		高木 風史・池内 輝 川口 龍伸・滝口 裕大 白石 一颯・井門賢之介 高木 凱司 宮内 廉介・本田 琉哉 原田 桂汰・石川 敦士 矢野 結也 相原 悠飛	愛媛県立東道高等学校 愛媛県立松山工業高等学校 愛媛県立大洲高等学校	44.0
11	4位	サッカー	少年男子		坂田 康祐・平野 皓大 佐藤 優馬・石原 拍 佐竹 海力・本田 巧 石橋 潤人・仙波準太郎 塩見 勇貴 渡邊 俊史 宇都宮 悠太・丹 大和 藤井 悠輝 森 咲人・上野 新太 玉田 叶多	聖カトリナ学園高等学校 愛媛県立松山北高等学校 松山学院高等学校 愛媛県立今治南高等学校 愛媛県立今治北高等学校	40.0
12	4位	ローイング	成年男子	ダブルスカル	木村 竜輝・越智 竣也	今治造船株式会社	15.0
13	4位	ボウリング	成年女子	団体戦(2人チーム)	御手洗加奈 泉京 心音	愛媛県ボウリング連盟 愛媛県競技力向上対策本部	15.0
14	5位	卓球	成年女子		木塚 泉田 陽菜・塩屋 杏美	株式会社愛媛銀行	7.5
15	5位	ラグビーフットボール	少年男子		濱田 翔大・栗栖 稜 牧 隼・原田 樹 森田 聖斗・村木 元亮 石川 楓真・宮本 空 東堂 大雅・藤本 泰志 稲田 運・村上 幹大 阿部 心・長谷川 光春 田畑 匠道・矢出 真士 門田 龍海・南 陽世 松本潤之介・甲斐 八希 山本琉稀弥・元田 佑芽	松山聖院高等学校	28.0
16	5位	アーチェリー	成年男子		角田 鉄平 片上 楓也 長谷川 廉	美川造船株式会社 BEMAC株式会社 愛媛県競技力向上対策本部	12.0
17	6位	ローイング	成年女子	舵手つきクォドルプル	秦 未香子 西 彩里佐・大松花帆奈 山崎 夏実 山田 心温 谷口智佳子	龍谷大学 今治造船株式会社 同志社大学 中部電力株式会社	15.0
18	7位	ローイング	少年女子	ダブルスカル	田口 晴日	愛媛県立今治北高等学校	6.0
19	7位	自転車	女子団体	チームスプリント	江崎 結衣・玉井 葵妃	松山学院高等学校	6.0
20	7位	ラグビーフットボール	成年男子		城戸 啓太 前田 清治 山崎 勇希 渡部 勝登 永井 響 谷脇 秀志 久藤 涼大・川端 咲寿 大澤 成貴 高本 蓮斗	株式会社リクルート TEAM EHOME スイムアンドディ 松山聖院高等学校(兼) 株式会社愛媛銀行 三井株式会社 株式会社フカフカ 松山大学	7.5
21	7位	銃剣道	成年男子		徳田 裕人・白石 尚也 川上 立祥	陸上自衛隊松山駐屯地 松山大学	6.0
22	8位	自転車	男子団体	チームスプリント	細川 拓真 日高虎太郎・山崎 帝輝	松山学院高等学校	3.0
団体計 22団体 (131名)						426.0点	
総合計 172名						707.0点	

## 第79回国民スポーツ大会競技別総合優勝

No.	成績	競技	団体名	競技得点 (獲得点数/最大点数)
1	1位	自転車	一般社団法人愛媛県自転車競技連盟	86/216



結団式



テニス成年男子(優勝) 楠原選手・片山選手



ソフトボール成年女子(3位)



弓道成年女子近的(2位) 瀧水選手・檜垣選手・平谷選手



スポーツクライミング成年女子(2位)



ソフトボール少年男子(3位)



開会式入場行進



相撲成年男子(3位)



ローイング少年女子 舵手付クォドルプル(2位)



ローイング少年男子 舵手付クォドルプル(3位)

# 第80回国民スポーツ大会冬季大会 ～青の煌めきあおもり国スポ冬季大会～

第80回国民スポーツ大会冬季大会（青の煌めきあおもり国スポ冬季大会）には、本県からスケート、スキー競技に選手・監督・役員総計約34名が参加。

**会 期**  
2026年 **1月31日** ⊕ ～ **2月 3日** ⊕  
—— スケート競技 ——  
2026年 **2月14日** ⊕ ～ **2月17日** ⊕  
—— スキー競技 ——



結団式



スキー競技



フィギュアスケート少年男子 29年ぶり出場



ショートトラック少年男子 500m(7位) 岸選手



ショートトラック成年男子 1000m(2位) 越智選手



ショートトラック成年男子 5000mリレー(3位)

