

# Ichigo Ichie

## いちご一会 通信

公式マガジン Vol.8



### Contents

#### 1.期待のアスリートたち

体操(体操競技)少年男子/谷田 雅治さん  
サッカー(知的障害)監督/梁木 直人さん

#### 3.栃スポット&栃グルメ

小山市/真岡市/大田原市



#### 2.競技ピックアップ

水泳(オープンウォータースイミング)/バレーボール(ビーチバレーボール)  
/自転車(ロード・レース)/空手道/スケート(フィギュア)/綱引/  
卓球(サウンドテーブルテニス(身体)含む)(障スポ)

#### 4.情報局

公式ポスター・炬火台・炬火トーチのデザイン決定/表彰式/日環アリーナ栃木完成!  
/環境配慮推進宣言



音声コード  
読み上げ装置にて、内容を  
音声で聞くことができます。

いちご一会とちぎ国体

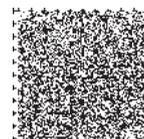
第77回 国民体育大会 夢を感動へ。感動を未来へ。2022

本大会/令和4(2022)年10月1日(土)~11日(火)  
冬季大会/令和4(2022)年1月24日(月)~30日(日)

いちご一会とちぎ大会

第22回 全国障害者スポーツ大会 夢を感動へ。感動を未来へ。2022

令和4(2022)年10月29日(土)~31日(月)





国体

## 体操(体操競技)少年男子

ただ まさはる  
谷田 雅治さん(16歳)

●プロフィール 所属/作新学院高等学校 好きな食べ物/唐揚げ、オムライス 趣味/音楽鑑賞、マンガ 長所/明るいところ。誰とでも気さくに話せる。練習は大変だけど、楽しく取り組める。

●実績/小学校(全国 U-12個人2位、フューチャーカップ 国際体操競技会 個人2位、全日本ジュニアAクラス3位)、中学校(全国中学校体操競技選手権大会 個人優勝、フューチャーカップ 国際体操競技会 個人優勝、全日本ジュニア2部2位、ポロニンカップ 国際体操競技会 個人2位)、U-15・U-18(ジュニアナショナル選手)

会場地/宇都宮市  
日環アリーナ栃木メインアリーナ

## 周りのサポートに感謝し日頃の成果を発揮したい!



体操との出会いや印象、魅力を教えてください。

**元** 体操選手だった両親の影響で小学校低学年の頃に始めました。最初は怖い印象がありましたが、小3の大会で良い結果が出せなかったことで本格的に練習をスタートしました。いろいろな技に挑戦していますが、技を安定させるには年単位の積み重ねが必要です。それができた時の達成感や、技が上達したと感じられた瞬間にモチベーションが上がり、ワクワクします。

成長するきっかけやターニングポイントがありますか?

**中** 2の時に、ケガの治療で練習や試合に出られない期間が1年ほどあり、体操ができないことの辛さを初めて経験しました。改めてストレッチの重要性を認識し、自分に足りない部分を強化する機会になりました。また精神的に強く、前向きになれたのもこの時期だったと思います。体操はメンタル面が大きく影響し、気の緩みで同じミスを繰り返してしまうことが多々あります。その度に気持ちの切り替え方を学び、「失敗は誰にでもあるからこそプラスに考えていく」という意識が変わりました。

あなたにとって国体はどんな大会ですか? また見どころは?

**国** 体はこれまでの練習の成果を発揮し、各県代表として戦う場所です。全国トップの選手たちが一挙に集うので、会場では白熱した雰囲気を感じられます。以前福井県に住んで

いた時に、2018年に開催された福井国体を生で観戦しましたが、会場の熱気、臨場感が記憶に残っています。自分にとって国体出場は高校3年間の集大成でもあり、選抜された際には持っている力を出し切りたいです。

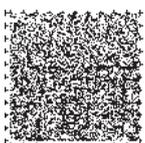
コロナ禍で心がけていることや今後の目標は?

