

Ichigo Ichie

いちご一会 通信

公式マガジン Vol.9



より遠くへ！



フライングディスク

Contents

1.期待のアスリートたち

スポーツライミング／川又 玲瑛さん
フライングディスク／星野 桃也さん

2.競技ピックアップ!

水泳(飛込)／ホッケー／ボクシング／ソフトテニス／ライフル射撃(50m・10m)／
スポーツライミング(リード、ボルダリング)／水泳(身体・知的)含む(障スポ)

3.栃スポット&栃グルメ

矢板市／那須塩原市／さくら市



4.情報局

本大会500日前記念セレモニー／
ラッピングバス／県民の日記念イベント



🔊 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

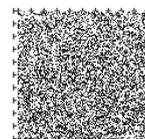
第77回 国民体育大会 夢を感動へ。感動を未来へ。2022

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

スポーツクライミング

かわまた れい
川又 玲瑛さん (17歳)

●プロフィール 所属/宇都宮南高等学校 好きな食べ物/うどん 趣味/マンガ
長所/どんな状況でも自分の実力を出せる

●実績/ボルダリングワールドカップ2019年モスクワ大会第5位、日本ユース選手権ボルダリング3連覇

会場地/壬生町
壬生町総合運動場特設会場

自分の限界を突破し、世界のトップを目指す!



第74回国民大会スポーツクライミング
少年男子ボルダリング優勝

スポーツクライミングとの出会いや印象、魅力を教えてください。

出会いは小2の時です。テレビで偶然クライミングを見て「やってみよう!」と思い、父と一緒にジムに通い始めました。それまでスポーツ経験はなかったのですが、体を動かすことが好きだったので「楽しかった!」というのが最初の印象ですね。それ以来クライミングに夢中になり、辞めたいと思ったことは一度もありません。大会では競技コース(課題)が毎回異なるので難しさもありますが、種目によって速さ・技術面など競うポイントが変わるところや、選手の体格によって登り方に個性が出るのが面白いところだと思います。

成長するきっかけやターニングポイントはありますか?

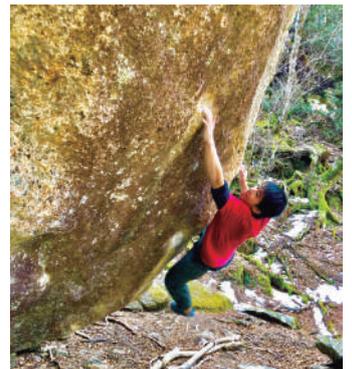
ターニングポイントは2019年のボルダリングジャパンカップです。前年で予選落ちをしてしまい、次は良い成績を残そうと意気込んでいた大会でした。けれど、結果は7位で敗退。しばらく落ち込みましたが、「試合中は楽しんで負けることを考えない。自分で限界を決めない」という信念を持って大会に臨むようになりました。その時の悔しさをバネに、4か月後のワールドカップでは優勝することができました。また、東京オリンピックの日本代表に選抜された同郷の^{ならさきともあ}榎崎智亜選手、ライバルであり仲の良い友人でもある埼玉県の^{ゆりくさあお}百合草碧皇選手の活躍する姿を見ることで「自分も頑張ろう!」と刺激を受けています。

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?

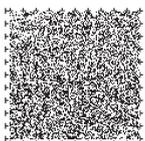
国体には何度か出場しましたが、各県によって全く雰囲気が違うのが印象的でした。どの会場も盛り上がり、活気にあふれています。スポーツクライミングは個人競技ですが、国体ではペアで戦うので、2人でどう課題をクリアしていくかが見どころだと思います。地元での国体は初めてなので、もし選抜されたら応援して下さる人たちのためにも全力で戦いたいです。

コロナ禍で心がけていることや今後の目標は?

今自分にできるのは、与えられた環境の中でベストを尽くすことですね。1日1日を大切に、丁寧に練習するようになったと思います。練習ができなかった期間も無駄にせず、自分の過去の試合映像や強い選手の動画を見てイメージトレーニングをしていました。将来の夢は、世界で通用する選手になること! コロナ禍を乗り越え、世界ユース選手権での優勝、さらにパリオリンピックの出場を目指していきたいです。



みずがきやま
ボルダリングの聖地山梨県の瑞牆山



音声コード



障スポ
(身・知)

フライングディスク

ほしの ももや
星野 桃也さん (25歳)

●プロフィール 所属/小松製作所 趣味/音楽フェスやライブ鑑賞、ソロキャンプ
長所/冷静に自分のペースを保てること

●実績/2016年全国障害者スポーツ大会いわて大会3位

会場地/栃木市
栃木市総合運動公園陸上競技場

「風を読むスポーツ」の面白さを伝えたい!