# The 80th JAPAN GAMES

The 25th National Sports Festival for People with a Disability



# AOMORI



スポーツを「する」「みる」「ささえる」  
さあ、みんなで盛り上げよう！

第80回国民スポーツ大会・第25回全国障害者スポーツ大会

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ

翔ける未来へ縄文の風に乗って

■会期	国スポ冬季大会	2026年	1月31日	土	～	2月17日	火
	国スポ本大会	2026年	10月10日	土	～	10月20日	火
	障スポ	2026年	10月23日	金	～	10月26日	月







～日韓国交正常化60周年記念事業～



# 第29回日韓スポーツ交流・成人交歓交流

日韓スポーツ交流・成人交歓交流は、2002年ワールドカップ・サッカー大会の日韓共同開催の決定を契機に、スポーツを通じて両国の親善と友好をより一層深め、更には両国のスポーツ振興を図る目的に1997年から実施しています。2025年は日韓国交正常化60周年にあたり、この記念すべき年に日本（愛媛県）と韓国（全羅南道）が、スポーツを通じた国際交流により友好と親善を図り、更には異文化への理解を深めました。

## 参加競技（8競技）

- サッカー(男) ● テニス(男女) ● バレーボール(女)
- バスケットボール(男) ● ソフトテニス(男女) ● 軟式野球(男)
- バドミントン(男女) ● ボウリング(男女)



## 「派遣交流」

1. 派遣期間 令和7（2025）年4月24日(木)～30日(水)
2. 会場 大韓民国 全羅南道
3. 参加大会 2025全国生活体育大祝典
4. 日本選手団 151名（愛媛県、石川県）



## 「受入交流」

- 1. 受入期間 令和7(2025)年9月18日(木)～24日(水)
- 2. 会場 愛媛県内各地
- 3. 参加大会 日本スポーツマスターズ2025愛媛大会
- 4. 韓国選手団 153名(韓国 全羅南道)



日本 松山空港 歓迎セレモニー

## 全羅南道体育会との「スポーツ交流協定」締結 (2025.9.23)

第29回日韓スポーツ交流・成人交歓交流を機に全羅南道体育会と愛媛県スポーツ協会との間でスポーツ交流により友好と親善を深め、地域の活性化に貢献することを目指して、スポーツ交流協定を結びました。多種目で交流を重ねていきたいと思います。

### 協定書概要

- 1 日本と大韓民国の友好関係に基づき、両機関の相互理解と友好の促進に努めるものとする。
- 2 両機関は、愛媛県と全羅南道のスポーツの発展、地域の活性化のために持続的な関係を構築する。
- 3 両機関のスポーツ連携事業を推進し、定期的な交流を図る。



スポーツ交流協定 締結式

## 「日本スポーツマスターズ2025愛媛大会」へ参加 (2025.9.19～)

愛媛大会は、9月19日に、高円宮妃殿下御臨席の下、前夜祭が開かれました。県内15市町32会場で計13競技が行われ、約7,500人の選手・監督が参加して、熱い戦いを繰り広げました。韓国選手も参加し、試合終了後は、対戦した各都道府県チームとお互いを称え、親睦を深めました。また、県内スポーツ少年団では、会場応援に駆け付け、選手に熱い声援を送りました。



前夜祭

スポーツ少年団会場応援

# スポーツ指導者研修会

公認スポーツ指導者資格の有効期限は4年間と定められており、有効期限の6か月前までに更新のための研修を受けることが義務付けられています。

今年度は、6月・11月・12月に研修会を開催し、第2回の11月では、「もっと女性がスポーツを楽しむ社会」の実現を目指した「女性スポーツ委員会」の活動の一環として、女性スポーツ・医科学フォーラムを開催しました。

第2回

日程：令和7年11月22日（土）  
場所：テクノプラザ愛媛（テクノホール）

《女性スポーツ・医科学フォーラム》  
テーマ：『月経があるアスリートの健康課題』  
講師：室伏 由佳氏  
（順天堂大学スポーツ健康科学部 先任准教授）  
鵜久森夏世氏  
（つばきウイメンズクリニック 産婦人科医）

コーディネーター  
桐木 陽子氏（松山東雲短期大学副学長）

テーマ：『個々人に合わせた運動・トレーニングの重要性』  
講師：越智 英輔氏  
（法政大学 大学院スポーツ健康学研究科 教授）



## 研修会の様子

右側から鵜久森 夏世 先生、  
室伏 由佳 先生、桐木 陽子 先生



越智 英輔 先生



# スポーツ栄養士研修会

2017年に開催されたえひめ国体の競技力向上を維持し、選手の競技力向上・スポーツ発展に寄与するため設立した「愛媛県スポーツ栄養士協議会」（会長：今川 弥生氏）の活動として、スポーツ医・科学に携わる関係者が連携協力して最新のスポーツ栄養等の情報提供や研究協議を行うこととしています。今回は、約20名の受講生が、スポーツ現場での選手の健康管理や食生活のあり方について学びました。