**練** 習環境が当たり前でないことに感謝し、限られた時間で効率良く、質の高い練習を心がけています。体操競技は1日休むと3日の遅れが出ると言われますが、厳しい状況の中でも強くなれる部分があると考えています。チームメイトの小野涼城くん、杉山諒将くんは同級生であり、自分と同じく日本代表の経験があります。それぞれ考え方も異なるので常に刺激を受けていますね。これまで培ってきたお互いの経験やトレーニング法など、情報を共有し合っています。今後の目標はインターハイ、各選抜での優勝、そして最大の目標はオリンピックでの金メダルです。周りの方々のサポートがあるからこそ日々練習ができるので、恩返しの場合として悔いのないように試合に臨みたいです。

新しく完成した

日環アリーナ栃木メインアリーナについて。

**2** 021年のゴールデンウィークに、国体予選会を兼ねた県の高校総体が日環アリーナ栃木メインアリーナで開催されます。新しい会場で競技を行えるのはありがたいことですし、今からとても楽しみにしています。



音声コード



障スポ  
(知)

## サッカー(知的障害)監督

やなき なおと  
梁木 直人さん (35歳)

会場地/真岡市  
真岡市総合運動公園  
陸上競技場・運動広場1

●プロフィール 所属/知的障害者サッカー連盟 好きな言葉/継続は力なり 好きなスポーツ選手/小野伸二  
(北海道コンサドーレ札幌) 趣味/キャンプ・アウトドア全般

### 懸命に試合に挑む選手たちの勇姿を届けたい!



#### 知的障害者サッカーとの出会いや、印象を教えてください。

これまで中学生サッカーの外部コーチをしており、知的障害者サッカーのスタッフとして帯同したのは5年前の関東ブロック予選からです。ルールや使用する用具などは一般のサッカーと同じですが、関東圏のチームには健常者と引けを取らないプレーをする選手が何人もいて、技術や能力の高さに驚きました。

#### 指導の難しさ、監督としての醍醐味を教えてください。

コーチングの3原則を意識して指導を行っていますが、プレーにおける判断は選手自身が行うので、自立した選手を育てることが難しいですね。練習回数が限られているので密度の濃いトレーニングメニューを考えています。「守備」「攻撃」「ボールを失わない」などその日のテーマを決め、経験豊富なスタッフと共に指導しています。監督になってから選手たちとの一体感が増し、喜びや悔しさを共有できるのが醍醐味だと感じています。



梁木監督

#### チームの特長、また試合で印象に残っていることは?

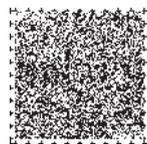
チームでは過去に日本代表候補にも選出されたキャプテン・GK中嶋達也選手を中心に、粘り強い守備を武器にしています。以前行われた強豪東京都との試合では全員の士気が高まり、前半は互角に戦うことができました。結果は

敗退となりましたが、普段おとなしい選手がサッカーを通して殻を破ったり、仲間を増やしたりする様子を見られる瞬間が何よりもうれしいですね。本気でサッカーに挑むという経験を通し、みんなの可能性を広げていけたらと思っています。またメンバーは高校生から社会人まで幅広い世代が所属し、分け隔てなくコミュニケーションを取り合えるところもチームの魅力です。選手たちと共に「たくさんの人から応援されるチーム」を目標に掲げ、練習に励んでいます。



#### コロナ禍で心がけていることや今後の目標は?

今まで活動できていたことが当たり前ではなく、実は恵まれていたことに気づききっかけとなりました。チーム練習には制限がありますが、選手個人のスキルアップや、私自身はコーチングの理論などを学び直す時間だと前向きに捉えています。目標はいつか全国の舞台で1勝すること。知的障害者サッカーの認知度を上げていくのも大きな課題ですね。2022年の国体・障スポは本県開催ということで注目度も高いと思います。勝つことはもちろん重要ですが、選手のひたむきなプレーで皆さんに元気や希望を与えられたらと期待しています。



