

# 都スポ指協ニュース



東京都スポーツ指導者協議会  
会長 山田 龍彦



新型コロナウイルス感染症の感染拡大が落ち着きを見せ世間は平常を取り戻してきています。皆様におかれましては日々スポーツに励まれていることと思います。東京都スポーツ指導者協議会（以下「協議会」という。）も新体制になり新型コロナウイルス感染症に負けず活動を続けております。

協議会の昨年度の目標を振り返ってみると「部活動の地域移行」に協力をしていくことでした。地域スポーツクラブへ一部移行を行っている地域もあるようです。しかし、すべての部活動種目を移行するのは大変なことです。運動部と文化部で違いがあるでしょう。今迄の部活動の姿は学校で行うこととして活

動してきました。近年では教員の働き方改革により、教員が部活動に関わる時間を減らす動きが進められています。学校では部活動指導員をお願いできる人を確保する手立てがなく知り合いに頼む事や学生をお願いしているようです。都心部では人材派遣会社に委託をしている学校も見受けます。決められた日に決められた時間で予算がなくなれば中止となり、言わば、学生のアルバイトになっているのが現状です。東京都内には日本スポーツ協会公認指導員が 1.8 万人います。その方たちが動いてくれることが大事であると思います。協議会ではそのプロジェクトを作り、有資格者による指導を基本にして進めています。一方で各教育委員会が予算を確保し募集していくことが必要です。我々協議会は全面的に部活動地域移行化に協力していく体制を作ることを今年度の目標として掲げていきます。皆様のご協力をお願い致します。

発行元：  
東京都スポーツ指導者協議会  
〒201-0012  
狛江市中和泉 3-29-17-203 山田龍彦宅  
Tel:090-3134-0132  
E-mail: info@tokyo-sports-leader.com  
URL: https://tokyo-sprts-leader.com

最後に公認スポーツ指導者の自己研鑽とご発展のために当協議会の仲間となり、地域の皆様にスポーツによって健康で楽しい生活を送れる手助けをさせていただくではありませんか。

「指導者を続けている限り勉強は続き、勉強をやめたときは指導者もやめるべき」このような格言があります。

青藍

指導者を取り巻く環境の変化  
副会長 茂木 友博

いま「地球」は大変なことになっています。

ご存知ですか？地球温暖化は将来の問題ではなく今起きている問題なのです。

日本における影響のひとつとして桜の開花が 6.1 日早くなっています。また最高気温が 35℃以上の猛暑日が増加し、40℃を超える地点も現れています。地球規模の温暖化対策をとらなかつた場合、1 日の最高気温が 30 度以上となる真夏日の日数は更に増加することが予測されてい

ます。東京では、21 世紀末には現在の日数よりも更に 58.4 日が増えると予測されています。

現在東京の真夏日は年間約 58 日（2010～2020 年平均）。21 世紀末には、年間約 107 日、なんと 1 年の約 3 割が真夏日となります。日本が温帯から熱帯へ引っ越したことと同じです。四季のバランスは今後更に崩れていくでしょう。

夜間は熱帯夜で寝不足になり翌日に影響を与え、日中は猛暑日と夏の間は活動、とくにスポーツはできなく恐れが生じます。（8 月の平均は 18 日と半数以上が熱帯夜）熱中症はあらゆる年齢層で発生するでしょう。このような状況は目の前に来ています。

さて指導者としては何を考えなくてはいけないのでしょうか？健康管理は今以上に配慮しなければなりません。まずは熱中症対策から始めませんか。熱中症は、一人ひとりが正しい知識を持つことで、防ぐことができます。水分補給だけではなく、暑さ指数が高くなった際には中止、中断するなどの柔軟な対応が重要です。2018 年からは熱中症による死傷者数は倍増となっています（500 人前後から 1000 人前後まで上昇）。指導者も勉強しておく必要が有りま

す。最近よく耳にする「暑さ指数」（WBGT（湿球黒球温度）：Wet Bulb Globe Temperature）は、熱中症を予防することを目的として 1954 年にアメリカで提案された指標です。暑さの厳しさの程度を示す指数で、熱中症予防の指数として用いられています。気温だけでなく、汗のかき方に関する湿度・日射・照り返しなどの輻射熱を取り入れて計算されます。単位は気温と同じ摂氏度（℃）で示されますが、その値は気温とは異なり異なります。環境省ホームページを参照下さい。