期日／令和7年11月22日（土）10:30～15:20  
場所／松山市総合コミュニティセンター  
（企画展示ホール2F）

講義①

テーマ 現場で生きる！  
アスリートの栄養サポート実践術  
講師 古旗 照美氏  
（株式会社 しょくスポーツ 代表取締役）

講義②

テーマ 競技を知る  
（ボクシング競技・カヌー競技）  
講師 藤井 剛志氏（ボクシング競技指導者）  
松盛 敦氏（カヌー競技指導者）

講義の様子



古旗 照美 先生



藤井 剛志 先生



松盛 敦 先生

令和7年度

# ガバナンス・ハラスメント防止研修会 （スポーツ指導者研修会）

スポーツ現場における、不祥事が起こった場合のスポーツ団体として適切な対応やハラスメントなどに関するコンプライアンスを十分理解するために、法律の専門家等を講師とした研修会（スポーツ指導者研修会）を開催いたしました。

日程／令和7年12月12日（金）16:00～19:00  
場所／テクノプラザ愛媛（テクノホール）、オンライン併用

## 研修会の様子



講義①

テーマ スポーツ不祥事における調査・処分手続き  
講師 畑中 淳子氏（畑中法律事務所）

講義②

テーマ ハラスメントのないスポーツ現場を目指して  
講師 森 美佐子氏（株式会社キャップ）



# 令和7年度 スポーツ・ハラスメント防止・ 啓発セミナー

スポーツの現場における「暴力」、「暴言」、「ハラスメント」を防止し、安全・安心にスポーツを楽しむことができる環境が整うことを目指し、(公財)日本スポーツ協会主催で、セミナーを開催しました。セミナーでは、ジュニア期の発育発達に応じた運動遊び・スポーツ指導「アクティブ・チャイルド・プログラム」を子どもたちに加えて、保護者・指導者にも実践していただき、ジュニア期の運動の大切さを学んでいただきました。

- 日 時 / 令和8年1月24日(土) 13:00~16:30
- 場 所 / 愛媛県武道館
- 参加者 / 小学生、保護者、指導者 約70名



## 競技力向上強化対策等事業



# スポーツ推進支援事業



えひめ国体・えひめ大会のレガシーを生かし「スポーツ立県えひめ」を実現するため、県内スポーツの普及・育成の支援を目的に、2019年度より大亀スポーツ振興財団から譲渡された資産の運用益を活用し、加盟団体等の要望に応じてきめ細かな支援を行う「スポーツ推進支援事業」を実施しました。今年度は、誰もが安心・安全にスポーツを行える環境を整備するため、ハラスメントや不適切行為を防止するための研修会などに対しても積極的に支援を実施しました。また、選手育成事業として4団体7名に対して支援を行いました。



(公財)四国中央市スポーツ協会  
スポーツ・ハラスメント防止研修会



(一社)愛媛県ラグビーフットボール協会  
タックルダミー購入

### 《 補助対象事業 (15団体17事業) 》

団 体 名	事 業 名
(一財) 愛媛陸上競技協会	えひめ陸上競技普及キャラバン
愛媛県テニス協会	2025全日本大学対抗テニス王座決定試合
(一社) 愛媛県ラグビーフットボール協会	タックルダミー購入 「えひめラグビー交流祭」の開催
愛媛県スケート連盟	アイススケート体験教室
愛媛県アイスホッケー連盟	アイスホッケー体験会
愛媛県合気道連盟	愛媛県合気道連盟令和7年度演武大会
宇和島市スポーツ協会	スポーツ栄養研修会
(公財) 西条市スポーツ協会	公益財団法人制度改正研修会受講
(公財) 四国中央市スポーツ協会	選手及び指導者講習会
愛媛県ボクシング連盟	ハラスメント防止研修会
(一社) 愛媛県ソフトテニス連盟	スポーツハラスメント研修
愛媛県空手道連盟	スポーツ・ハラスメント防止研修会
愛媛県スキー連盟	スポーツハラスメント防止研修会
(公財) 松山市文化・スポーツ振興財団	ハラスメント防止研修会
八幡浜市スポーツ協会	ハラスメント防止研修会
(公財) 四国中央市スポーツ協会	スポーツ・ハラスメント防止研修会

### 《 法人格取得支援事業 (補助対象事業 1団体) 》

団 体 名	取 得 法 人 格
愛媛県セーリング連盟	NPO法人

### 《 選手育成事業 (補助対象事業 4団体) 》

愛媛県ハンドボール協会	
支 援 選 手 名	学 校 名
福 間 ひ よ り	愛媛県立今治東中等教育学校
齊 藤 優 空	愛媛県立今治東中等教育学校
星 加 雫	愛媛県立今治東中等教育学校
八 塚 詩 由	愛媛県立今治東中等教育学校
愛媛県フェンシング協会	
支 援 選 手 名	学 校 名
合 田 琴 葉	愛媛県立三島高等学校
愛媛県ホッケー協会	
支 援 選 手 名	学 校 名
實 藤 翼 輝	愛媛県立伊予高等学校
愛媛県カヌー協会	
支 援 選 手 名	学 校 名
大 野 結 菜	愛媛県立大洲高等学校

