

青森県武道館報



「令和4年度青森県高等学校総合体育大会」

6月4日(土)～6日(月)の3日間、令和4年度青森県高等学校総合体育大会が県内各地で開催されました。一般観戦が不可であったり、声を上げる応援の禁止など、新型コロナウイルス感染拡大防止対策を徹底するという制限がある中での開催となりましたが、青森県武道館ではバレーボール競技・弓道競技・相撲競技が行われ、四国で開催されるインターハイ出場権を勝ち取るために、静かなる熱い戦いが繰り広げられました。



今年度の高校3年生はコロナ禍の年に入部し、これまで部活動の活動日数が週3日に減らされたり、原則禁止になった時期もあつたりと、練習の時間や環境も十分ではなかったと思います。チーム作りやコンディショニングの調整も難しかったことでしょう。それでも努力を積み重ねて今日この日、この場所で戦い抜きました。その中で、バレーボール競技男子は青森県立弘前工業高等学校が2年連続42回目の優勝。女子は青森県立青森西高等学校が4年連続17回目の優勝を達成。弓道競技男子は青森県立木造高等学校が28年ぶり3回目、女子は青森県立青森商業高等学校が8年ぶり4回目の優勝。相撲競技では青森県立五所川原農林高等学校が7年ぶり18回目の優勝を果たしました。また、個人戦だけでしたが青森県高等学校女子相撲選手権大会も同時に行われ、10月に京都で開催予定の全日本女子相撲選手権への切符をかけて男子に負けないあたりを見せていました。女子相撲以外の競技は、7月下旬から開催される「躍動の青い空 四国総体2022」に青森県代表として出場します。バレーボール男子は香川県、バレーボール女子と弓道競技は徳島県、相撲競技は高知県で開催予定です。

おまたせました 近的弓道場の的中表示板がリニューアル!

経年劣化のため故障していた近的弓道場の電光掲示板ですが、コロナ禍での施設閉鎖期間を利用して既存の表示板を撤去し、新たに75V型の液晶ディスプレイを安土側に2基、射場奥に2基の合計4基を設置する工事を行い、表示システムを更新しました。1つのディスプレイで3人立1射場と2射場、4人立1射場、5人立1射場を表示でき、チーム名も表示可能です。以前の表示板よりも一回り小振りですが、利用者からは見やすくなったと好評です!



武道館トレーニング室利用について

青森県武道館トレーニング室では、新型コロナウイルス感染対策として、「FIAフィットネス関係施設における新型コロナウイルス感染拡大対策対応ガイドライン(FIAガイドライン)」を採用し、同ガイドラインに基づき追加の新型コロナウイルス感染対策を実施することにしました。ご利用の皆様にはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解いただけますようお願い申し上げます。

・トレーニング中のマスク着用(有酸素運動中含む)

※マスクの形状に指定はありませんが、フリース製ネックゲイターやバンダナなどの薄い布一枚をネックゲイターとして使用するの、布目を通過する際に粒子が細かく分割されてウイルス等が通常よりも広範囲に飛散し、感染リスクが高くなる可能性があるため使用はご遠慮ください。

この他に従来の対策は継続中です。

- ・定員10人
- ・利用時間1時間
- ・会話の自粛
- ・マシン利用後のアルコール消毒
- ・換気と消毒時間の休場(①12:30~13:00 ②16:30~17:00) など



弓道教室開催のお知らせ

昨年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響で、残念ながら開催途中で中止になってしまいましたが、今年も開催できるよう、現在鋭意準備中です。初心者・経験者のどちらも大歓迎。興味がある方や、昔やっていたけどまた再開したいと思っている方は、この機会に挑戦してみませんか?

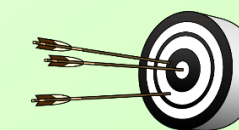
実施期間 令和4年11月7日(月)～令和5年2月16日(木)(年末年始を除く毎週月・木)

開催時間 10:00～12:00 計25回開催 **募集人員** 初心者5人程度 経験者10人程度

募集期間 令和4年10月上旬頃から受付開始予定 **※途中参加は出来ません**

参加料 無料(任意の保険加入のこと)

問合せ先 青森県武道館 TEL:0172-26-2200



青森県武道館ダンスワークショップ SPECIAL DANCE 開催



今年のダンスワークショップは、SMAP、MISIA、倅田來未などのツアーダンサー、劇団 EXILE 松組『刀舞鬼』の演出・振付など多方面に活躍している矢野祐子先生と、KinKi Kids、MISIA、三浦大知などのツアーダンサー、sekai no owari『スノーマジックファンタジー』『RPG』振付、舞台『犬夜叉』ステージング・振付など、幅広く活躍しているMEDUSA先生をお迎えして開催します。トッププロの先生と触れ合い、空気を感じ、スキルアップに繋がってください。