<http://www.wbgt.env.go.jp/wbgt.php>

練習場や競技場の「暑さ指数」がリアルタイムで直接測れる携帯式小型のセンサーが発売されています。個人でも手の届く金額なので購入し易く、指導者は是非備えてほしい逸品です。

#### コーチの向上心 理事長 藤岡 信孝

どのような優れたコーチにも例外はなく新米コーチからコーチングのスタートを切っています。しかし、同じ年月の指導経験を経たとしても、すべてのコーチが効果的なコーチン

グを実践できるわけではありません。その差はいかにして生まれるのでしょうか。以前にも増してコーチはスポーツ科学やテクノロジーに関する知識が重要になっています。

プレーヤーまたは保護者はインターネットを使って世界中の様々な情報に触れています。ひと昔前であれば、そのスポーツに関して最も知識を持っていたのはコーチだったかもしれませんが。しかし今ではそのプレーヤーやその保護者らが、コーチより専門的な知識を有しているかも知れません。インターネットでトッププレーヤーの動作を検索すれば即座に見ることが出来ます。プレーヤーはその技術を見て学習することも可能です。その他食事、栄養の情報、戦術情報と、スポーツ科学の知識も得ることが出来ると思います。コーチが現役プレーヤーであったところに比べて、インターネット環境が発達した今、コーチより情報はたけているかも知れません。こう考えれば、コーチも最先端のスポーツに関する知識を得ていく努力をすることが欠かせないのです。時代は常に変化しており、コーチも過去の経験のみに頼ったやり方ではなく、コーチになってからでも常に学び続けていく必要があります。

す。コーチは自己の知識と、他者が持っている知識との整合性を話し合っ、より発展的な自己の知識として、常に向上させていくための努力を惜しんではなりません。協議会に入会し、協議しながらコーチとしてのスキルを上げましょう。

青藍

(Reference Book 一部転載解釈)

### もう一步前へ(STEP UP)

**理事(企画) 菱山 徳明**

我々は学ぶことをやめたときに教えることをやめなければならない。(ロジュ・ルメール フランスサッカー監督)

協議会では、研修会・勉強会を企画しております。皆様の日々の活動に役立つ研修会・勉強会にするために是非参加して頂き、明日の活動に役立てて頂きたいと思ひ企画しております。

指導者として、大切な事は熱意・熱中はもちろん常に学び続ける向上心・豊富な知識・強い洞察力が必要になります。新しい事を柔軟に取り入れる頭と心を持つことが、もう一步前へ

(STEP UP)踏み出す力となり新しい道への一步となります。

皆様の今までの体験談など、勉強会などで話してみませんか?

皆様にとって、もう一步前へ

(STEP UP)に繋がるヒントになる

ことがあるかもしれません。皆様、協議会の研修会・勉強会に参加をお願いします。

### 会計と事務総務

**理事(会計) 井野 美枝子**

**理事(会計) 増田 規子**

**理事(事務総務) 小柳津 敏子**

協議会内の金銭の流れを記録するだけではなく 会計として協議会の財務状況の把握のために記帳から決算書、収支明細などを報告する業務を2人で牽制機構を入れながらチェック、管理を行なって行きます。

事務・総務の立場として書類、様式の整備、改善の提案、事務処理を忠実にこなします

### 良いコーチングを広める活動

**理事(広報) 市毛 彰**

協議会 のホームページのURL は以下の通りです。

<https://tokyo-sports-leader.com>



これまでの協議会の連絡は資料の郵送と電話での連絡をしてきましたが、情報通信技術の進歩にあわせ協議会も今後はホームページでの情報共有とし連絡

### 組織づくり

**理事(組織) 阿部みゆき**

当協議会の認知度を高め組織体制の拡充を図っていきます。部活動の支援プロジェクトのアシストを行っていきます。

### 2023年度 事業実施報告

#### 1. 勉強会 山主様 講演

2024年2月17日(土) 13時30分～16時20分に国立オリンピック記念青少年総合センター棟 414 研修室で中央区スポーツ推進委員協議会会長、中央区地域スポーツクラブ大江戸月島 クラブマネージャーの山主英樹様から「指導者の資質とは～みんなで考えよう指導者に必要なもの～」について講義していただきました。