音声コード

# 競技ピックアップ!

国体  
正式競技

## 水泳(オープンウォータースイミング) 男子・女子

### 自然を読み解く長距離水泳



- 自然環境の中で5km泳ぐ水泳競技。コースの特徴も考慮した駆け引きが繰り広げられ持久力とゴールに向けての瞬発力が要求される。



- レーンロープが無いのでコースをまっすぐ泳ぐ能力と周りの選手の状態を判断する能力が求められる。
- コースブイの周りを泳ぐので目標物を確認しながら泳ぐ技術が必要。

会場地 / 市貝町

日程 / 令和4(2022)年9月10日(土)

国体  
正式競技

## バレーボール(ビーチバレーボール) 少年男子 少年女子

### 頭脳的な攻撃と連携プレー



- コートの大きさは8m×8m。インドアより少し狭いが2人でエリアをカバーするため、ハードな競技。
- サーブ、レシーブ、パス、トス、アタックなど全てのスキルが要求される。
- 3セットマッチで1セット21点先取。(3セット目は15点先取)



- 野外的ため、ボールが風の影響を受ける。風上か風下で戦略も変わる。

- 砂地でのレシーブやアタックは消耗が激しく、お互いに体力の削り合いとなる。競技者の交代ができないため、体力だけでなく戦術も重要。

会場地 / 足利市

日程 / 令和4(2022)年9月10日(土)~9月13日(火)

国体  
正式競技

## 自転車(ロード・レース) 成年男子 少年男子 女子

### 総合力が求められる競技

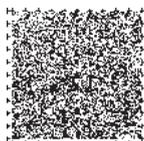


- 一般公道等をコースとして使用して、着順を競う。



- 長距離を走るため、持久力や知力、テクニック、スピード等、総合的な力が求められる。

- 今大会の舞台は那須町。高低差のある1周17.6kmのコースを周回し、男子は100km以上、女子は50km以上の距離を走行する予定。



会場地 / 那須町

日程 / 令和4(2022)年10月9日(日)

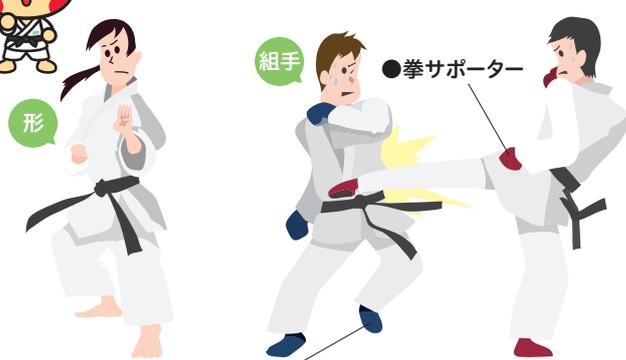
国体  
正式競技

## 空手道 全種別

### 礼節と心術の格闘技



- 空手には「形」と「組手」の2種目がある。



- インステップガード(甲を守るプロテクター)
- 「組手」は1対1での攻防を行う。急所への攻撃が寸止めで極まればポイントになる。スピード感ある動きと駆け引きに目が離せない。
- 「組手」は正確な距離での突き・蹴りのコントロールが求められる。
- 「形」は仮定の敵と戦う姿を一人で演舞する。技の緩急・強弱や体の伸縮を使い迫力ある動きが魅力。
- 「形」は流派の特徴を生かした技の動きをいかに正確に表現するかが採点の基準になる。

会場地 / 小山市

日程 / 令和4(2022)年10月2日(日)~10月4日(火)

冬季大会  
正式競技

## スケート(フィギュア) 全種別

### 華麗な氷上のアーティスト



- フィギュアスケートは得点により順位を競う競技。
- 国体では男女のシングル・スケートングのみが行われる。ショート・プログラム、フリー・スケートングの順で行う。



- ジャンプやスピン、ステップ等のダイナミックな技だけでなく、音楽や振付け、そして選手の表情などの表現も見どころ。
- 演技の構成点は「スケート技術」、「要素のつながり」、「演技の表現力」、「構成」、「音楽の解釈」の5項目各10点満点で競う。

