

参加費  
無料

中学生  
全学年  
対象

2030年島根かみあり国スポ  
\*国スポ競技体験\*  
1日で未来が動き出す体験イベント

# 主役は

## R8年度 中学生種目転向型競技体験会

# さみだ!!

可能性はさっかけて変わる

今から種目転向をしても  
全国のトップになれるチャンスがある!

### 実施競技は全6種目!

学校教育や部活動では接する機会の少ない  
国スポ競技種目を体験できるチャンス!

想像してみてください、4年後表彰台の上に立つあなたの姿を。今回体験できる国スポ競技は競技人口がまだまだ少ない種目、高校から始めても代表になれる可能性があります。この機会にぜひ体験してみてください!

#### カヌー

高校から始めた先輩の声

カヌーは水上でスピードを競う競技です。先輩にはインターハイや国スポのチャンピオン、日本代表として国際大会に出場する選手もいます。カヌー部の選手の多くは高校から競技を始めます。新しいことに挑戦したい人、全国と一緒に活躍したい人、世界で勝負したい人、一緒に活動しませんか。



#### ローイング(ボート)

高校から始めた先輩の声

私は新しいことに挑戦したいと思い、ボート部に入りました。ボートは難しそうに見えますが、練習を重ねるほど上達し、水の上を進む爽快感が魅力です。先輩や仲間と協力しながら頑張れるので、毎日楽しく活動しています。高校から始めても大会で活躍できるチャンスがあります。新しいことに挑戦したい人、仲間と一緒に頑張りたい人は、ぜひボート部に来てください!



#### ライフル射撃

高校から始めた先輩の声

私は高校入学後から射撃を始めました。射撃を始めて10か月で、高校1年生の3月に開催された全国高校選抜大会で「優勝!!!」する事ができました。皆さんも高校から新しい競技を始めてチャレンジしてみたいか、楽しそうですね。楽しいですよ...



#### 男子新体操

高校から始めた先輩の声

私は高校1年生の時、男子新体操に出会いました。バク転をしている先輩の姿を見て「自分もやってみよう」と思いスタートしました。次第に競技の楽しさを知り、気づけは全国大会に出場する事ができました。やればやるほどバク転連続や宙返りなど上達していきます。男子新体操というスポーツに出会えて本当に良かったです。



#### アーチェリー

高校から始めた先輩の声

アーチェリーは70m先の的に向かって矢を放つスポーツです。的の中心を多く射抜けば勝てる非常にシンプルな競技ですが、やってみると難しくてももしろい!! 普段体験することのない競技に挑戦してみませんか?



#### 自転車競技

高校から始めた先輩の声

私は、高校から自転車競技を始め、練習の楽しさや奥深さを実感しながら競技に取り組んでいます。先輩方に続いて、全国大会で入賞、優勝できることを目標に日々頑張っています。島根から全国へ飛び出す絶好のチャンスです。自転車競技を始めませんか。



#### 水球

高校から始めた先輩の声

最初は泳げるか、浮けるかと不安がたくさんあったけど、少しずつできることが増えてきてとても楽しくなりました。シュートが入った時が一番楽しいです。たくさんのコーチたちがから教えてくれます! まずは一度、一緒にやってみませんか?



#### ハンドボール

高校から始めた先輩の声

ハンドボールは、走る・跳ぶ・投げるという体の動きを使った楽しいスポーツです。これまでほとんどスポーツをしていなかったのですが、指導者の方や先輩方が優しく教えてくれたので、今ではハンドボールの時間が楽しくてたまらないです。



2030年

第84回国民スポーツ大会が  
島根県で開催されます!



自分を超えろ、神話をつくれ  
島根かみあり国スポ全スポ  
第84回国民スポーツ大会 2030 第29回全国障害者スポーツ大会  
島根県観光キャラクター「しまねっこ」



お問い合わせ (公財) 島根県スポーツ協会 競技スポーツ課

〒690-0015

島根県松江市上乃木10丁目4-2

TEL. 0852-60-5052 (担当 島田)

# 国スポ競技に触れてみよう！ 体験イベント競技別スケジュール

締切日までに  
申し込もう！



[R8年度 中学生種目転向型競技体験会]

