第77回国民体育大会・第22回全国障害者スポーツ大会　広報誌

Ichigo Ichie

いちご一会 通信

公式マガジン Vol.11

いちご一会とちぎ国体
冬季大会閉幕!
栃木県選手団大活躍!

Contents

1.いちご一会とちぎ国体冬季大会開催!
栃木県選手団大活躍! 本大会に向けて大きく弾み!

本大会に向けて **期待のアスリートたち**
陸上競技／加藤 凜香さん

2.競技ピックアップ!
水泳(競泳)／柔道／ソフトボール／ゲートボール／
障スポ フットソフトボール(知的)／バスケットボール(知的)

3.栃スポット&栃グルメ
益子町／茂木町／市貝町

4.情報局
「メイド・イン・とちぎ」で地球に
やさしい大会を実現!

スケート(ショートトラック)

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)

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)

いちご一会とちぎ国体冬季大会開催！

いちご一会とちぎ国体冬季大会が1月24日(月)から1月30日(日)まで、日光市を舞台に開催されました。
栃木県はスケート競技で過去最高となる第6位と大活躍！
アイスホッケー競技でも第7位と健闘し、2つの競技が終わった時点での男女総合の成績が第7位と、
これも過去最高の順位となり、秋の本大会に向けて大きく弾みを付けた結果となりました。

開始式で冬季大会がスタート

日光市今市文化会館で開始式が行われました。
吹奏楽やいちご一会ダンスなどの
歓迎アトラクションで全国から集まった
選手・関係者のみなさんをおもてなししました。

今市小児童による「いちご一会ダンス」

今市高校と栃木県警察音楽隊のコラボステージ

選手宣誓する篠原侑愛選手、鈴木章史選手

●第77回国民体育大会冬季大会　栃木県選手団成績一覧　〔スケート競技会・アイスホッケー競技会〕

順位	競技	種目	選手	所属
優勝	ショートトラック	成年男子1000m	齋藤　慧	県スポーツ協会
		成年女子500m	山浦美和子	
	スピードスケート	成年男子500m	阿部　啓吾	
3位	スピードスケート	成年男子500m	川目　拓磨	
		成年男子2000mリレー	川目　拓磨	
			宇賀神怜眞	大東文化大学
			阿部　啓吾	県スポーツ協会
			中村　隼人	
4位	ショートトラック	成年男子500m	齋藤　慧	
	スピードスケート	成年女子500m	宇佐見鈴音	
		成年男子1500m	山本　大史	
		成年女子1500m	北原　もえ	
		成年女子3000m	北原　もえ	
5位	ショートトラック	成年男子5000mリレー	河合　健朗	県スポーツ協会
			齋藤　慧	
			田﨑　辰也	宇都宮スケート協会
			平石　貴之	
	スピードスケート	成年男子5000m	小川　拓朗	県スポーツ協会
	アイスホッケー	成年男子		
6位	スピードスケート	成年女子500m	上鹿渡双葉	県スポーツ協会
		成年男子5000m	山本　大史	
		少年男子1000m	湯澤　大翔	日光明峰高校
7位	スピードスケート	少年男子500m	萩原　由侑	宇都宮工業高校
		少年男子1500m	湯澤　大翔	日光明峰高校
8位	スピードスケート	成年女子1000m	宇佐見鈴音	県スポーツ協会
		少年女子2000mリレー	篠原　侑愛	日光明峰高校
			増田　朱華	作新学院高校
			久　綾花	作新学院高校
			平岡　由圭	日光明峰高校

スケート(スピード)

●会場／日光市霧降スケートセンター

18名の選手が出場し、優勝を含め数多くの入賞者が出ました。少年男子が2名3種目、少年女子もリレーで入賞するなど高校生も大活躍！短距離、中長距離とも、バランス良く得点を獲得してスケート競技過去最高順位の原動力となりました。

成年男子500m
優勝の阿部啓吾選手(写真中央)

成年男子2000mリレー

成年女子1500m4位の北原もえ選手

成年男子5000m

スケート(ショートトラック)