# 愛媛県スポーツ少年団

## 「スポーツ少年団のさらなる発展を願って」

愛媛県スポーツ少年団本部長 明比 昭治



皆様方におかれましては、日頃から団員の健全育成にご尽力いただき、また、本団の各競技スポーツ少年大会やリーダーズクールなど様々な活動にご理解とご支援をいただき、厚くお礼を申し上げます。

さて、2025年は、本県において、35歳以上のアスリートが参加するスポーツの祭典「日本スポーツマスターズ2025愛媛大会」が開催され、愛媛県からのご支援を得て、県内のスポーツ少年団には、全国のレベルの高い試合の観戦、応援に行っていたいただき、大いに盛り上がりました。子どもたちが競技を続けるきっかけとなることを願っております。また、子どもたちが楽しみながら積極的に体を動かせる運動プ

ログラムである「アクティブチャイルドプログラム(ACP)」を活用し、八幡浜市で開催された「こどもチャレンジ2025」(業スポGOやわたしはまスポーツクラブ主催)には、愛媛県スポーツ少年団の3人の副本部長が講師で出向き、子どもたちにスポーツの楽しさを感じていただきました。

一方で、スポーツ少年団の活動において、指導者による子どもたちへのハラスメント行為が絶えません。昨年の12月には、スポーツ指導者に対して「スポーツにおけるガバナンス・ハラスメント防止研修会」を開催し、ハラスメントを未然に防止する呼びかけを行いました。子どもたちが安心して競技に打ち込める環境を整えることは、スポーツ少年団の活動において大事なことです。継続して取り組んでいきたいと思えます。

今、愛媛県スポーツ少年団は、全国と同様に少子化による団員の減少や指導者の不足などの問題を抱えておりますが、子どもたちのスポーツをする機会が失われないよう、スポーツ少年大会の継続開催、指導者の育成支援を

行うなどスポーツができる環境を整えるとともに、今後は、食が身体づくりに大切であることを子どもたちから教えていくことが大事であると感じております。本県出身で日本の栄養学の父である佐伯矩(さいき ただす)博士は、「栄養を学ぶことはいのちを学ぶこと」と説き、食生活の改善や学校給食の実現に取り組まれました。私たちも佐伯博士の思いを受け継ぎ、食の大切さを学ぶ機会を作っていきたいと考えております。こうした活動を通じて、発育発達期にある子どもたちの心身の健全な発達を促していきたいと思えます。

また、学校運動部活動の地域展開については、指導者や保護者の方を対象にした説明会を開催するなど、円滑に進むよう関係機関と連携した取り組みを進めてまいりました。今後とも地域によって、スポーツができる環境の違いはありますが、スポーツ少年団が総合型地域スポーツクラブと連携して受け皿となることも視野に入れて取り組んでまいりますので、皆様方のご支援、ご協力をよろしくお願い致します。

令和7年度

日本スポーツ少年団

日本スポーツ少年団顕彰事業表彰

指導者

◆高橋 信行

(四国中央市スポーツ少年団)  
(中之庄ミニバスケットボール)

愛媛県スポーツ少年団

愛媛県スポーツ少年団表彰

優良スポーツ少年団

◆三島ミニバスケットボールスポーツ少年団  
(四国中央市)

◆松山NORTHベースボールクラブスポーツ少年団  
(松山市)

◆久米サッカースポーツ少年団  
(松山市)

◆小野剣道会スポーツ少年団  
(松山市)

優秀指導者

◆山中 瑞穂

(鬼北町乗馬スポーツ少年団)

◆宗岡 幹雄

(椿ジャビッツスポーツ少年団)

◆本田 隆一

(生石ジャガーズスポーツ少年団)

◆藤岡 恭子

(富前JVCスポーツ少年団)

◆波頭 幸太

(河野スポーツ少年団)

◆近藤 康介

(河野スポーツ少年団)

# 日本スポーツ少年団顕彰事業表彰 受賞スポーツ少年団活動紹介

## 四国中央市 スポーツ少年団

四国中央市スポーツ少年団は、7競技、34団体、団員699名で活動しています。

近年の少子化の影響により、この10年間で団員数は約半数に減少しました。四国中央市スポーツ少年団では、大会の開催以外にもスポーツ未経験の子どもたちが競技に触れる機会の創出や、地域との連携、周知活動に取り組んできました。その一環として「スポーツ少年団体験フェスタ」を開催し、子どもたちが様々な競技を体験できる場を提供しています。本団の活動に呼応して各単位団においても、団員募集や周知活動をより積極的に実施するようになりました。その結果、2023年以降、団員数は増加傾向にあります。

また、昨年度行われた日独スポーツ少年団同時交流においては、本団員がドイツ団とスポーツを通して交流を深め、国や年齢を越えて他者を理解する心を育むことに繋がりました。