フライングディスクとの出会いや印象、魅力を教えてください。

中学校の先生に全国障害者スポーツ大会の正式競技であるフライングディスクをやってみないかと勧められ、中2の時に始めました。プラスチック製の円盤(ディスク)を投げて競うスポーツで、最初は真っすぐ投げるのが難しかったです。フライングディスクには飛距離を競う「ディスタンス」と、円形ゴールに向かってディスクを投げ、輪の中に入った数を競う「アキュラシー」の2種目があります。風の流れを読み取り、ディスクがうまく風に乗って良い記録が出せた時に、この競技ならではの面白さを感じます。

成長するきっかけやターニングポイントがありますか?

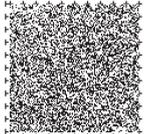
社会人になり競技から離れていた時期もありましたが、また大会に出たいと思い練習を再開しました。ターニングポイントは、2022年に本県で開催される「いちご一会とちぎ大会」の強化指定選手として声を掛けていただいたことですね。強化指定選手となり、障害者フライングディスク協会の講師の方からトレーニングを受ける機会にも恵まれました。ディスクの投げ方については特別な決まりはなく、選手一人ひとりによってプレーの仕方が変わります。これまで自分自身で試行錯誤しながら練習していましたが、指導を受けたことで投げるフォームが改善され、飛距離を伸ばすことができました。

あなたにとって障スポはどんな大会ですか? また見どころは?

全国から大勢の人が集まるので、いろいろな人にフライングディスクを知ってもらえる貴重な大会だと思います。ほかの競技に比べるとルールもシンプルなので、子どもから大人まで楽しめます。その場でしか経験できない会場の一体感も、全国大会ならではの魅力だと思います。興味がある人はもちろん、今まで知らなかったという人にも、ぜひ観に来てもらいたいです。

コロナ禍で心がけていることや今後の目標は?

大会に向けて全体練習ができなくなってしまいましたが、自分ができることを見つけながら自主練習に取り組んでいます。普段は、自宅付近の川沿いや公園でトレーニングをしています。もともと自然が好きで、緑の中で風を感じながらプレーできるフライングディスクの練習は楽しく、日常生活の息抜きにもなっています。今後の目標は、障スポで金メダルをとることですね。いちご一会とちぎ大会でのメダル獲得に向けて、精一杯頑張ります!

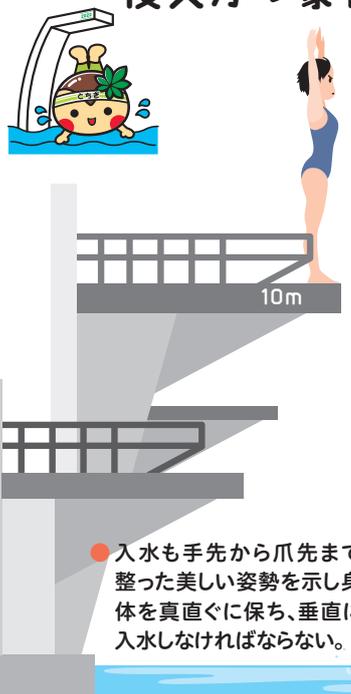


音声コード

競技ピックアップ!