●会場／今市青少年スポーツセンター屋内スケートリンク

冬季大会初日から優勝者の誕生したショートトラック。栃木県選手団に勢いをもたらす滑りを見せてくれました。個人種目だけでなく、成年男子のリレーで入賞を果たすなど、多くの選手が素晴らしい結果を残しました。

成年男子1000m
優勝の齋藤慧選手

成年女子500m
優勝の山浦美和子選手

成年男子500m表彰式

成年男子1000m表彰式

成年女子500m表彰式

音声コード

スケート（フィギュア）

●会場／栃木県立日光霧降アイスアリーナ

本県からは少年女子、成年女子、成年男子に出場しました。
また、成年男子が本県から出場するのはなんと15年ぶり。
華麗なジャンプやスピンで会場を盛り上げていました。

アイスホッケー

●会場／栃木県立日光霧降アイスアリーナ　日光市細尾ドームリンク
今市青少年スポーツセンター屋内スケートリンク

成年男子が出場し、見事5位に入賞！5位決定戦では、神奈川県に
第1ピリオドで先制されるも、第2ピリオドで怒濤のゴールラッシュ。
このピリオドだけで4点を決め、4対1で勝利しました。

国体・障スポ

期待のアスリートたち

障スポ（身・知）

陸上競技　加藤（かとう） 凛香（りんか）さん（21歳）

●プロフィール　所属／地方独立行政法人 栃木県立がんセンター
趣味／音楽鑑賞、フェス、ライブ鑑賞
長所／明るく、最後までやり抜く。どんな辛い練習でもがんばる。

会場地／宇都宮市
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）

笑顔でゴールできるように頑張ります。

北海道・東北パラ陸上競技大会

●このスポーツとの出会いと最初の印象を教えてください。

中学1年～3年生までは普段乗っている常用車いすを使用して、県障害者スポーツ大会の100m走に出場していました。高校1年生の時に「レーサー」という競技用車いすがあると学校の先生に教えてもらったのがきっかけです。「レーサー」は正座姿勢で乗り、前傾で漕ぎます。段々と姿勢に慣れ、スピードを出すことができて、風を切って走れるようになった時は嬉しかったです。

●このスポーツの面白いところを教えてください。

「レーサー」の種類がそれぞれ違い、ホイールがスポークや、ディスク型だったりするため、天候などによってもレース展開が変わります。また選手の駆け引きもこの競技の見どころです。

●あなたにとって障スポとは？また、今後の目標を教えてください。

車いすでも競技ができる、競技用車いすがあると知ってもらえる大会。健常者と変わらない迫力もあり、走り方、道具など、人それぞれ違うので、この機会に見てほしいです。これまでにお世話になった方々のためにも、目標はメダルを獲得することです。自己ベストを更新して、笑顔でゴールできたら最高ですね。

北海道・東北パラ陸上競技大会

音声コード

競技ピックアップ！

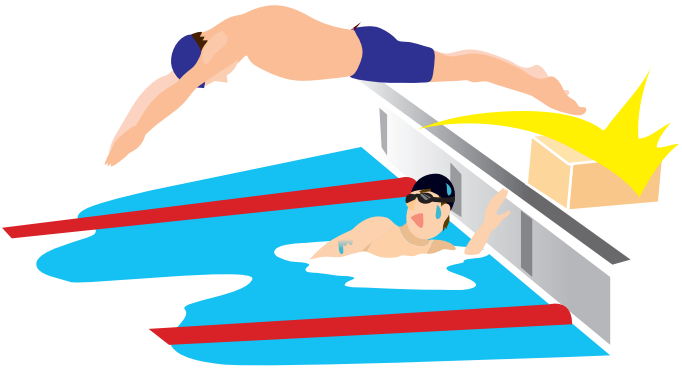
国体 正式競技

水泳（競泳）

全種別

全身の筋肉を最大限に使った戦い

●50m･100m･200mの距離を定められた泳法で泳ぎ、0.01秒のタイムを競い合う。個人種目は自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの4泳法と、それを組み合わせた個人メドレーがある。リレー種目は4人が自由形でつなぐフリーリレーと4泳法でつなぐメドレーリレーがある。