四国中央市スポーツ少年団では、子どもたちが楽しくのびのびとスポーツができることを第一の目的とし今後も活動してまいります。



## 愛媛県スポーツ少年団登録数

単位団数 327      団員数 6322      指導者数 851      役員・スタッフ数 942

## 令和7年度スタートコーチ養成講習会

### 第1期コース集合学習

◎令和7年度6月21日(土) ◎愛媛県武道館 ◎32名

### 第2期コース集合学習

◎令和8年1月10日(土) ◎愛媛県武道館 ◎70名



## 令和7年度四国ブロックスポーツ少年団大会

6月22日(日)四国各県代表の団員及び指導者の参加のもと、集団生活を行い、スポーツ活動・文化活動・野外活動・交歓交流活動等を通して、青少年のこころとからだを育てるとともに、スポーツ少年団活動をより一層促進し、地域における活動の活性化を図りました。



# 令和7年度スポーツ少年団交流大会の概要報告



## 1 第58回愛媛県スポーツ少年大会

- **陸上競技 (令和7年度愛媛陸上カーニバル)**  
◎4月20日(日) ◎愛媛県総合運動公園陸上競技場
- **ミニバスケットボール競技**  
◎5月24日(土)・5月25日(日)  
◎砥部町陶街道ゆとり公園 他 ◎39チーム
- **軟式野球競技 (エンジョイ! 軟式野球フェスティバル2025愛媛県予選会)**  
◎5月31日(土)・6月1日(日)  
◎北条スポーツセンター野球場 ◎16チーム
- **ソフトボール競技**  
◎6月14日(土)・6月15日(日)  
◎松山中央公園 他 ◎29チーム
- **バレーボール競技 (エンジョイ! バレーボールフェスティバル2025愛媛県予選会)**  
◎10月25日(土)・10月26日(日)  
◎愛媛県武道館 他 ◎36チーム
- **剣道競技 (愛媛スポーツ・レクリエーション祭2025) (エンジョイ! 剣道フェスティバル2026愛媛県予選会)**  
◎10月26日(日) ◎愛媛県武道館  
◎団体戦33チーム、個人戦112名
- **柔道競技**  
◎11月29日(土) ◎愛媛県武道館  
◎団体13チーム、個人戦94名
- **サッカー競技**  
◎12月20日(土)・12月21日(日)  
◎愛媛県総合運動公園 ◎27チーム

## 2 四国ブロックスポーツ少年団競技別交流大会

- **軟式野球 (エンジョイ! 軟式野球フェスティバル2025 四国予選会)**  
◎6月21日(土)・6月22日(日)  
◎あわ十川ゴム球場 他(徳島県)  
出場団: 新居浜NEXUSスポーツ少年団  
立花ヤングスターズスポーツ少年団

- **柔道競技**  
◎6月29日(日) ◎四国中央市川之江体育館(愛媛県)  
出場団: 血ヶ嶺柔道会スポーツ少年団  
玉川町少年柔道会スポーツ少年団  
伊予柔道会スポーツ少年団・三島柔道会
- **サッカー競技**  
◎7月12日(土)・7月13日(日)  
◎三木町総合運動公園サッカー場(香川県)  
出場団: 飯岡サッカーカースクールスポーツ少年団
- **ミニバスケットボール競技**  
◎10月19日(日) ◎春野総合運動公園 体育館(高知県)  
出場団: 北条MBCスポーツ少年団  
さくらMBCスポーツ少年団

## 3 エンジョイ! スポーツフェスティバル

- **エンジョイ! バレーボールフェスティバル2025 (女子: 各都道府県代表チーム)**

◎女子: 12月25日(木)~28日(日) ◎京都府  
女子出場団: みどりキッズ21スポーツ少年団 (松山市)

愛媛県では、出場チームを決定する予選会(10/25,26)を行い「みどりキッズ21スポーツ少年団」が見事優勝し出場権を獲得しました。標記大会は、全国から計48チームが出場しABCDの4ブロックに分けられ予選リーグ戦、決勝トーナメント戦が行われました。「みどりキッズ21スポーツ少年団」は見事Cブロック1位となり、優勝杯、メダル、賞状が授与されました。



- **エンジョイ! 剣道フェスティバル2026 (各都道府県代表チーム)**

◎3月27日(金)~29日(日) ◎富山県  
小学生団体: 西条市スポーツ少年団  
中学生男子個人: 高橋 虎我 (久枝スポーツ少年団)  
中学生女子個人: 渡邊 葉月 (成武館スポーツ少年団)

