



# スポーツパレス便り

No. 387

富山県総合体育センター

## TOYAMAアスリートマルチサポート事業

TOYAMAアスリートマルチサポート事業のサポート競技である石動高等学校女子ホッケー部が「感動は無限大南部九州総体2019」で優勝しました。

### ■石動高等学校 女子ホッケー部



大会・遠征時に対してトレーニング指導やコンディショニングを行えるトレーナーを派遣し、サポートを継続的に行ないました。

決勝では、岐阜各務野高等学校（岐阜県）を0-0 (SO2-1)で破り、2年連続・6回目の制覇



# スポーツフェスティバル 2019

10/14 体育の日 月 時間 9時~18時

富山県総合体育センターで開催

スポーツ体験コーナーなどがあり、家族で楽しめるイベントがたくさんあるよ!

次号に詳しい内容を掲載します。

# 2020東京オリンピック競技紹介



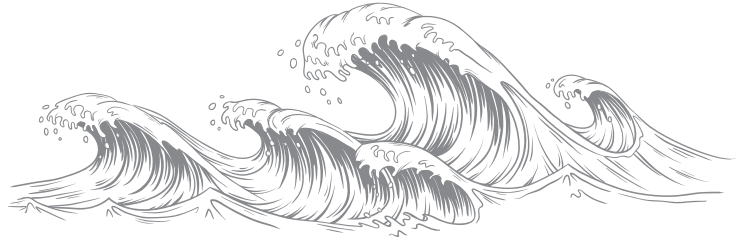
2020東京オリンピックの開催が近づいてきました。このコーナーでは、オリンピックについてや、東京オリンピックに新しく追加された競技種目、普段目にするのが少ない競技、見どころなどを紹介していきます。なるべくビッグイベントをみんなで楽しみましょう。

## 2020東京オリンピックビジョン「スポーツには世界と未来を変える力がある。」

1964年の東京大会は日本を大きく変えた。2020年の東京大会は、「すべての人が自己ベストを目指し（全員が自己ベスト）」、「一人ひとりが互いを認め合い（多様性と調和）」、「そして、未来につなげよう（未来への継承）」を3つの基本コンセプトとし、史上最もイノベティブで、世界にポジティブな改革をもたらす大会とする。

## 第5回 2020年東京新採用競技：サーフィン スケートボード

### サーフィン



発祥：米国 ハワイ

オリンピック歴：新規採用（1回目）

会場：釣ヶ先海岸サーフィンビーチ（千葉県）

日程：2020年7月26～29日

（7月30～8月2日予備日）

種目：ショートボード男女 2種目

サーフボードはロングボード（9フィート（約274cm））もありますが2020年東京オリンピックではショートボード（6フィート（約183cm））が採用されました。

**競技方法**：長さ6フィート（約183cm）のボード上で波を乗りこなすテクニックを5人のジャッジが採点し勝敗を決める。選手は定められた時間（20～30分）内に10本前後の演技をし、点数の高い2本の合計で勝敗が決められます。東京オリンピックでは4メンヒート（1試合で4人が対戦）で上位2名が勝ち進んでいく。

**採点方法**：1本に対してジャッジが点数を出し、最高得点と最低得点を除いた平均点が点数となる。波を乗りこなすテクニック、難度、創造的な技、スピード、ダイナミックさなどを評価する。



Poor	Fair	Average	Good	Excellent
0.1～1.9	2.0～3.9	4.0～5.9	6.0～7.9	8.0～10.0

波や風を味方につけられるかなど、選手の技術だけではなく、自然相手にどう挑んでいくかもこの競技の魅力の一つです。

- Q.** サーフィンをするにあたって主に必要な道具は、サーフボード・ウェットスーツの他に何？
- A.** リーシュコード・・・サーフボードと体をつなぐ為に足に巻き付ける。付けずにサーフィンをして海に流れたり大事故につながりかねないため

# スケートボード



発祥：米国

オリンピック歴：新規採用（1回目）

会場：有明アーバンスポーツパーク（東京都）

日程＋種目：①ストリート 男女 2020年7月26～27日

②パーク 男女 2020年8月5～6日

計4種目

**競技方法：**スケートボードに乗って、トリック（ジャンプ、空中動作、回転などの技）を行い、その技の難度やスピードなどを評価、採点し競う。

①ストリート：階段、手すり、ベンチ、坂道、壁など街にあるような障害物を使いながら様々なトリック（技）を繰り出し、難易度や高さ、スピード、オリジナリティー、完成度、流れを審査員が採点する。RUN方式★とBestTrick方式★の合計点数で競う。