●リレーでは、次の泳者への「引き継ぎ」が重要。タッチする瞬間と、次の泳者の足が離れるまでの「引き継ぎ」の時間を短縮することが勝負を左右することもある。

会場地／宇都宮市
日　程／令和4（2022）年9月17日（土）～9月19日（月）

国体 正式競技

柔道

成年男子
少年男子
女子

最後まで目が離せない戦い

●柔道は体重別の5人でチーム編成し、少年男子、成年男子、女子の団体戦で行われる。トーナメント方式で勝者数の多い方が勝ちとなる。試合時間は４分間の１本勝負。

●選手は畳の上で互いに組み合い、投げ技、固め技を用いて勝敗を競う。技の決まり方により「一本」、「技あり」が与えられる。

●軽量級の勝負のカギはスピード。軽快な体さばきで激しい組手と技の攻防が見どころ。

●重量級はパワーのぶつけ合いと、駆け引きが見どころ。

●柔道は残り1秒あれば、大逆転が可能。最後まで気を抜けないピリピリとした緊張感が漂う。

会場地／宇都宮市
日　程／令和4（2022）年10月8日（土）～10月10日（月）

国体 正式競技

ソフトボール

全種別

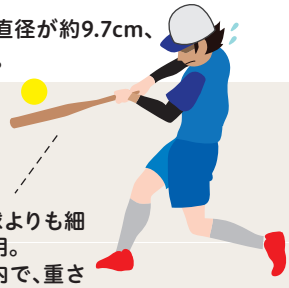
スリリングな展開

●1チーム9人（指名選手制を採用する場合は10人）で構成された2つのチームが、攻撃側と守備側に分かれ、得点を競う。試合は7イニングで、先発メンバーはいったん試合から退いても、一度に限り再出場が可能。

●ピッチャーの投法はウインドミルが主流で風車のように、腕を大きく1回転させ、遠心力を利用して投げる。

●ピッチャーが投げる球速は105～110km（女子）、130～135km（男子）。体感スピードは160kmに感じる。

●ボールの大きさは直径が約9.7cm、重さは約187.82g。



●ソフトボールにはピッチャーマウンドはなく平坦。

●バットは野球よりも細いものを使用。86.4cm以内で、重さ1.08kg以内。

会場地／大田原市･足利市
日　程／令和4(2022)年10月8日(土)~10月10日(月)

音声コード

国体 公開競技

ゲートボール

ユニバーサルスポーツ

●5人対5人のチーム対抗戦。男女別に予選リーグと決勝トーナメント方式で行う。

●先行チームは赤ボール（①③⑤⑦⑨）、後攻チームは白ボール（②④⑥⑧⑩）を各選手が持つ。交互にチームの打撃順番通り、ボールをスティックで打撃し、コート内の3つのゲート（1～3ゲート）を通過させ、最後にゴールポールに当てて、その選手は上がりとなる。

●各ゲートを通過すると1点、上がりは2点獲得できる。競技時間は30分間で5人の競技者の合計得点で勝敗を決定。

会場地／那珂川町
日　程／令和4（2022）年9月3日（土）～9月4日（日）

障スポ 正式競技

フットソフトボール

知的

（フットベースボール※）

※令和4年度栃木大会より、競技名称が「フットソフトボール」に変更になる予定です。

チームプレイが勝敗を分ける

●1チーム9人制で戦い、7イニングで勝敗を決める。ルールは一般のソフトボールが基本。バットやグローブを使用せずに、投手がサッカーボールを両手で転がし、キッカーがそれを蹴って競技する。

●特徴的なルールとして「停止球」がある。投手が野手からの返球をピッチャーサークル内で保持した時は、ボールデッドとなり、試合が止まって、その時に塁間にいた走者は元の塁に戻らなくてはならない。

●守備側は蹴られたボールを地面に着く前に直接捕球するか、ランナーより先に塁へ投げてアウトとなる。捕球するだけでなく、ボールをうまく中継し、ランナーを塁に進めないチームプレイも重要。