国体 正式競技 **水泳(飛込)** **全種別**

優美かつ豪快な競技



- 固定された台から飛び込む「高飛込」、弾力を持つ飛び板を利用した「飛板飛込」の2種目がある。
- 高飛込、飛板飛込ともに男子は6回、女子は5回の演技の合計点数で順位が決まる。
- 着水まで約2秒弱のなかで、多彩で複雑な演技を行う。宙返りや捻りなどの空中フォームの動作を正確に、かつ美しく演技しなければならない。
- 入水も手先から爪先まで整った美しい姿勢を示し身体を真直ぐに保ち、垂直に入水しなければならない。
- 水しぶきをできるだけ上げないように入水する。(no splash)

会場地 / 宇都宮市
日程 / 令和4(2022)年9月13日(火)~9月15日(木)

国体 正式競技 **ホッケー** **全種別**

一瞬で攻守が切り替わる競技



- 1チーム11人で構成された2つのチームが、L字型スティックの片面を使ってボールをコントロールし、相手ゴールにボールをシュートして得点を競う競技。
- 試合は各15分×4クォーター制で行われる。
- シュートのスピードは成年男子種別では時速150kmを超えることもある。
- ボールスピードが速く、一瞬で攻守が切り替わるため、目が離せない。
- スティックの重さは737g、長さは105cm。片面しか使えず、足にボールが当たったり、浮いてしまうと反則となる。

会場地 / 日光市
日程 / 令和4(2022)年10月2日(日)~10月6日(木)

国体 正式競技 **ボクシング** **成年男子 成年女子 少年男子**

華麗なステップ!多彩なパンチ!

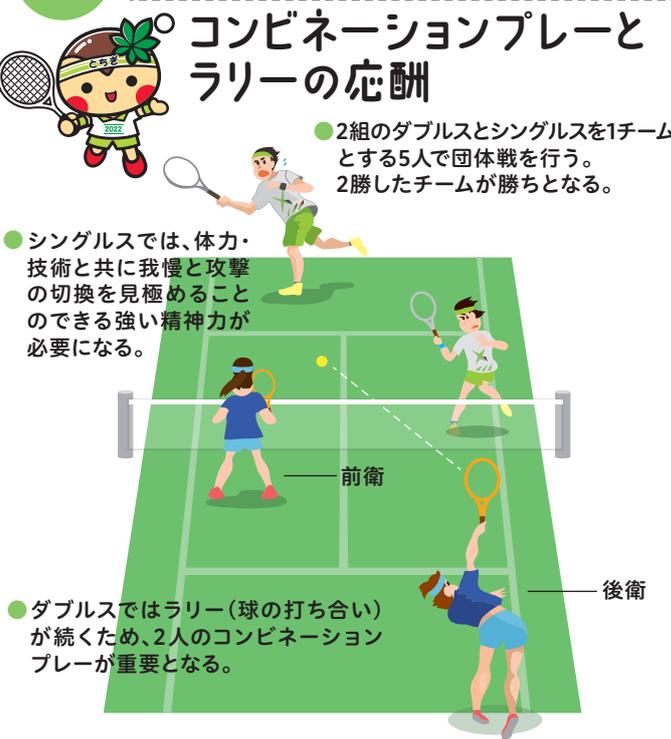


- 体重別に成年男子8階級、少年男子8階級、成年女子はフライ級の1階級が行われる。
- 試合は成年男子・成年女子は3分×3ラウンド、少年男子は2分×3ラウンドで行われる。
- 自分のコーナー色(赤・青)のユニフォーム、グローブ、ヘッドギア(成年女子・少年男子のみ)を着用する。
- 各ラウンド毎に5人のジャッジによるポイント、レフリーによるレフリーストップコンテスト(RSC)などで勝敗を決する。

会場地 / 日光市
日程 / 令和4(2022)年10月6日(木)~10月10日(月)

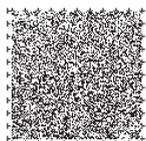
国体 正式競技 **ソフトテニス** **全種別**

コンビネーションプレーとラリーの応酬



- 2組のダブルスとシングルスで1チームとする5人で団体戦を行う。2勝したチームが勝ちとなる。
- シングルスでは、体力・技術と共に我慢と攻撃の切換を見極めることのできる強い精神力が必要になる。
- ダブルスではラリー(球の打ち合い)が続くため、2人のコンビネーションプレーが重要となる。

会場地 / 那須塩原市
日程 / 令和4(2022)年10月7日(金)~10月10日(月)



国体
正式競技

ライフル射撃(50m・10m) 全種別 少年男子・少年女子

ミリ単位で勝負が決まる競技



- 銃器は、火薬を使う「スモールボアライフル」。火薬を使わず、エアを使う「エアライフル・エアピストル」。ビームを使う「ビームライフル・ビームピストル」の3つに分類。