講義の後は参加者からの意見も含め指導者の資質について協議しました。スポーツの種目は、皆さん異なりますが活発な意見交換となりました。



## 2. 研修会

公益財団法人日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者資格の有効期限は、4 年間と定められており、資格を更新するためには有効期限が切れる 6 か月前までに、更新のための研修を受けることが義務付けられています。今回の研修会は、単に資格を更新するためだけのものではなく、指導者がスポーツに関する最新の知識・情報を獲得し、国民のスポーツに対するニーズを敏感に捉えて、実際の指導場面に活用できるようその資質を向上させるとともに、指導者の情報交換や、相互の交流を目的として開催しました。

2023 年 7 月 29 日(土)

13:00～17:00

国立オリンピック記念青少年センター研修棟センター棟 416 号室で研修会を開催しました。

講演①「スポーツ指導による地域コミュニティ作りと活性化」

講演者 市毛 彰 氏

講演②「安全な食事を選ぶ指導者になる勧め」

“日本の食事情” “スポーツ選手の食事について…競技、時代、家庭”  
“安全な食事を推奨する理由”

講演者 コルベット 邦子 氏



2 講演によりスポーツ指導者の活動を地域の面と食事の面から考える研修会となりました。



### 2023 年度定例理事会

2023 年 5 月 8 日・6 月 8 日・7 月 13 日・10 月 12 日・11 月 1 日・12 月 19 日・2024 年 1 月 11 日、2 月 15 日・3 月 6 日  
合計 9 回の打ち合わせをリモートにて実施しました。コロナ禍のため対面での打ち合わせからリモートによる打ち合わせを主に協議を進めて来ました。

### 2024 年度事業計画

#### 1. 基本方針

協議会は公益財団法人日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者の相互の連携と自らの資質の向上を図るとともに公益財団法人 東京都スポーツ協会の事業に協力し、東京のスポーツ活動の指導、育成を通じ、広く東京都民のスポーツ振興に寄与しつつも、

- ① 部活動支援プロジェクトプログラムへの取り組み
- ② 総合型地域スポーツクラブへの公認スポーツ指導員の

アシストを積極的に進めます。

## 2. スポーツ指導者の研修並びに資質の向上に関する事業 【東京都スポーツ指導者協議会主催研修会】

2024 年 7 月 27 日(土)13:00～17:00 国立オリンピック記念青少年センター研修棟センター棟 310 号室

講演①「スポーツと貧血」

講演者 吉田 豊 氏  
藤永製薬株式会社 研究開発本部

講演②「部活動の地域移行化 学校教育から社会教育へ」

講演者 青柳 健隆 氏  
関東学院大学 経済学部准教授  
早稲田大学大学院スポーツ科学研究科 博士(スポーツ科学)  
早稲田大学大学院スポーツ科学研究科スポーツ医科学科  
早稲田大学アーチェリー部コーチ(高校・大学アーチェリー部)

募集人数 120 名

参加料

東京都スポーツ指導者協議会  
会員 1,000 円  
東京都スポーツ指導者の非会員 3,000 円

申込みは①②のいずれかで申込み下さい。

- ① 当協議会ホームページから申込み

<https://tokyo-sports-leader.com>

を開き新着情報→研修会の申込から申し込む

② 申込下記 URL から申し込む  
<https://forms.gle/F9kPPrzBo3bEshYt7>

※QR コードからの申し込みが可能です。→



申し込みフォームは、研修会の申し込みフォームです。参加をご希望の方は、必要事項を入力の上、お申込みをお願いいたします。申し込みをされた方は 2024 年 7 月 22 日(金)16 時までに参加料を以下の①②③のいずれかの指定口座に振り込みをして下さい。入金の確認が取れた方から優先的に受け付けます。