会場地 / 日光市

日程 / 令和4(2022)年1月24日(月)~1月27日(木)

国体  
公開競技

## 綱引

### チームワークと忍耐力が勝敗のカギ



- 1チームの構成は、選手8人、交代要員2人、監督1人、トレーナー1人の計12人編成。パワー、体力、テクニック、戦略、チームワーク、そして忍耐力などの精神面も重要な競技の要素。

- 綱の太さは36mm、長さは36m。



- 自陣に4m引き寄せた方が勝ち。
- 最後部に位置する選手はアンカーと呼ばれ、身体にロープを巻いたような持ち方をする。
- 足以外の身体部分が床と接触したり、床に座りこんだり、寝転んだりしたら反則。
- ロープを先頭から最後尾までまっすぐになるように綱を持つ。腰を落とし、尻は着かない姿勢。

会場地 / 大田原市

日程 / 令和4(2022)年6月25日(土)~6月26日(日)

障スポ  
正式競技

## 卓球 (サウンドテーブルテニス (身体)含む)(障スポ)

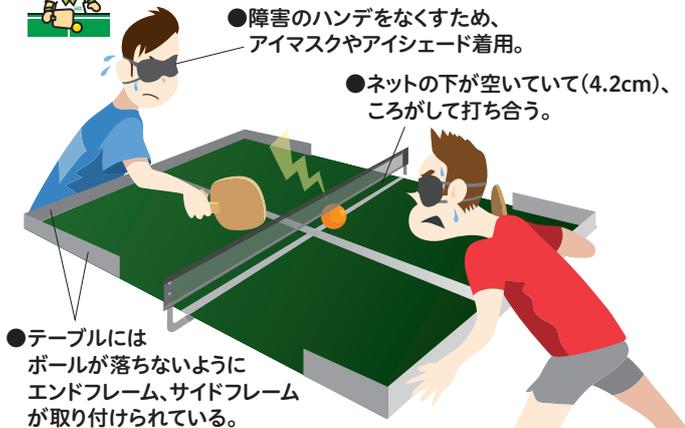
身体的  
知的  
精神

### 勝負のカギは集中力と反射神経



- 卓球競技は、一般に行われている卓球とサウンドテーブルテニスに分けられる。
- 「サウンドテーブルテニス」は、金属球の入ったボールをラケットで打った時の音や、コート上を転がる音を頼りにラケットで打ち合う。

- 障害のハンデをなくすため、アイマスクやアイシェード着用。
- ネットの下が空いていて(4.2cm)、ころがして打ち合う。



- テーブルにはボールが落ちないようにエンドフレーム、サイドフレームが取り付けられている。

- ラケットはラバーの張っていない木製。



- 使用するボールには金属球が入っていて音が鳴る。

会場地 / 鹿沼市

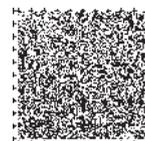
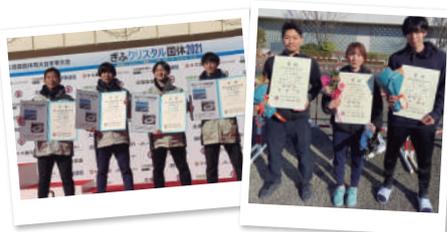
日程 / 令和4(2022)年10月29日(土)~10月31日(月)



令和3(2021)年1月、第76回国民体育大会冬季大会(スケート競技会・アイスホッケー競技会)が愛知県・岐阜県で開催されました。いちご一会とちぎ国体冬季大会に向けて、選手のみなさんのさらなる活躍を楽しみにしています! 選手のみなさん、本当にお疲れ様でした!