- 10m～50m先にある標的を、制限時間内に決められた姿勢(立射、伏射、膝射)で決められた弾数を撃ち、合計点数を競う。



会場地 / 宇都宮市

日程 / 令和4(2022)年10月6日(木)～10月9日(日)

国体
正式競技

スポーツクライミング(リード) 全種別 (ボルダリング)

瞬時に判断力が要求される競技



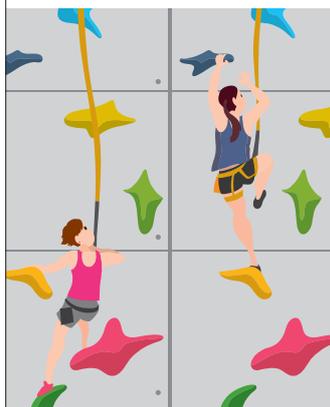
- 突起物(ホールド)のついたクライミングウォール(人工壁)に登り、登った課題数や到達高度を競う競技。
- 1チーム2人の団体戦で、リードとボルダリングの2種目が行われる。

●リード

高さ12m×幅3m以上の壁に設置されたルートに登り、到達点を競う。ダイナミックでスピーディーな展開に目が離せない。

●ボルダリング

高さ5m×幅6mほどの壁4面に設けられた課題をロープなしで登り、クリアした課題数を競う。



- 事前にルートを見たり、登ったりすることができない。競技前の数分間の下見だけで本番に挑む。

会場地 / 壬生町

日程 / 令和4(2022)年10月2日(日)～10月4日(火)

障スポ
正式競技

水泳

身体
知的

コーチとのコンビネーションでターン!



- 自由形、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの各25m・50mとリレー2種目を実施。

- 聴覚障害のある選手に光でスタートを知らせたり、飛込みと水中スタートの選択や浮具の使用が認められたりするなど、障害の種類や程度に合わせて競技方法を工夫している。

- 視覚障害のある選手は、泳いでいても壁の位置を視覚で確認できない。そのためコーチが安全な棒(タッピングデバイス)で選手にタッチすることで壁が近づいていることを教える。



タッピングデバイス

会場地 / 宇都宮市

日程 / 令和4(2022)年10月29日(土)～10月31日(月)

環境に配慮した大会開催に取り組みます

両大会では、「環境への配慮」をテーマとして掲げ、環境問題の普及啓発や行動を促す取組を進めています。

地球にやさしい広報グッズ

両大会をアピールする広報グッズにもECOな製品を積極的に活用しています。



●カイロ
(中身が土に還る)

●うちわ
(再生プラスチック)

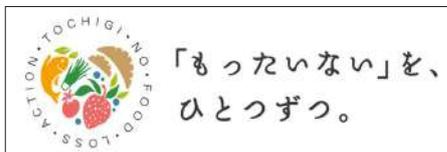
●のぼり旗
(再生PET繊維)



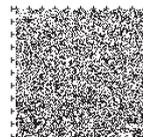
●ビニールバッグ
(バイオマス配合)

食品ロスの削減

食材を買いすぎないようにしたり、外食では食べきれぬ量を注文したりするなど、身近なところから食品ロスの削減にご理解・ご協力をお願いいたします。



新たなシンボルマーク&キャッチコピーを作成しました。両大会でも使用していきますので、このマークをお見かけの際には食品ロス削減への心掛けをお願いいたします。



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



矢板市



矢板市は鉄道や国道4号線、東北自動車道が通っており交通アクセスが非常によいまちです。2021年3月には矢板北スマートICが開通し、おしらじの滝や八方ヶ原、市内りんご園へのアクセスが格段に良くなりました。

訪れてほしいスポット

- ・八方ヶ原
- ・道駅やいた
- ・城の湯やすらぎの里
- ・矢板武記念館
- ・長峰公園



・おしらじの滝

矢板市下伊佐野991-3
Tel.0287-43-1515(山の駅たかはら)

山の駅たかはらより那須塩原方面へ車で5分の駐車場から、林の中へと続く小道を10分程度下ると、澄んだブルーの滝つぼが迎えてくれます。普段は沢の水が少ないため滝の流れる姿を見ることはできませんが、澄んだ滝壺は枯れることなく大自然にひっそりと佇んでいます。木漏れ日と神秘的なブルーの水、そして木々の緑が相まって息をのむような美しさです。