本大会にご協力を頂きました競技団体の皆様並びに関係者の皆様に感謝申し上げます。



# 令和8年度スポーツ少年団交流大会の予定



## 1 第59回愛媛県スポーツ少年大会

- **軟式野球競技 (エンジョイ! 軟式野球フェスティバル2026愛媛県予選会)**  
◎ 5月23日(土)・5月24日(日)
- **ミニバスケットボール競技**  
◎ 5月30日(土)・5月31日(日)
- **ソフトボール競技**  
◎ 6月13日(土)・6月14日(日)
- **バレーボール競技 (エンジョイ! バレーボールフェスティバル2026愛媛県予選会)**  
◎ 9月26日(土)・9月27日(日)
- **剣道競技 (愛媛スポーツ・レクリエーション祭2026)(エンジョイ! 剣道フェスティバル2027愛媛県予選会)**  
◎ 10月12日(月・祝)
- **柔道競技**  
◎ 11月28日(土)
- **サッカー競技**  
◎ 12月19日(土)・12月20日(日)



## 2 四国ブロックスポーツ少年団競技別交流大会 (開催予定)

- **ミニバスケットボール交流大会 (愛媛県)**  
◎ 5月23日(土)
- **軟式野球交流大会 (高知県)**  
◎ 6月27日(土)・28日(日)
- **フリー種目 (ティーボール) 交流大会 (香川県)**  
◎ 10月24日(土)
- **サッカー交流大会 (徳島県)**  
◎ 12月19日(土)・20日(日)



## 3 エンジョイ! スポーツフェスティバル

参加対象: 予選会優勝チーム及び優勝者

- **エンジョイ! 軟式野球フェスティバル2026 (岩手県)**
- **エンジョイ! バレーボールフェスティバル2026 (茨城県)**
- **エンジョイ! 剣道フェスティバル2027 (北海道)**

今年度の  
大会の様子



来年度もスポーツ少年大会の実施を予定しております。皆様のご参加をお待ちしております。

# 医科学からみた 発育期のスポーツ活動のあり方

元愛媛県国体チーム帯同医 林 雄司 (内科・循環器科)

## 体位は向上したけれど

自然の中で遊ぶ機会の少なくなった昨今、心肺血管系（全身持久力）は低下し、筋力、筋持久力、柔軟性も欠如し、体脂肪率は増加するといったように、日常生活に必要な健康維持のための体力要素ですら、運動不足の悪影響を受けています。また、裕福で夜型の間が増加するにともなって自律神経系の発達が遅延し、低体温、アレルギー、肥満を有する児童や、心電図に異常を示す児童も増加しています。

現代の子どもたちは、身長・体重等の体格面では向上が著しいのですが、日常生活において屈げる、伸ばす、ねじる、回す、かつぐ、さげる、歩く、跳ぶ、走る等の全身的な基本動作を行う機会が少ないことや、外での遊びが減少した結果、小さな外力にも対処する能力に劣っており、少しの外力で外傷等を起こしています。また、運動を行う子どもの多くが、1つの種目に専念し、画一的な練習を繰り返すことにより、同一部位の過剰刺激による故障や、使われる機会の少ない筋肉との間のアンバランスが問題となる場合も多いようです。すなわち一般的な技量の低下があり、障害を起こしやすい状態にあるわけです。



たとえば、ラジオ体操をみてもきちっとできる子どもが少ない現状で、専門的な技術だけを追い求めている現場に接すると、「奇異」としか思えません。もう一つ、小学校や中学校レベルで驚くことは、「少年期のスポーツは、本人の能力よりも練習量の多いことが、勝利への近道である」との考えから、画一的な長時間の練習を行い、その結果生じた故障も「練習しながら治す」という考えの指導者が一部にいます。こういう指導者に対して、「少年期のスポーツは、勝利のみを目指すべきではない」との忠告を行っても、釈迦に説法のようなようです。

## 障害の誘因となるもの

スポーツ障害の原因としては、大きく分けると個人の問題、練習上の問題、環境的要素等があります。年齢や性、体格、体調、基礎体力、精神的要素、運動の種類、能力レベル、練習の強度・時間・頻度、休養、季節、天候、温度、施設や環境、服装、履物など障害の誘因となる可能性のあるものは、多数列挙されるわけですが、実際に疾患を有するスポーツ選手の調査から、原因として頻度の高いものを以下に挙げてみます。

- ①睡眠不足や休養不足：集中力が散漫となり、スタミナが早く切れる。
- ②食事制限を行っての運動：スタミナや集中力の不足のほか、貧血や脱水の原因となる。
- ③基礎体力不足：筋力や柔軟性の不足が故障の大きな原因となる。
- ④発育および年齢に不相応な運動：1種目主義、画一的・長時間の練習により、筋肉間および筋肉・関節・骨のアンバランスを生じることによる障害が多発している。成長段階に適した運動の種類や負荷量を誤ったためのトラブルも多い。
- ⑤ストレッチングの不足：ストレッチングが予防になることの認識不足や、方法の間違い。
- ⑥ウォーミングアップ：クーリングダウンの不足：これらを十分行うことが必要であることへの理解が不足している。