#### 入賞者一覧

競技	順位	種別	種目	氏名
スケート (スピードスケート)	2位	成年男子	2000mR	宇賀神・襲田・渡邊・川目
	3位	成年男子	500m	川目 拓磨
	4位	成年女子	1500m	北原 もえ
	6位	成年女子	3000m	北原 もえ
	6位	少年男子	1000m	湯澤 大翔
スケート (ショートトラック)	2位	成年男子	500m	齋藤 慧
	2位	成年男子	1000m	河合 健朗
	5位	成年女子	500m	山浦美和子



音声コード



# 栃スポット&栃グルメ

2022年開催のとちぎ国体・障スポに向けて、栃木県内市町では



## 小山市



新幹線の停車する鉄道・国道共に交差する交通の要衝。そして、思川が注ぎコウノトリが定着・繁殖したラムサール条約登録湿地の「渡良瀬遊水地」をはじめとした豊かな自然と都市とが隣り合うまちです。

### 訪れてほしいスポット

- ・渡良瀬遊水地
- ・須賀神社
- ・市役所新庁舎と御殿広場
- ・いちごの里
- ・道の駅思川
- ・おやまサマーフェスティバル



・おやまサマーフェスティバル  
おやまサマーフェスティバル  
実行委員会事務局 Tel.0285-22-9273  
2万発超えの火花と華やかなカーニバルが魅力の夏の風物詩。小山市のほぼ中心を流れる思川を会場に開催される関東有数の規模を誇る花火大会は、打ち上げ場所と観覧席が非常に近く、毎年大きな歓声に包まれます。



ケヤキとイチヨウ並木の参道も美しい神社。10月に縁結びの会を開くという言い伝えがあり恋愛の神様としても知られています。

・須賀神社  
小山市宮本町1-2-4 Tel.0285-22-0101

### 食べてほしいグルメ

- ・地酒
- ・ハト麦ジェラート
- ・おやま和牛
- ・おとん弁当/おとん丼(小山産の豚肉)



バリアフリーへの取組み 市立体育館(ウエイトリフティング会場)が2021年春完成予定です。多目的型トイレ、ピクトグラムのトイレ案内標識、段差がなく滑りにくい通路等ユニバーサルデザインが取り入れられています。



## 真岡市



真岡市は「いちご日本一のまち」です。1年を通して新鮮ないちごが食べられるほか、伝統工芸品「真岡木綿」や多くの指定文化財を有するなど、歴史や文化にも富んでいます。

### 訪れてほしいスポット

- ・真岡木綿会館
- ・SLキューロク館
- ・大前神社
- ・井頭公園
- ・道の駅にのみや

・真岡木綿会館  
栃木県真岡市荒町2162-1  
Tel.0285-83-2560  
江戸時代からの悠久の歴史を、いまに受け継ぐ真岡木綿。丈夫で質が良く、絹のような肌ざわりの真岡木綿はひとつひとつ手作業で作られています。機織りの工程見学や、機織り・染色の体験も可能です。



「キューロク」の愛称で親しまれる9600形SLと、「デゴイチ」ことD51形SLを展示しています。施設の外観もSLをかたどっており、お子様もSLファンも楽しめること間違いなし。

・SLキューロク館  
栃木県真岡市台町2474-6  
Tel.0285-83-9600

### 食べてほしいグルメ

- ・いちご
- ・とちひめジェラート
- ・いちごのプレミアムロールケーキ
- ・恋するいちご



1月～5月にかけて、「井頭観光いちご園」ではいちご狩りが開催されます。なんと真岡市産とちおとめが時間無制限で食べ放題!腰の高さで栽培を行っている場所もあり、車いすの方でも安心してご利用いただけます。また、道の駅にのみやではいちごを使用した土産・スイーツをたくさん用意しています。

バリアフリーへの取組み 真岡市総合運動公園陸上競技場(サッカー会場)観覧席へのスロープ、ハートフル席(車椅子席)の設置。

#### ●小山市で行われる競技

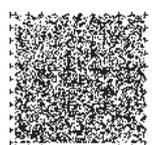
- 国体/●水泳(水球)●体操(新体操)●ウエイトリフティング●軟式野球●空手道▲フォークダンス
- 障スポ/♥車いすバスケットボール(身)