・りんご園

県内の生産量を誇る矢板のりんごは蜜が非常に多く、優しい甘みの特徴です。蜜が多くなる理由は樹上完熟によるもので、各農家さんが一つ一つ大切に育てています。ジュースやお菓子、ジャム等に加工された商品もたくさんあり、お土産にも最適です。



食べてほしいグルメ

- ・りんご
- ・地酒
- ・おしらじサイダー
- ・あっぶるカレー
- ・ヤシオマス
- ・おしらじ塩冷やし麺



バリアフリーへの取り組み

陸上競技場駐車場にスロープを設置しました。これにより、駐車場からハートフル席への移動がスムーズになり、非常に見通しの良いところから試合を観戦することができます。



那須塩原市



東北新幹線で東京から70分で栃木県の北の玄関口那須塩原駅へ。皇族や文豪から愛された泉質豊かな塩原温泉郷、古くから湯治場として知られる下野の薬湯板室温泉で心と身体を癒してください。生乳生産本州No.1の牛乳や高原野菜もおいしいですよ。

訪れてほしいスポット

- ・旧青木家那須別邸
- ・千本松牧場
- ・那須ガーデンアウトレット
- ・旧塩原御用邸新御座所
- ・乃木希典那須野旧宅



・旧青木家那須別邸

那須塩原市青木27
Tel.0287-37-5419(教育部生涯学習課文化振興係)

明治政府で外務大臣を務めた青木周蔵が残した別荘。那須野が原に展開された華族農場における別荘文化を象徴する建物です。

・千本松牧場

那須塩原市千本松799
Tel.0287-36-1025

松方正義(公爵・内閣総理大臣)が開拓し、その総面積は最盛期には1,600haに達しました。現在の834haの敷地は観光牧場として多くの観光客を迎えています。



食べてほしいグルメ

- ・那須ワイン
- ・牛乳
- ・スープ入り焼きそば
- ・那須野ヶ原牛
- ・塩原だいこん
- ・とて焼



バリアフリーへの取り組み

・キョクトウ青木フィールド(那須塩原市青木サッカー場/観覧席に車いす席の設置(サッカー会場)
・三和住宅にしなすのスポーツプラザ(にしなすの運動公園)体育館/スロープ改修、多目的トイレ(さいかつぼーる、ポッチャ会場)

●矢板市で行われる競技

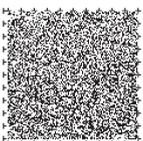
- 国体/●サッカー●軟式野球
- ▲オリエンテーリング

●那須塩原市で行われる競技

- 国体/●サッカー●ソフトテニス●馬術●ゴルフ●トライアスロン▲キッズトライアスロン▲さいかつぼーる
- 障スポ/♥ポッチャ(身)

●さくら市で行われる競技

- 国体/●サッカー▲インディアカ
- 障スポ/♥スポーツウエルネス吹矢(身)



音声コード

■国体/●正式競技 ★公開競技 ▲デモンストラーションスポーツ ■障スポ/♥正式競技 ♥オープン競技



様々な準備を進めています。



さくら市



市名の由来である「桜」の名所が数多くあり、日本三大美肌の湯の一つである喜連川温泉を有するなど自然豊かで魅力あふれるまちです。市のキャッチコピーである「ちょうどいい! さくら市」には、交通・観光など様々な面でちょうどよいという思いが込められています。

訪れてほしいスポット

- ・氏家ゆうゆうパーク
- ・道の駅さつれがわ
- ・市営もとゆ温泉
- ・観光やな(8月から10月)
- ・市営露天風呂
- ・さくら市ミュージアム
あらいかんぼう
-荒井寛方記念館-



道の駅さつれがわ

さくら市喜連川4145-10 Tel.028-686-8180

平成29年4月20日にリニューアルし、新しい道の駅さつれがわとして生まれ変わりました。道の駅さつれがわ内には、露天風呂を備えた大浴場と水着着用のクアハウスが一体となった施設があり、日本三大美肌の湯(湧出40周年)をお楽しみいただけます。また、農産品・特産品直売所ではさくら市産を中心とした地元農家の採れたての新鮮野菜や道の駅さつれがわオリジナル商品等を購入することができます。