★RUN方式： 持ち時間**45秒**で、コースを自由に滑って、技や滑りを採点  
一人2回のランを行い、**最高点**が持ち点になる

★BEST TRICK方式：コース内にある障害物を一つ選び、1つの技を行う  
計5回のチャンスがあり、**点数の高い4回**が持ち点に加算

②パーク：大きな皿やお椀を組み合わせたような曲線的な形状をしたコースで、曲面を一気に駆け上がり、空中に飛び出すエア・トリックが演技の中心となる。

★持ち時間**45秒**。コースを自由に滑って、技や滑りを競う

★一人3回のチャンスがあり、その内の**最高得点**で競う

Q. 1940年代にアメリカ西海岸で木の板に鉄の車輪をつけて滑った遊びが始まりとされているスケートボードだが、現在のデッキ（板）は何でできている？ A. 現在も木

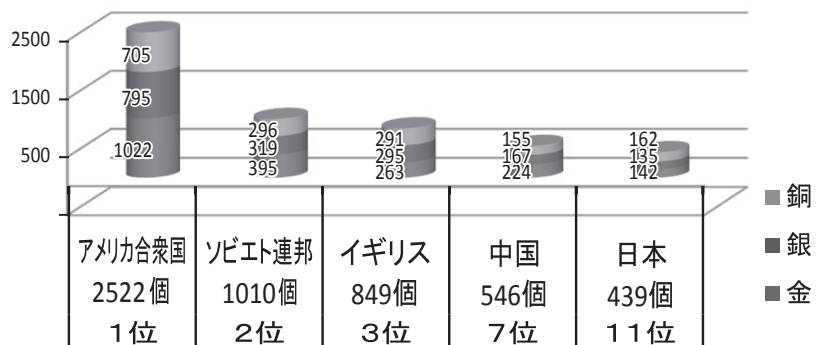
## メダル獲得数：アメリカ合衆国の強さ

東京オリンピックで追加されたサーフィン、スケートボード、ソフトボール、野球は、これまでのオリンピックで圧倒的な強さを示しているアメリカ合衆国発祥のスポーツです。新たに加わった種目、またそれ以外にもアメリカ合衆国が強さを示せるのか、開催国の日本始め、他の国がどのような戦いを見せるのかも注目です。

### 近代夏季オリンピックメダル獲得総数ランキング

（1896年第1回アテネ大会～2016年第31回リオデジャネイロ大会）

※フリー百科事典『ウィキペディア（Wikipedia）』から引用



### 《参考資料提供》

・公益財団法人日本オリンピック委員会 HP：<https://www.joc.or.jp/column/olympic/history/001.html>

# 9月の主な利用予定

※予定の追加や変更が予想されるので、ご利用の際は(076)429-5455にご確認願います。

また、ホームページ <http://www.sportsnet.pref.toyama.jp/> の「施設利用申し込み」でも確認できます。【8/20現在】

## ■ 大アリーナ

1(日) 太陽スポーツ販売ビーチボール大会  
5(木) 第8回富山新聞社杯力ローリング大会  
7(土) 未来のアスリート発掘事業  
8(日) 富山県高校秋季大会:バレーボール競技  
14(土) 全日本県予選(ジュニア):卓球競技  
15(日) 富山県団体卓球選手権大会  
16(月) 富山県ママさんバレーボール連盟2019TOYAMALEディース  
19(木) 富山グラウジーズ  
21(土)/22(日)/23(月) 富山県ハンドボール協会 強化練習会  
27(金) 富山地区ふれあい育成スポーツ大会  
28(土) 健康保険ビーチボール大会  
29(日) 第8回きときと富山オープンバドミントン大会

## ■ 中アリーナ

7(土) 日本選手権富山県大会:ハンドボール競技  
8(日) 富山県高校秋季大会:バレーボール競技  
14(土) 富山県ラージボールダブルス団体  
15(日) 富山県団体卓球選手権大会  
16(月) 富山県ママさんバレーボール連盟2019TOYAMALEディース  
21(土)/22(日)/23(月) 富山県ハンドボール協会 強化練習会  
29(日) 第8回きときと富山オープンバドミントン大会



## ランニング走路が利用できない日、および時間

1(日)/5(木)/15(日)/16(月)/28(土)〈8:00~17:00〉 7(土)〈15:30~18:00〉 8(日)/23(月)〈9:00~17:00〉  
14(土)〈8:00~21:00〉 19(木)〈13:00~17:00〉 21(土)/22(日)〈9:00~18:00〉