- ⑦行うべきでない運動を行う：①長時間の練習＝水分補給を行わないと脱水状態になり、集中力が持続しない。1日2時間以上の練習は、オーバーユース等で故障が急激に増加する。発育を抑制する可能性がある。②運動方法のミス＝筋肉トレーニングの方法ミス。うさぎ跳び、足を伸ばしての上体起こし、第三者補助によるはずみをつけての前屈等は不適當である。同一部位への繰り返しの刺激となる練習は、故障の最大の原因である。
- ⑧環境への配慮不足：暗くて暑いうえに、空気の還流のない屋内や、炎天下での練習には問題がある。
- ⑨履物の不適合：児童の場合は、シューズが重すぎるのではと思われる場合が多い。
- ⑩精神的トレーニングの不足：日本人は概してトッププレーヤーも含め、不十分と思われる。



## 予防に勝る治療法なし

- ①日常生活で、基本的動作を十分に行うよう心掛ける。オリンピック選手、シニアおよびジュニアのトップレベルの競技者の多くが、子どもの頃屋外での活発な遊びや運動を経験している。
- ②睡眠時間を十分にとる。特に幼少時には早く床につくよう努力する。
- ③休養も積極的な訓練であることを再認識する。
- ④食事は制限せず、ゆっくりよくかんで食べる。カロリーの取り過ぎは運動によって消費し、肥満を予防する。発育期には鉄分、カルシウム分、タンパク質の摂取に配慮する。
- ⑤基礎体力の養成をしっかりと行う、発育過程を考え、神経系→全身持久力→筋力の順にトレーニングを行う。最初に姿勢保持に関する筋肉の鍛錬も考えておく。筋力トレーニングも、主に自分の体重を利用し

たトレーニング法を考える。器具を利用する場合は、正しいフォームづくりから入る。乳酸系の激しい運動が苦手な小学校低学年までは、集中力が必要な運動は避け、運動自体が洗練化、活性化、多様化してくれば、メニューの変更を考える。

- ⑥ウォーミングアップやクーリングダウンを平素より忘れず行うよう心掛け、ストレッチングや柔軟体操も十分行う。
- ⑦疲労を早くとるためには、クーリングダウンのほかに、食事にも注意を払う。
- ⑧1種目主義、勝利至上主義の考えを少なくし、楽しく、喜んで行えるような練習を考える。多種目の運動を行うことにより、全身の筋肉を均一に使用し、画一的な練習を避ける。
- ⑨運動の一つひとつの意義を知り、正しい方法で行う。
- ⑩目標とする試合数は可能なかぎり少なくする。
- ⑪故障の際は必要とあれば完全休養をとる。
- ⑫正しい姿勢、正しい歩き方、正しい走り方について一度は学ぶ。



単に発育速度が早かったために、その時点での成績が良いだけの場合や、逆に発育は遅くても将来すばらしい選手になる可能性のある子どももいますので、全員対等に扱うことも必要です。勝利の際に指導者がよく言われる「力以上のもの」「120%の力」と呼ばれる秘められた力は、発育期の子どもたちには相当もっているのではないかと感じます。そういう発揮されていない隠れた力を見出し、技術向上を行うことができるのは、実際に指導を行っている人です。予防に勝る治療法はありません。

最後に、将来有望と考えられる小中高生の、貧血・熱中症・オスグット骨折・オーバートレーニング・もえつき症候群を防止し、好きなスポーツが続けられるような環境になってもらいたい。

また、指導者や親がほめ言葉で「ドーパミン脳」を育ててもらえるようにスポーツ医科学の面から取り組んでもらいたい。

1993年2月10日発行

日本体育協会「スポーツ少年」2月より抜粋

# お知らせ

## 《指導者育成》受講してみませんか!!

学校運動部活動の地域展開が進む中、地域で子どもたちを支える指導者の役割はますます重要になっています。愛媛県スポーツ協会では、安心・安全で質の高い指導を実現するため、指導者の資格取得、スキルアップを目的とした研修会を開催しています。

また、生涯にわたりスポーツを続けられるよう、更には競技力の向上に向け、栄養の観点からアプローチする取り組みを行っています。

令和  
8年度

### 愛媛県スポーツ指導者研修会

昨年に引き続き、愛媛県スポーツ協会では、スポーツ関係者及びスポーツ指導者等を対象に、最新の情報や先導的な効果的な指導方法等について呼び掛けていきます。

日 程  
令和8年11月21日㊦  
12:30~17:00

主 催  
公益財団法人  
愛媛県スポーツ協会

会 場  
テクノプラザ愛媛

内 容

- 13:00~13:10 開会
- 13:10~15:10 講演①「未定」  
講師：大塚 邦明 氏  
(東京女子医科大学名誉教授)
- 15:25~16:55 講演②「スポーツ栄養に関する講演」  
講師：未定

令和  
8年度

### 公認スタートコーチ(ジュニア・ユース)養成講習会

「公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者制度」に基づき、ジュニア・ユース期のスポーツ指導において、スポーツ少年団をはじめ、総合型地域スポーツクラブ、学校運動部活動等の地域スポーツの場で活躍できる人材（資質能力を備えた指導者）を育成することや、資格取得を目的として開催しています。