氏家ゆうゆうパーク

さくら市氏家1317 Tel.028-681-1120

旧氏家町の町制100周年事業として、鬼怒川の河川敷を利用しつくられた水とふれあえる公園です。3月下旬から4月上旬には、300本以上のソメイヨシノが咲き乱れる桜づつみが見ごろとなり、その美しさに魅了されるはずですよ。

食べてほしいグルメ

- ・温泉パン
- ・喜連川産鮎
- ・レインボーアイス
- ・氏家うどん



バリアフリーへの取り組み

- ・さくら市総合公園さくらスタジアム:多目的トイレ(オストメイト付)、ハートフル席の設置
- ・さくら市氏家体育館:スロープ、自動ドア、多目的トイレ

ニュース&トピックス

情報局

ニュース① 本大会500日前記念セレモニーが開催されました!



宇都宮市立中央小学校の5・6年生によるいちご会ダンス



国体本大会500日前の人文字



冬季大会250日前の人文字

令和3年5月19日に、いちご会とちぎ国体本大会500日前・冬季大会250日前を迎え、記念セレモニーが県庁昭和館前で開催されました。宇都宮市立中央小学校の5・6年生の児童の皆様にご協力いただき、オールとちぎプロジェクトの応援バンダナを使い「500」と「250」の人文字を作りました。最後はいちご会ダンスを元気よく披露、会場の雰囲気盛り上げてくれました。中央小のみなさん、ありがとうございました!

ニュース② ラッピングバスが走行中!

国体本大会500日前を記念して、いちご会とちぎ国体・とちぎ大会ラッピングバスがお披露目されました。関東自動車株式会社様の御協力により、宇都宮市内をはじめとした県内各路線でラッピングバス、フルラッピングバスが走っています。



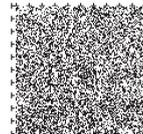
他にも県内の市町でコミュニティバスのラッピングバスも走行中です。ぜひ見つけてみてください!

ニュース③ 県民の日記念イベントでPR!

6月12日(土)に行われた県民の日記念イベントで、国体・障スポのPRを行いました。ステージでは、サトウヒロコさんが歌ういちご会とちぎ国体・とちぎ大会のイメージソングに合わせ、栃木県立さくら清修高校ダンス部及び広報ボランティアの皆さんがダンスを披露し会場を盛り上げました。また競技の体験ブースやオールとちぎ大抽選会など様々な催しが行われ、たくさん笑顔が会場にあふれた一日となりました。ご来場いただきました皆様、ありがとうございました!



ボルダリング体験

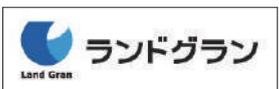
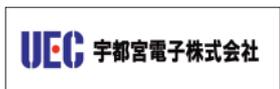
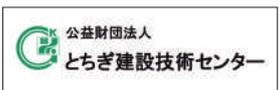
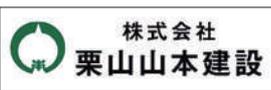
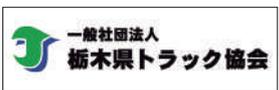
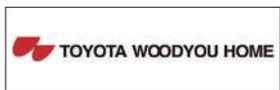


音声コード

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



いちご一会ダンスキャラバン隊訪問先募集！ お申込みお待ちしております！

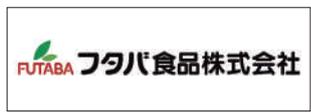
2022いちご一会とちぎ国体・いちご一会とちぎ大会のPRのために制作した「いちご一会ダンス」をすべての県民に広めるため、県内各地を訪問します。キャラバン隊やとちまるくんと一緒に楽しく踊りませんか？



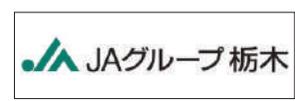
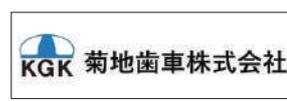
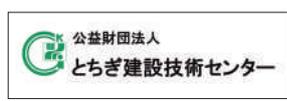
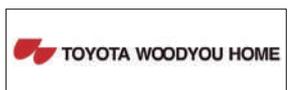
いちご一会ダンスキャラバン隊詳しい内容はコチラ



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！



最新情報はSNSでチェック！



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 栃木県宇都宮市埜田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9号 2021年7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！