会場地／足利市
日　程／令和4(2022)年10月29日(土)～10月30日(日)

障スポ 正式競技

バスケットボール

知的

スピーディなゲーム展開

●試合時間は1クォーター10分、4クォーター計40分間を5名の選手で戦う。

●ゴール下での戦いは格闘技のように激しく、身体をぶつけ合う。

●タイムアウトや選手交代によって試合の流れが一気に変わる。

●1･2点差であれば数秒で逆転が可能。最後まで目を離すことができない。

会場地／宇都宮市
日　程／令和4(2022)年10月29日(土)～10月30日(日)

いちご一会とちぎ国体

デモンストレーションスポーツ

参加申込の受付を開始しました！

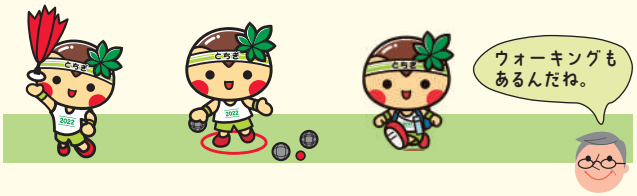
デモンストレーションスポーツとは、通称「デモスポ」と呼ばれ、子どもからお年寄りまで幅広く参加できるスポーツです。
栃木県では、県内各地で31競技を実施します。
デモスポでとちぎ国体に参加し、皆さんで国体を盛り上げましょう！

Q1 どんな競技があるの？

「ドッジボール」･「ソフトバレーボール」･「オリエンテーリング」･「インディアカ」･「ペタンク」･「ウォーキング」など全31競技があります。

Q2 誰でも参加できるの？

さまざまな方が参加しやすい競技があるので、子どもからお年寄りまで参加ができます。自分が参加できそうな競技や住んでいる市町で参加できる競技を見つけてね。



Q3 各競技はどこでやるの？

5月から9月まで栃木県内各地（全34会場）で行われます。

Q4 申し込み方法は？

いちご一会とちぎ国体･とちぎ大会実行委員会HPにアクセスまたは各競技の問い合わせ先に連絡してください。

参加申込方法、参加資格など、詳しい情報はこちらから！▶

とちぎ国体　デモスポ

News

冬季大会では「カーリング」が行われました。多くの方がカーリングの楽しさを体験していました。

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

益子町

陶器の産地として、海外にもその名が知られる益子町。毎年春と秋には陶器市が開催され、益子在住の陶芸家だけでなく全国各地から集まる作家による魅力的な作品が楽しめます。心癒される里山の自然、陶芸体験ができる工房、美味しいご当地グルメなど観光スポットがたくさんあります。

訪れてほしいスポット

- 益子陶芸美術館／陶芸メッセ・益子
- 花畑（菜の花、ひまわり、コスモス等）
- 日下田藍染工房
- ましこ悠和館
- 濱田庄司記念益子参考館
- 城内坂周辺
- 文化財（西明寺、地蔵院等）
- カフェ

・道の駅ましこ
益子町長堤2271　Tel.0285-72-5530

田園が広がるのどかな風景の中に佇む。益子産の野菜やお土産が揃うマルシェ、地のものを使ったレストラン・カフェ・スイーツ。益子の美味しい、楽しいが詰まった施設です。里山をイメージした屋根や全面ガラス張りの外観が特徴。建物北側の芝生広場では、ヤギ駅長「やっくん」が来場者をおもてなし！

・陶器市
町内各所（城内坂通り、サヤド地区中心）

例年、春のゴールデンウィークと秋の11月3日（文化の日）前後に開催される、益子最大のイベント。日用品から美術品まで多種多様な陶器が販売されます。
気軽に作家と交流できるのも陶器市の魅力のひとつ。一期一会の出合いを探してみては？