- ① ゆうちょ銀行窓口にて  
振替書(青色)で納入して下さい  
郵便振替口座番号: 00100-7-262250  
加入者名: 東京都スポーツ指導者協議会
- ② ゆうちょ銀行 〇一九(ゼロイチキュウ)店  
当座預金口座番号 262250  
口座名: 東京都スポーツ指導者協議会
- ③ みずほ銀行 渋谷支店  
普通預金口座番号: 1175793  
口座名: 東京都スポーツ指導者協議会

※お振込み後の変更・欠席等は、いかなる場合でも返金はできませんのでご了承ください。

※振込確認後「受講票」のはがきを送ります。

※問合せ東京都スポーツ指導者協議会  
担当 藤岡  
TEL 090-2548-4576(10 時~16 時)

### 【冬季勉強会 開催】

秋から冬の期間に勉強会を開催します。日にちは未定。近くになったら HP に掲載します。ご参加をお待ちします。

### 2024 年度会費納入のお願い

2024 年度会費 2000 円未納の方、納入をお願いいたします。

振替の銀行と口座番号は、下記の 3 つの中から選び振込んでください。

① ゆうちょ銀行窓口にて  
振替書(青色)で納入して下さい

郵便振替口座番号: 00100-7-262250

加入者名: 東京都スポーツ指導者協議会

② ゆうちょ銀行 〇一九(ゼロイチキュウ)店

当座預金口座番号 262250

口座名: 東京都スポーツ指導者協議会

④ みずほ銀行 渋谷支店

普通預金口座番号: 1175793

口座名: 東京都スポーツ指導者協議会

※行き違いに納入頂いた会員様にはお詫び申し上げます

## 東京都スポーツ指導者協議会 のバッジを作成しました

2024 年パリオリンピック・パラリンピック開催年と東京都スポーツ指導者協議会の新生 4 年目に向けバッジ(胸章)を作成しました。

実寸 13mm×20 mm

2024 年度会費納

入者には会員証と

一緒に同封してい

ます。



社会と地域に協議会をアピールすると共に、お互いがこのバッジを目にしたとき、同朋の意識が生まれ、協調性へと導きます。バッジを身に着けることでスポーツを通して、自分自身の行動規範が生まれ、社会人として、日々の善行につながると信じています。協議会は、スポーツを通して社会貢献をしていく、あなたを応援いたします。

ロゴの意味「青は藍より出でて藍より青し」…「藍」とは、染料に使う 藍草のことで、藍草で染めた布は、藍草よりも鮮やかな青色となる。その関係を弟子と師匠にたとえて、弟子が師匠の技を越えるという意のこととです。導き方一つでいつか指導者を越えて、技術的にも人間的にも、より良き 社会人に育てあげることが、指導者として本望なことです。武道の「守・



破・離」を極めても恩師は、けして忘れない人となることでしよう。青色は冷静さを表し、指導者として持つべき資質です。藍（薄い青）は、若い指導者もいつか経験を積みあげ、恩師の心に到達したいという思いを、人が向き合う姿を色と形で表現しています。また自然の色に見たて、大海の紺色と、丘を駆け上がり、その先に見える空の色、その上には、未来がある。当協議会もそうであって欲しいとロゴマークに願いをこめました。青藍（当協議会の結語）



**2023 年度決算報告と 2024 年度予算の報告**

2024 年 4 月 20 日狛江市体育館会議室にて 2023 年度会計監査を実施しました。監査は NPO 法人狛江市スポーツ協会の秋元会長にお願いしました。2023 年度決算報告と 2024 年度予算を右に掲載します。

**2023年度決算報告**

【収入の部】 2023/4/1~2024/3/31 [単位:円]

科 目	予算額	決算額	増△減	備 考
1 会費収入	354,000	349,000	△ 5,000	役員176名×2千 新入会員176名×3千
2 事業収入	340,000	282,000	△ 58,000	①+②
① 研修会費	255,000	197,000	△ 58,000	会員11名×1千 非会員62名×3千
② 研修助成金	85,000	85,000	0	(公財)東京都体育協会助成金
3 広告料	0	0	0	
4 賛助会費	0	0	0	
5 収入	0	1	1	③+④
③ 雑収入	0	1	1	預金利息
④ その他	0	0	0	
当期収入合計	694,000	631,001	△ 62,999	1+2+3+4+5
前期繰越金	216,562	216,562	0	
収入合計	910,562	847,563	△ 62,999	