☆☆9月の《ファミリースポーツタイム》☆☆ 今月は利用できる日はありません。※ファミリースポーツタイム以外の一般利用についてはお問い合わせください

## ■ 小アリーナ

4(水) ナーブアオカハラ富山校(11:00~13:00)  
5(木)/12(木)/19(木)/26(木) // (19:00~21:00)  
18(水) // (12:30~14:30)  
25(水) // (13:00~20:30)  
4(水)/11(水)/18(水)/25(水) リラックスヨガ(10:00~11:00)  
5(木)/12(木)/19(木)/26(木) ピラティス(10:00~11:00)  
8(日) ビームライフ体験教室(13:00~16:00)  
14(土)/21(土) 元氣TOYAMA親子チャレンジ(19:00~21:00)



営業時間はいつでもご利用いただけます

## ■ トレーニング室

## ■ 測定室

5(木)/19(木) (午後)健康科学専門学校  
9(月) (午後)TOYAMAアスリートマルチサポート事業  
21(土) (午前・午後)TOYAMAアスリートマルチサポート事業  
28(土) (午後)個人  
29(日) (午前・午後)TOYAMAアスリートマルチサポート事業

## ■ 会議室/大研修室/中研修室/小研修室

会議室および研修室の利用については、お問い合わせください

## ■ 50m温水プール

1(日) 富山県水泳連盟競泳/セントラルスポーツ/東京ドームスポーツ合宿  
6(金)~8(日) 富山県水泳連盟競泳合宿  
12(木) 富山県水泳連盟競泳練習  
15(日)/16(月) 富山県水泳連盟競泳学童強化練習  
※上記の期間は開放時間が変更となります  
セミナー水泳ジュニア(月)(水)(土)〈18:00~20:00〉

## ■ 飛込温水プール

1(日) 富山県水泳選手権大会:AS競技  
7(土)/8(日) 富山県水泳連盟水球  
7(土)~9(月) 富山県水泳連盟アーティスティックスイミング  
セミナー水球ジュニア(月)(水)(金)〈18:30~20:30〉  
セミナーアーティスティックスイミング  
(水)〈17:00~18:30〉(木)〈17:30~19:00〉(土)〈16:30~18:00〉

## ■ スポーツサウナ

営業時間はいつでもご利用いただけます

## ■ 宿泊

6(金)~7(土) 富山県水泳連盟水球  
6(金)~7(土) 富山県水泳連盟競泳  
13(金)~15(日) 日本サッカー協会  
15(日) 富山県水泳連盟競泳  
21(土)~22(日) 富山県ハンドボール協会  
28(土) 富山陸上競技協会



## 【9月の休館日・・・3(火)、10(火)、17(火)、24(火)】

◇富山県総合体育センターの営業時間◇

平日/土曜 9:00~21:00  
日曜/祝日 9:00~19:00

※飛込温水プール及びスポーツサウナは営業します

平日 14:00~20:00  
土曜 10:00~20:00  
日曜/祝日 10:00~18:30

## スポーツクリニックのお知らせ

スポーツ障害でお悩みの方に  
日本スポーツ協会公認スポーツドクターがアドバイスいたします

### ● 整形外科系スポーツ障害相談日(無料) 9月7日(土)14:00~16:00

スポーツによる腰・膝・肩などの痛み、ケガ等の治療方法やトレーニング処方、スポーツ障害の予防法の相談  
競技者を対象に、スポーツドクター・運動生理学専門指導者の立ち会いのもと、最大酸素摂取量やLT値測定を実施し、  
測定結果の説明と今後のトレーニング方法についてアドバイスします。

### ● 内科系スポーツ障害相談日(無料) 9月28日(土)14:00~17:00

スポーツによる内科的症状(動悸・息切れ・頭痛・胸痛など)や内科的障害をもつ方のスポーツ処方の相談

### ● 呼吸循環器系機能測定日(有料) 9月28日(土)14:00測定開始 (一般1,050円/児童生徒520円)

競技者を対象に、スポーツドクター・運動生理学専門指導者の立ち会いのもと、最大酸素摂取量やLT値測定を実施し、  
測定結果の説明と今後のトレーニング方法についてアドバイスします。

お申し込みは、トレーニング室へ 076-429-5455(代)

スポーツパレス便り No.387 令和元年8月25日 印刷:いおざき印刷(株)

発行:富山県総合体育センター/〒939-8252 富山市秋ヶ島183 tel (076)429-5455

URL: <http://www.sportsnet.pref.toyama.jp/member/sougou/index.html> E-mail: [palace@sportsnet.pref.toyama.jp](mailto:palace@sportsnet.pref.toyama.jp)