食べてほしいグルメ

- そば
- パン
- いちご
- ビルマ汁
- とろたまプリン

バリアフリーへの取組み　南運動公園（サッカー会場）・北公園（軟式野球会場）：ハートフル席の設置、多目的トイレ、思いやり駐車スペース

茂木町

都心から約2時間半、栃木県の東南端に位置し、清流那珂川、逆川と八溝山系の美しい広葉樹に包まれたまち、茂木町。
豊かな自然が多く残る茂木町で、忙しい日常を忘れ、四季折々の景観に寄り添いながら、のんびりお散歩を楽しんでみてはいかがでしょうか。

訪れてほしいスポット

- 道の駅もてぎ
- 長倉線鉄道跡地
- 大瀬観光やな
- 鎌倉山
- 樹の花自然園 花の山
- 石畑の棚田
- モビリティリゾートもてぎ（旧ツインリンクもてぎ）

・樹の花自然園 花の山
茂木町小山1067　Tel.0285-65-1187

25,000坪の自然溢れる里山の園内には、3つの散策コースがあり、総コース距離は約3kmとなっています。ツバキ、ヤマブキ、ヤマツツジ、アジサイ、モミジなど20種類以上の樹の花を楽しむことが出来ます。
花の名前や植生を学びながら、ゆっくりめぐってみてください。

・道の駅もてぎ
茂木町茂木1090-1
Tel.0285-63-5671

地元ならではの特産品や農産物の宝庫です。
全国道の駅のグルメの祭典である『道-1グランプリ』で3年連続グランプリとなった「ゆず塩ラーメン」や季節のフルーツを使った手作りアイス「おとめミルク」、もてぎ産コシヒカリ100%の米粉を使った「米粉バウムクーヘン」が人気となっています。
また、季節ごとのイベントも開催しており、週末にはすぐ近くを走るSLの姿を楽しむことができます。

食べてほしいグルメ

- おとめミルク
- そば
- 清流那珂川の鮎
- ゆず塩ラーメン
- 米粉バウムクーヘン

バリアフリーへの取組み　茂木町民体育館（トランポリン競技会場）：スロープ、自動ドア、多目的トイレ、トイレ洋式化

●益子町で行われる競技
■国体／●サッカー●軟式野球
▲ウォーキング

●市貝町で行われる競技
■国体／●水泳（オープンウォータースイミング）▲フライングディスク

●茂木町で行われる競技
■国体／●体操（トランポリン）
▲ふれあいトランポリン

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　♡オープン競技

市貝町

町の南部には伊許山や多田羅沼、北部には芝ざくら公園や那珂川県立自然公園など美しい自然に恵まれています。国指定の入野家住宅や古墳、城跡など数々の史跡が残り、全国でも類を見ない武者絵資料館は歴史と文化の町を象徴しています。

訪れてほしいスポット

・入野家住宅（国指定重要文化財）

・武者絵の里大畑

・芝ざくら公園

市貝町見上614-1　Tel.0285-68-4839（芳那の水晶湖）

塩田調整池特設OWS競技場のすぐ隣に位置する芝ざくら公園、春には艶やかな4色の芝ざくらが一面を飾り、展望台から見渡すパッチワークの光景が美しい公園です。

・道の駅 サシバの里いちかい

市貝町大字市塙1270

Tel. 0285-68-3485（まちおこしセンター事務所）

市貝町役場の隣に構えるサシバの里いちかい、自然の恵みで育まれた野菜や特産物を豊富に取り揃えています。

食べてほしいグルメ

・トマトラーメン

・おやじのハンバーグ

国産交雑銘柄牛「栃の木黒牛」をメインに、とちぎ和牛などをメニューに取り入れ、テイクアウトながら作りたての提供にこだわっています！

バリアフリーへの取組み　塩田調整池特設OWS競技場：身障者用トイレの常設・場内の段差軽減

ニュース&トピックス

情報局　「メイド・イン・とちぎ」で地球にやさしい大会を実現！

県では、中小企業者等を対象に、「環境に配慮した いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会」の実現に向け、両大会で使用が想定される環境に配慮した製品の開発を支援しています。ものづくり県として、県内企業の技術力を生かしたECOな製品が両大会の様々な場面で登場予定です。

eco 1　サンプラスチック株式会社　那須塩原市

県産おからを15%配合したバイオマスプラスチック製のゴミ袋、資料袋、応援用バルーンを開発。石油由来プラスチックを26%削減し脱炭素につながる製品。

※イメージ

eco 2　ヘイコーパック株式会社　市貝町・芳賀町

自社オリジナル再生紙を使用することで、バージンパルプの使用量を削減。また、表面や持ち手には抗菌処理を施した紙袋を開発中。賞状持ち帰り用袋や資料袋など、少ロットも対応。