#### ●真岡市で行われる競技

- 国体/●サッカー▲ソフトバレーボール
- 障スポ/♥サッカー(知)

#### ●大田原市で行われる競技

- 国体/●相撲●ソフトボール
- バドミントン★綱引▲スポーツチャンバラ▲ダンススポーツ▲リレーマラソン
- 障スポ/♥ソフトボール(知)



音声コード

■国体/●正式競技 ★公開競技 ▲デモンストレーションスポーツ ■障スポ/♥正式競技



様々な準備を進めています。



## 大田原市



天然鮎で知られる清流「那珂川」が流れ、八溝山系の美しい山並みが連なる自然豊かな大田原市。弓の名手・那須与一や俳聖・松尾芭蕉ゆかりの地としても知られており、歴史文化的な魅力も溢れています。古刹「大雄寺」や「雲巖寺」、地元の美味し

い食材が味わえる「道の駅 那須与一の郷」など、見どころがたくさんあります。

### 訪れてほしいスポット

- ・大雄寺
- ・雲巖寺
- ・道の駅 那須与一の郷
- ・黒羽観光やな
- ・那須神社
- ・笠石神社
- ・下侍塚古墳
- ・栃木県なかがわ水遊園



・大雄寺  
大田原市黒羽田町450 Tel.0287-54-0332  
黒羽藩主大関家の菩提寺として600年以上の歴史を持つ曹洞宗の禅寺。総茅葺で伽藍の本堂、庫裡、禅堂、廻廊など室町時代の様式を残す建物は、国重要文化財に指定されています。ボタン・ハス・シャガの名所としても有名です。



・道の駅  
那須与一の郷  
大田原市南金丸1584-6  
Tel.0287-23-8641

「農産物直売館」では地元農家からの採れたて野菜が販売され、開館から多くの人でにぎわっています。「加工・物産品館」ではアイスと豆腐の製造・販売を中心に、市内の特産品を購入することができます。那須与一の歴史資料や、大田原市で盛んな竹工芸作品が展示されており、「与一伝承館」も併設されており、大田原の歴史文化に触れることもできます。

### 食べてほしいグルメ

- ・唐辛子グルメ (からあげ、ラーメンなど)
- ・地酒
- ・梨
- ・天然鮎
- ・与一和牛



バリアフリーへの取組み  
・栃木県立県北体育館(相撲・バドミントン会場)／車いす用スペース20席(メインアリーナ)、身障者用トイレ、トイレの洋式化推進  
・美原公園、大田原グリーンパーク、黒羽運動公園(ソフトボール会場)／身障者用駐車場

## 情報局

### ニュース① 公式ポスター・炬火台・炬火トーチのデザイン決定!!

「いちご一会とちぎ国体」と「いちご一会とちぎ大会」の公式ポスターデザイン・炬火台・炬火トーチのデザインが決定しました。令和2(2020)年7月～10月にかけて、県内在住・在学・在勤の方を対象に募集を行い、最優秀賞(採用作品)と優秀賞、いちご一会賞(公式ポスターのみ)が選ばれました。多くの素晴らしい作品のご応募ありがとうございました!

#### 〈公式ポスター〉



最優秀賞:株式会社栃木プロジェクトプロ 石井 智幸さん  
生産量日本一の「いちご」を背景に大きく配置し、全体にちりばめられた「栃の葉」が国体・障スポへの県民の思いと期待、選手たちの情熱を表しています。

#### 〈炬火台〉



最優秀賞:田口 義尚さん(株式会社みやもと)  
大谷石と赤いガラスでいちご型に組み上げ、炬火がともることで燃えさかるいちごが完成します。

#### 〈炬火トーチ〉



最優秀賞:伴印刷株式会社 新保 怜奈さん  
緩やかなカーブで描かれた形は、栃木県に流れる川の流れをイメージし、緑のラインは栃木県の自然を表現しています。

公式ポスターは、今後、県の施設や商業施設、各種学校、公民館など多くの方が集まる場所に掲示します。公式ポスターのデザインは、広報グッズにも使用するので、お楽しみに!炬火台・炬火トーチは、両大会の開・閉会式で使用するほか、炬火を活用した県内市町のイベントで使用されます。国体・障スポでは、炬火台・炬火トーチにも注目してみてください!