矢野 祐子 先生

MEDUSA 先生

開催日 令和4年9月11日(日) 10:00開始 **場所** 青森県武道館(主競技場)
参加料 無料(任意の保険加入のこと) **募集人員** 先着順100名(定員になり次第締め切り)
申込方法 武道館窓口で直接申込み、または申込書をダウンロードし、メールまたはFAXでの申込み
募集期間 令和4年7月21日(木)～8月27日(土)(毎週水曜日を除く9:00～20:00)
問合せ先 青森県武道館 TEL:0172-26-2200 FAX:0172-26-2206



編集後記



スポーツ with コロナ……各団体は新型コロナウイルス感染対策のガイドラインを設け、独自の感染対策をして大会やイベント等を開催しています。青森県武道館のトレーニング室でも、再開するにあたって運動中はマスク着用(有酸素運動中含む)、定員10人などと制限を設けています。

さて、このような状況の中、運動をする場の減少のほかに外出自粛やテレワークの推進により、出勤をしないことや一日中座りっぱなしのため運動不足になっている大人が多くなっているようです。民間調査では「一日当たりの歩数の減少」、「体重増加」、「肩こり・腰痛・目の疲れなどの不調」、「座りっぱなしによる血流悪化や血栓のリスク上昇」といった体への悪影響が報告されています。WHOでは、大人は週150分、子どもは週60分の中程度の身体活動(軽く息が弾む程度の運動)を行うことを推奨していますが、徐々に体を動かして思いもよらず怪我をしてしまった……ということにならないように、いきなりハードな運動をするようなことをせず、徐々に体を動かしていきましょう。スポーツ庁では、アテネオリンピックのハンマー投げ金メダリストである室伏広治長官が簡単な運動の仕方を教えてくれるYouTubeチャンネルを開設しているので、参考にしてみてください。

(参照) スポーツ庁『新型コロナウイルス感染対策 スポーツ・運動の留意点と、運動事例について』

「これからの主なイベント・大会予定」

- 7月 第49回東北総合体育大会新体操・トランポリン競技(7～10日)
 令和4年度青森県(弘前市)地方青少年なぎなた錬成大会(9～10日)
 弘前公共職業安定所令和5年3月新規高等学校卒業予定者企業説明会(14日)
 令和4年度青森県中体連夏季大会バドミントン競技(17～18日)
 第49回東北総合体育大会弓道競技(23～24日)
 第23回青森県小学生バドミントン選手権大会(31日)
- 8月 第63回弘前八幡宮奉納武道大会剣道競技・弓道競技(1日)
 第4回春藤さくらカップ(4～7日)
 全日本ジュニア新体操選手権大会青森県予選会(6～7日)
 令和4年度東北中学校体育大会相撲競技(10～11日)
 第52回全国中学校バドミントン大会(18～22日)
 第49回東北総合体育大会空手道競技(26～28日)
- 9月 令和4年度青森県(弘前市)地域社会空手道指導者研修会(3日～4日)
 第47回青森県スポーツ少年団フェスティバル柔道競技会(4日)
 第26回県下高等学校弓道遠的大会(10日)
 青森県武道館ダンスワークショップ「SPECIAL DANCE」(11日)
 令和4年度青森県(弘前市)地域社会弓道指導者研修会(17～18日)
- 10月 第1回青森県フルオープンボッチャ大会(1日)
 令和4年度スポレク弘前ソフトバレーボール大会(2日)
 第43回青森県高等学校総合文化祭写真部門(6～8日)
 第30回全国高等学校ロボット競技大会(15～16日)
 令和4年度秋季県下高等学校弓道大会(21～23日)
 第4回東北中学生空手道選抜大会(23日)
 県民共済カップ第75回全日本バレーボール高等学校選手権大会代表決定戦(29～30日)
- 11月 令和4年度青森県高等学校秋季ボクシング大会(4日～5日)
 青森県武道館「トップアスリート柔道教室」(4～6日予定)
 令和4年度あおもりスポーツアカデミー事業「発掘プログラム(一次選考会)」(13日)
 第12回青森県武道館小学生・中学生相撲大会(22日)

※新型コロナウイルス感染状況等により、やむを得ず中止・延期になる場合があります

利用状況の確認はホームページからも確認できます

各種申請書等のダウンロードもできるのでご利用ください!

PCアドレス <http://www.aomorikenbudoukan.com/>

スマホアドレス <http://www.aomorikenbudoukan.com/sphone/>

フィーチャーフォンアドレス <http://www.aomorikenbudoukan.com/mobile/>

〒036-8101 青森県弘前市豊田二丁目3番「青森県武道館」

TEL:0172-26-2200 FAX:0172-26-2206