※イメージ

eco 3　栃ナビ！（ヤマゼンコミュニケイションズ株式会社）　宇都宮市

※イメージ

来県者にパンフレット等の紙媒体を配布するのではなく、会場に設置されたQRコードをスマホで読み込むと、位置情報から地元のロコミ情報「栃ナビ！」をベースにした近隣の飲食店・観光スポットなどの案内が表示されるWebサービスを開発。

位置情報を基に
周辺の
・飲食店 ・お土産店
などの情報を表示

eco 4　株式会社 幕壱　矢板市

塩化ビニールの使用量を低減し、燃焼時に有害な塩素化合物の発生を抑制するとともに、軽量化した生地による横断幕、垂れ幕、バナーなどを開発。使用後にはトートバッグにリメイクも可能。

※イメージ

音声コード

Topic.01 ボランティア募集中！

いちご一会とちぎ国体、とちぎ大会において、
受付や会場美化、式典運営補助などを行います。
ぜひ、ボランティアに応募いただき、一緒に大会を盛り上げましょう！

冬季大会のボランティアに参加した方に聞いてみました。

選手や関係者の方にドリンク等の提供をしました。ボランティア仲間との一期一会の出会いもあり、参加して良かったです。

選手やスタッフにいちごを配ったりしました。ありがとうと声をかけられました。

ボランティアが初めての方でも可！

1日だけの参加でも可！

ボランティアの申し込み方法他詳しくはホームページへ ▶

Topic.02 手作り応援のぼり旗でおもてなし

県内の高校、特別支援学校の生徒の皆さまにご協力いただいた「手作り応援のぼり旗」が完成しました！
来県される方々や地元栃木県の選手達への応援、おもてなしの心をこめて制作してくれました。
数々の力作は、現在県庁1階正面階段エスカレーターや15階展望ロビー、カンセキスタジアムとちぎ、日環アリーナ栃木やとちぎ大会の会場となる各施設に設置されています。ぜひご覧ください。

●国体パートナー（JSPO）

asics / 大塚製薬 / MIZUNO / 三井住友海上 MS&AD INSURANCE GROUP / 時事通信 / セレスポ

●大会特別協賛

私たちは「いちご一会とちぎ大会」を応援しています！

DAIDO 大同生命

●国体パートナー（栃木県）

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！

ALSOK 北関東綜合警備保障 / TKC / 足利銀行 / FUTABA フタバ食品株式会社 / TOCHIGIN 栃木銀行 / 下野新聞社 / 藤井産業株式会社 / Since 1923 地域を創り守って100周年 一般社団法人 栃木県建設業協会 / ヨークベニマル / 関東自動車 / for the SMILE 街と人を、もっと笑顔に。 KSK環境整備 / NSK ナカニシ

●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！

TOYOTA WOODYOU HOME / 株式会社カンセキ / NTT東日本 / KOYO 光陽エンジニアリング / 大和証券 Daiwa Securities / 公益財団法人 とちぎ建設技術センター / KGK 菊地歯車株式会社 / JAグループ栃木 / JP POST 日本郵便 / タキザワハム / TOKYO GAS / KYOEI 協栄産業株式会社 / Kao きれいを こころに 未来に / カワチ薬品

最新情報はSNSでチェック！ Twitter / facebook / Instagram / LINE

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 栃木県宇都宮市塙田1-1-20 県庁北別館3階・4階
TEL：028-623-3845 / FAX：028-623-3527
https://www.tochigikokutai2022.jp
2022とちぎ国体
HPも見てね！スマートフォン対応！

■いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会公式マガジン第11号　2022年3月発行

音声コード