【支出の部】 2023/4/1~2024/3/31 [単位:円]

科 目	予算額	決算額	増△減	備 考
1 研修事業費	340,000	313,835	△ 26,165	研修会80% 勉強会20%
2 会報発行費	65,000	74,534	9,534	指導協ニュース印刷代
3 運営費	500,000	309,289	△ 190,711	①+②+③+④
① 会議費	90,000	69,861	△ 20,139	理事会のみ・閉プロ無し
② 事務費	160,000	73,654	△ 86,346	ア+イ+ウ+エ
ア 業務委託	20,000	2,790	△ 17,210	インターネットドメイン使用料
イ 消耗品費	20,000	2,988	△ 17,012	事務用品購入
ウ 印刷費	60,000	2,962	△ 57,038	コピー等
エ 通信費	60,000	64,914	4,914	郵送料、振込手数料
③ 一般諸費	210,000	156,750	△ 53,250	オ+カ+キ+ク
オ 広告・渉外費	0	0	0	
カ 交際・慶弔費	0	0	0	
キ 関東ブロック年会費	10,000	0	△ 10,000	
ク 積立金	200,000	156,750	△ 43,250	協議会バッジ製作代金
④ 旅費交通費	40,000	9,024	△ 30,976	関東ブロック会議中止
4 雑費	0	0	0	
5 予備費	5,000	0	△ 5,000	
当期支出	910,000	697,658	△ 212,342	1+2+3+4+5
次期繰越金	562	149,905	149,343	
支出合計	910,562	847,563	△ 62,999	

会計担当 増田 規子 印 井野 美枝子 印  
 監査の結果上記の通り相違ありません。  
 2023年 4月 20日 監査 秋元 恵司 印

**2024年度予算**

【収入の部】 2024/4/1~2025/3/31 [単位:円]

科 目	予算額	前年度予算額	増△減	備 考
1 会費収入	355,000	354,000	1,000	170名×2千 新5×3千
2 事業収入	345,000	340,000	5,000	①+②
① 研修会費	260,000	255,000	5,000	70名×3千 50名×1千
② 研修助成金	85,000	85,000	0	(公財)東京都スポーツ協会助成金
3 広告料	0	0	0	
4 賛助会費	0	0	0	
5 収入	0	0	0	③+④
③ 雑収入	0	0	0	預金利息・雑収入
④ その他	0	0	0	寄付
当期収入合計	700,000	694,000	6,000	1+2+3+4+5
前期繰越金	149,905	216,562	△ 66,657	積立金43,250円を含む
収入合計	849,905	910,562	△ 60,657	

【支出の部】 2024/4/1~2025/3/31 [単位:円]

科 目	予算額	前年度予算額	増△減	備 考
1 研修事業費	320,000	340,000	△ 20,000	研修会・勉強会
2 会報発行費	75,000	65,000	10,000	指導協ニュース
3 運営費	450,000	500,000	△ 50,000	①+②+③+④
① 会議費	100,000	90,000	10,000	上部団体会議、理事会
② 事務費	100,000	160,000	△ 60,000	イロハニ計
イ 業務委託	20,000	20,000	0	HP修正・業務委託など
ロ 消耗品費	5,000	20,000	△ 15,000	事務用品
ハ 印刷費	5,000	60,000	△ 55,000	封筒、勉強会レジメ等
ニ 通信費	70,000	60,000	10,000	電話料、切手、ハガキ
③ 一般諸費	210,000	210,000	0	ホヘト子計
ホ 広告・渉外費	0	0	0	
ヘ 交際・慶弔費	0	0	0	
ト 関東ブロック年会費	10,000	10,000	0	
チ 積立金	200,000	200,000	0	(一社)上梓予算と前年度積立金43,250円含む
④ 旅費交通費	40,000	40,000	0	関東ブロック出張含
4 雑費	0	0	0	
5 予備費	0	5,000	△ 5,000	
当期支出	845,000	910,000	△ 65,000	1+2+3+4+5
次期繰越金	4,905	562	4,343	
支出合計	849,905	910,562	△ 60,657	

以上の通り2024年度の予算を申し上げます  
 理事長 藤岡 信孝 印 会長 山田 龍彦 印