### ニュース② 表彰式を開催しました!

令和3(2021)年3月21日(日)、日環アリーナ栃木において、公式ポスター・炬火台・炬火トーチデザインの表彰式を行いました。当日は、各作品の受賞者が登壇し、実行委員会会長の福田富一知事から、表彰状が授与されました。受賞されたみなさん、本当におめでとうございます!

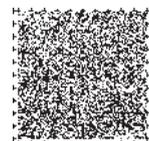


### ニュース③ 日環アリーナ栃木完成!

令和3(2021)年3月21日(日)、栃木県総合運動公園東エリア 日環アリーナ栃木開館記念式典を行いました。特徴的な施設の外観は、大谷石採掘場をイメージした表現となっています。他にも、県産材を多く使用し、栃木の魅力を繋ぐ新たなスポーツ交流拠点として期待されています。



国体では、水泳(競泳、飛込、アーティスティックスイミング)、体操(体操競技)、バスケットボールの競技会場。障スポでは、水泳、バスケットボールの競技会場となります。



音声コード

# いちごいちえ 会募金受付中!



## 募金の用途

来場者をお迎えするおもてなし、会場周辺の環境美化、大会ボランティアの育成などの大会運営経費に活用させていただきます。

## 募金の期間

令和4(2022)年10月31日まで

## 寄附された方を顕彰(希望者に限る)

個人名又は企業・団体の名称を記した銘板をカンセキスタジアムとちぎ(栃木県総合運動公園陸上競技場)に設置し、顕彰させていただきます。

【個人】  
寄附額 1万円以上

【企業・団体】  
寄附額 10万円以上

※銘板設置は、1人(1企業・1団体)につき1回限り、1枚とさせていただきます。



※銘板設置(実際の写真)

※大谷石の銘板(イメージ写真)

# 環境配慮推進宣言!

環境に配慮した大会を目指します。



両大会が環境に配慮した大会となるよう、推進宣言を行いました。

この宣言をキックオフとして、県内企業の環境にやさしい製品やサービスを積極的に活用し、大会の運営面・物品の調達・周知啓発といった3つのステージで環境に配慮した取組を進めていきます。どうぞ期待!



宣言の様子

環境配慮推進宣言の詳細な内容はコチラ▶



最新情報は SNSでチェック!



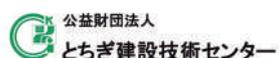
国体パートナー 私たちは「いちご一会とちぎ国体」・「いちご一会とちぎ大会」を応援しています!



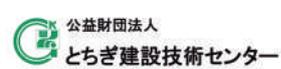
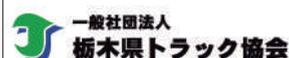
冬季国体パートナー 私たちは「いちご一会とちぎ国体」・「いちご一会とちぎ大会」を応援しています!



オフィシャルスポンサー 私たちは「いちご一会とちぎ国体」・「いちご一会とちぎ大会」を応援しています!



冬季国体スポンサー 私たちは「いちご一会とちぎ国体」・「いちご一会とちぎ大会」を応援しています!



いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会実行委員会

(事務局: 栃木県国体・障害者スポーツ大会局内)

〒320-8501 栃木県宇都宮市埴田1-1-20 県庁北別館3階・4階

TEL: 028-623-3845 / FAX: 028-623-3527

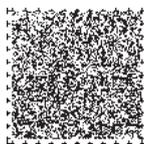
■いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会公式マガジン第8号 2021年3月発行

<https://www.tochigikokutai2022.jp>



2022とちぎ国体

HPも見てね! スマートフォン対応!



音声コード