

各校陸上競技部顧問 様

(一財) 島根陸上競技協会  
強化部長 吉川 正展

**島根陸協 強化委員会（強化部）主催 合同練習会の開催について（案内）**

向寒の候、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。平素は、本協会強化委員会（強化部）の活動に対し、ご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、この度強化委員会（強化部）では標記合同練習会を下記の通り開催することにしました。趣旨をご理解の上、ふるって参加いただきますようご案内申し上げます。なお、参加校の先生方にはスタッフとして指導していただきたいと考えています。

記

1. 趣 旨
  - ・強化指定選手のみならず、中・高校生の競技力向上にあたる。
  - ・効果的な練習法を学ぶと共に他校選手と交流する。
  - ・参加校指導者の意見交換の場とし、指導力向上を目指す。
2. 日 時
  - 令和4年12月3日（土）〈中学生対象〉 9：00～11：45
  - 〈高校生対象〉 13：15～16：00
3. 場 所
  - 島根県立浜山公園陸上競技場・補助競技場 出雲市大社町北荒木 1868-10 TEL0853-53-4533
  - 島根県立大社高等学校（棒高跳・投てき） 出雲市大社町北荒木 1473 TEL0853-53-2002
4. 対 象 者
  - 島根県内の中学生・高校生陸上競技部員
5. 実施種目
  - ①総合的なトレーニング  
サーキットトレーニングなど
  - ②専門的なトレーニング  
短距離、ハードル、長距離、跳躍〈高・棒高（中学のみ）幅・三段（高校のみ）〉、  
投てき〈砲丸（中学のみ）・円盤（高校のみ）・やり（高校のみ）〉
6. 指 導 者
  - ①総合的なトレーニング  
参加校の顧問の先生方（原則、強化部のスタッフはサポート）  
（後日、参加申込の学校の顧問の先生方に参加人数などを連絡しますので、当日までに練習計画を立ててください。）
  - ②専門的なトレーニング  
強化部スタッフ（参加校の顧問の先生方はサポート）

（日本陸上競技連盟および島根陸上競技協会が指定する、新型コロナウイルスについてのガイドランスに沿って事前健康チェックをし、練習会当日発熱等の体調不良がない場合。）

\*①総合的なトレーニング後、②専門的なトレーニングを実施します。  
（天候などによりトレーニング内容の変更の可能性があります）

		強化部スタッフ
ヘッドコーチ		吉川正展(大田高)
短距離		石倉一希(開星高)
ハードル		森田正利(松江高専)
長距離		山藤泰俊(浜田商高)／河村靖宏(向陽中)／小林慶一郎(宇賀荘小)
跳躍	高	須藤貴行(江津東小)
	棒高(中学のみ)	柳楽達也(大社高)
	幅	新田佳代(浜田一中)／森本真晃(松江工高) 〈中学のみ〉
投てき	三段(高校のみ)	森本真晃(松江工高)
	砲丸(中学のみ)	上田健一(出雲高)／安達直幸(河南中)
	円盤(高校のみ)	上田健一(出雲高)
やり(高校のみ)		小加本裕真(川本中)

※砲丸(中学のみ)は、総合的なトレーニングの時間に円盤投の体験を実施する予定です。

7. 参加方法
  - 申込先 石倉一希（開星高） FAX：0852-21-9118
  - 11月24日（木）17:00までに、別紙ファックス用紙に参加人数を記入の上、ファックスで申し込んでください。参加する場合は必ず期限までに参加申し込みをしてください。当日の種目変更は可能です。
8. その他

- ・問い合わせ先 石倉一希（開星高） TEL：0852-21-4915
- ・あくまでも合同練習会です。事故・急病等については引率顧問の責任でお願いします。
- ・棒高跳・投てきの選手は浜山公園陸上競技場で開講式のあと、徒歩で大社高校へ移動します。
- ・投てきを希望する選手は、投てき物を各学校で準備できる場合は持参してください。
- ・悪天候や感染症の拡大により、中止になることもあります。（中止の場合は島根陸協ウェブサイト掲載）
- ・今後の練習会の予定は次のとおりです（変更になる場合もあります）。  
1月・2月の練習会は実施しません。3月は実施予定ですが、日程は未定です。

## 9. 新型コロナウイルス感染拡大防止対策について

練習会主催者は練習会に関わる全ての人の感染に対するいかなる責任も負いません。

本練習会参加選手は、下記の感染拡大防止のための事項についてご理解・ご協力をお願いいたします。  
各学校の顧問は、参加選手に下記の事項を周知・徹底してください。

### [基本注意事項]

1. 「3密」の回避  
密閉（換気が悪い）・密集（多くの人々が密集）・密接（互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声）
2. 感染症対策  
手洗い、手指消毒の徹底  
マスクの着用、咳エチケットを心がける  
日頃からの検温、体調管理

### [練習会参加について]

1. 以下の事項に該当する場合は、参加を見合わせる。  
ア) 体調がよくない場合（例：発熱、咳、咽頭痛などがある場合）  
イ) 同居家族や身近な人に感染が疑われる方がいる場合  
ウ) 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航歴  
または当該在住者との濃厚接触がある場合
2. 選手・各校顧問（競技場に入場する者）は練習会1週間前から指定された体調管理チェックシートに体温等を記入すること。各校顧問は選手の体調管理チェックシートを確認し、健康チェック申告書を作成して、練習会当日、競技場玄関ホール受付に提出すること。体調管理チェックシート・健康チェック申告書は島根陸協ウェブサイトからダウンロードすること。  
選手・各校顧問の体調管理チェックシートは提出不要としますが、各校顧問は体調管理チェックシートを練習会終了後最低1ヶ月保管し、主催者から連絡があった場合は対応できるようにしておいてください。
3. 感染防止のために主催者が決めたその他の処置を遵守し、主催者の指示に従うこと。

### [その他の注意事項]

1. 選手・各校顧問・練習会スタッフ以外の保護者等の会場への入場はできない。
2. マスクの着用、手洗い、咳エチケットを心がけること。（練習中以外はマスク着用）
3. 他の参加者、練習会スタッフ等との距離（できるだけ2m以上）を確保すること。（介助等を行う場合を除く）
4. 更衣室は使用できるが、更衣は速やかに済ませ、長時間滞在しないこと。シャワーは使用禁止とする。
5. 新型コロナウイルス接触確認アプリ等をできるだけ活用すること。
6. 練習会終了後2週間以内に、新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、島根陸上競技協会（0852-23-6686）に速やかに報告すること。

# F A X 送 信 票

◆送信日時 令和 4年 月 日 時 分 締切：11/24 (木) 17時

◆送信先 開星高等学校 石倉 一希 宛 (FAX：0852-21-9118)

◆発信者 氏名： \_\_\_\_\_ TEL： \_\_\_\_\_

◆練習会申込

学 校 名		学校電話番号	
引 率 顧 問 名		引率顧問携帯番号	
引率顧問担当希望パート			
種 目	参加人数	男 子	女 子
	短 距 離		人
ハ ー ド ル		人	人
長 距 離		人	人
跳 躍	走 高 跳	人	人
	棒 高 跳 (中学のみ)	人	人
	走 幅 跳	人	人
	三 段 跳 (高校のみ)	人	人
投 て き	砲 丸 投 (中学のみ)	人	人
	円 盤 投 (高校のみ)	人	人
	や り 投 (高校のみ)	人	人

※上記以外の種目は実施できません。

当日の種目の変更は可能です。