




# 総合型地域スポーツクラブ 訪問日記【4月号】

クラブ名	長門スポーツクラブ	訪問日	4月2日	訪問者	宮田 大樹
訪問詳細	<p>長門スポーツクラブのメンタルトレーニング講習会の様子を拝見してきました。県体育協会所属の栗原トレーナーが講師を務め、高校生を中心に約90名の参加がありました。講習では、メンタルトレーニングの目的に始まり、五感を使った集中力を高めるテクニックが紹介されました。</p> <p>また、一流の選手が集中力を高めるために実践しているパフォーマンスルーティーンというテクニックを映像を用いて紹介し、参加者にも体験してもらうことで、興味・関心の高まりを感じることができました。きっと、講習を機に、練習や試合の取り組み方も変わるのではないかと思います。</p> <p>長門スポーツクラブは長門高校の施設を拠点に活動しており、今回のようにクラブ主導で講習会を開催することで長門高校との関係もより良くなるのではないのでしょうか。</p>				

クラブ名	今宿スポーツクラブ	訪問日	4月9日	訪問者	近藤 優子
訪問詳細	<p>3・4月の企画運営会議の議題はどこのクラブも総会資料の作成が主だと思いますが、今回の今宿スポーツクラブ運営会議の内容も総会前らしく平成26年度の決算・活動報告・今年度の予算・活動予定などの話し合いでした。</p> <p>今宿スポーツクラブは日体協の自立支援事業とクラブマネージャー設置支援事業を受け活動を行っていることもあり、決算報告は丁寧に細かい作業が求められます。大変な作業ですが、事務局はしっかり処理を行い報告をしていました。</p> <p>細かい事務作業は目立たない地味な作業ですが、クラブ運営において大切な役割を果たします。</p> <p>クラブ運営が上手なクラブに共通して言えることは、バイタリティーのあるスタッフと丁寧な事務局員が在駐していることが挙げられます。今宿スポーツクラブは現在どちらの人材も確保できている貴重なクラブです。これからのますますの活躍を期待したいと思います。</p>				

## ☆レッツ！オリ・パラ☆



オリンピックの柔道競技は、男子は1964年の東京オリンピック、女子は1992年のバルセロナオリンピックから正式種目として競技に加わりました。前回のロンドンオリンピックから世界ランキング制度に基づいて出場選手が選出されるようになりました。

柔道においては、金銀銅合わせて日本が一番多くのメダルを獲得しています。男子では、野村忠宏選手が柔道史上初、全競技通してアジア人初となる3連覇を達成しました。女子では谷亮子選手が、2連覇、最年少メダリスト・メダル獲得数最多などの結果を残すなど、多くの日本選手が活躍しています。

柔道競技では、昨年ルール改正が行われたことをご存知でしょうか？これにより、しっかり組んでしっかり投げる柔道になったことで、日本人にとって有利に試合をすすめることができるようになったのではないのでしょうか。東京オリンピックでは、日本のお家芸である柔道の復活に期待したいですね！

2020年  
東京オリンピックまで  
**1914日**  
※平成27年4月28日現在