第1期コース

集合学習 令和8年6月27日㊦  
主 催 公益財団法人愛媛県スポーツ協会  
会 場 愛媛県武道館 大会議室

第2期コース

集合学習 令和9年1月23日㊦  
主 催 公益財団法人愛媛県スポーツ協会  
会 場 愛媛県武道館 大会議室

令和  
8年度

### 栄養士研修会

競技者、監督、コーチ、トレーナー、競技団体などのスポーツの現場では、競技者の栄養・食事に関する自己管理方法など、栄養サポートに対するニーズが高まっていることから、来年度も引き続き「愛媛県スポーツ栄養士協議会」と共催で開催を予定しております。

日 程  
令和8年11月21日㊦  
10:30~15:30

主 催  
公益財団法人  
愛媛県スポーツ協会

会 場  
テクノプラザ愛媛

内 容

- 10:30~10:40 開会
- 10:40~12:10 講演①「未定」  
講師：大塚 邦明 氏  
(東京女子医科大学名誉教授)
- 13:10~14:20 講演②「スポーツ栄養に関する講演」  
講師：未定
- 14:30~15:30 講演③「スポーツ栄養に関する講演」  
講師：未定

# お知らせ

「参加しよう!!」

## 《愛媛県スポーツ少年団からのお知らせ》

### 四国ブロックスポーツ少年団リーダー研究大会を開催!!

四国4県のリーダーが集まり、一緒に学び、スキルアップを図るとともに、親睦を深め、各県リーダー会の活性化を目指します。

- 開催日** 令和8年8月8日(土)～9日(日) (1泊2日)
- 会場** 松山市青少年センター、愛媛県武道館
- 参加予定** スポーツ少年団リーダー会(中学生以上)代表者、スポーツ少年団リーダー育成担当指導者、愛媛県スポーツ少年団リーダー会員

### 行ってみよう! ジュニア・リーダースクール!

スポーツ少年団では、未来の指導者を育成するため、リーダー制度が設けられております。小学5年生～中学3年生を対象としたスクーリングを毎年開催し、ジュニア・リーダーの育成を図っています。

令和7年度は申込者数が少数だったため残念ながら中止となりましたが令和6年度は国立大洲青少年交流の家にて開催されました。県内のスポーツ少年団から24名が参加し、リーダー育成の講義やレクリエーション・スポーツ体験など参加者同士が交流を通して友情を深めました。

来年度も開催を予定しています。短い時間ですが、他の県内団員たちとの交流にぜひご参加ください!

- 開催日** 令和8年8月18日(火)～20日(木) 《予定》
- 会場** 国立大洲青少年交流の家
- 対象年齢** 小学5年生～中学3年生



## 《「愛媛県スポーツ協会100年史」発刊(2026.2)》

愛媛県スポーツ協会は、2024年10月に創立100周年を迎えました。2024年及び2025年の2か年にわたって、100周年記念式典などの事業を行ってきました。一連の100周年記念事業の締めくくりとして、「愛媛県スポーツ協会100年史」が完成。愛媛県スポーツ協会表彰式でお披露目しました。



## 《令和7年度 愛媛県スポーツ協会表彰》

愛媛県スポーツ協会では、毎年、スポーツの分野で活躍した個人又は団体を表彰し、その栄誉を称えとともに、本県スポーツの振興に資することとしています。令和7年度の受賞者が決定し、表彰式を開催しました。



スポーツ功労賞 渡邊 豊 氏

- 日時** 令和8年2月25日(水) 16:00～17:00
- 場所** ANAクラウンプラザホテル松山
- 表彰者** 「受賞者名簿」は、ホームページに掲載しました。

### 愛媛県スポーツ協会表彰

- 個人：111名 ●団体：32団体

### 日本スポーツ少年団顕彰事業表彰

- 個人：1名

### 愛媛県スポーツ少年団表彰

- 個人：6名 ●団体：4団体

## 《公式インスタグラムはじめました!!(2026.1)》

(公財)愛媛県スポーツ協会が行う公認指導者更新研修会のお知らせや国民スポーツ大会、スポーツ少年大会での選手の活躍の様子など、さまざまな情報を発信していきますので、お楽しみに!!

フォローをよろしくお祈いします☺



# これからももっと、 私はスポーツを楽しむんだ。

卓球歴24年。バスケ歴1日。

卓球の200倍もの重さがあるボールは、  
なかなか言うことを聞いてくれない。

それでも、体を動かすだけで気持ちがいい。

初対面でもあっという間に仲間になれる。

競技人生での楽しさとは違う、

スポーツの楽しさに出会えた。



スポーツを極める人も、楽しむ人も、  
すべての人のために、  
スポーツくじの収益は使われています。

スポーツくじ   

スポーツくじは、スポーツと人を育てる仕組み。  
この冊子は、スポーツ振興くじ助成を受けて作成しています。