| 競技             | 実施日  | 時間                         | 場所                                       | 実施内容                                    | 申込条件                    | 持参物   | 定員                    | 申込締切  | 競技内容   |
|----------------|--|----------------------------|--|---|-------------------------|---|-----------------------|---|--|
| カヌー            | 8月8日(土)  | 9:00~11:00                 | 長浜レガッタ艇庫<br>【出雲市】                        | レジャーカヤックと<br>レース用カヌーの試乗体験               | カヌーに興味<br>を持っている<br>中学生 | ○濡れても良い服装<br>○着替え<br>○サンダル<br>○帽子<br>○飲み物     | 8名                    | 8月1日(土)   | 横幅50cm程度の細長い艇に乗り、水上でスピードを競います。パドルの両端にブレードのついたカヤックと片方のみのカナディアンの2種類があります。  |
|                | ①8月8日(土)<br>②8月22日(土)                            | 13:30~15:00                | 高津川(やぶさめ公園下)<br>【益田市】                    | レジャーカヌーと<br>レース用カヌーの試乗体験                |                         | 各5名   | ①8月1日(土)<br>②8月15日(土) |   |  |
| ローイング<br>(ボート) | ①8月2日(日)<br>②8月23日(日)<br>③9月27日(日)<br>④10月18日(日) | 9:00~11:00                 | 江津工業高等学校艇庫                               | 陸上でのエルゴメーター体験<br>水上ローイング体験              | 特になし                    | ○運動のできる服装<br>(ハーフパンツ推奨)<br>○着替え<br>○飲み物       | 1日<br>5名              | ①7月26日(日)<br>②8月16日(日)<br>③9月20日(日)<br>④10月11日(日) | ローイング競技は、ボートに乗りスピードを競う競技です。仲間と息を合わせて一緒にゴールを目指しましょう。水面を滑るような感覚は、自然と一体になったかのように、心地よい風と水の音は気持ちが良いです。  |
| ライフル射撃         | 8月22日(土)   | 10:30~12:00                | 立正大学浜南高等学校<br>射撃場【松江市】                   | ビームライフル<br>ビームピストル体験                    | 特になし                    | ○室内用シューズ<br>○飲料水                              | 10名                   | 8月10日(月)  | ライフル銃やピストルを使って、10m~50m先の1mmにも満たない中央をのらい打つ競技です。   |
| 男子新体操          | ①8月1日(土)<br>②9月19日(土)<br>③10月3日(土)<br>④11月14日(土) | 13:30~16:30                | 島根県立平田高等学校<br>第1体育館                      | マット運動からバク転<br>側転までのアクロバット<br>男子新体操の基本動作 | 特になし                    | ○飲み物<br>○タオル<br>○動きやすい服装<br>(ジャージ)            | 10名                   | ①7月25日(土)<br>②9月12日(土)<br>③9月26日(土)<br>④11月7日(土)  | フロアマット上で団体種目では5人、演技やバク転などをシクロさせてその完成度の点数で競い合う競技です。体操、ダンス、組体操などを演技の中に入れてます。1人で行う個人競技もあります。  |
| アーチェリー         | 9月20日(日)   | 13:00~15:00                | 出雲工業高等学校<br>アーチェリー場                      | アーチェリー実射体験                              | 特になし                    | ○運動のできる服装<br>(フードのついていない服がよい)<br>○運動靴<br>○飲料水 | 10名<br>程度             | 8月31日(月)  | 弓と矢を使用し、70m先の的を狙い当たった得点を競う競技です。的の中心(10点)は直径12.2cmでCDと同じ大きさを狙います。集中力と精神力が重要となる競技です。   |
| 自転車競技          | ①9月5日(土)<br>②9月26日(土)                            | 9:00~11:00                 | 大田自転車競技場                                 | 自転車競技場の走行体験、<br>スラロームタイムトライアル等          | 特になし                    | ○運動のできる服装<br>○飲み物                             | 各10名                  | ①8月29日(土)<br>②9月19日(土)                            | トップ選手は時速70kmを超えるスピードで30度の傾斜のあるバンク(坂)を疾走する、スピード感あふれる競技です。   |
| 水球             | 9月6日(日)  | 15:00~17:00                | 島根スイミングスクール<br>江津                        | 水球競技の基本的なゲーム性について<br>体験を実施              | 特になし                    | ○水泳用品<br>○水分補給用飲み物                            | 20名<br>程度             | 8月30日(日)  | 水中に作られたコートで、ゴールキーパーを含めた7人対7人で手を使ってボールをパスし合い、相手ゴールに得点を入れる競技です。水中で行うハンドボールのようなスポーツで、激しい攻防や、空中でパスをキャッチし、強烈なシュートを放つ躍動感が最大の魅力です。泳ぎが得意な人はもちろん、球技が好き人も、水中で自由に動き回る楽しさと迫力をぜひ体感してみてください！ |
| ハンドボール         | ①9月19日(土)<br>②10月4日(日)                           | ①9:00~11:00<br>②9:00~12:00 | ①島根県立松江南高等学校<br>体育館<br>②江津市立青陵中学校<br>体育館 | パス<br>シュート<br>ミニゲーム                     | 特になし                    | ○体育館シューズ<br>○飲み物<br>○タオル                      | ①100名<br>②特になし        | ①②8月31日(月)  | ヨーロッパでは、サッカーに次ぐ人気のスポーツで、7人対7人で行い、手でボールをパスしながら相手ゴールに入れた得点を競います。空中にジャンプしながら強烈なシュートを打ち込むのが、迫力満点のスポーツです。走る跳ぶ投げけるといふような体の使い方をしながら、スピード満点で楽しいスポーツです。                                 |



申し込みは左の二次元コードか下記URLから  
申込フォームを用いて申請してください。

<https://forms.gle/zRixcbrg413HCqzR9>

## 申込についての注意事項

- 必ず保護者の承諾を得て申し込んでください。
- 各競技申込締切日までに申し込んでください。
- 締切日までに定員に達した場合は申込受付を停止します。

## 参加についての注意事項

- 参加費は無料です。
- 各会場までの移動は各自をお願いします。
- 参加者は一括して保険に加入します。
- 各自体調管理や熱中症対策に気をつけて参加してください。

体験会に関する問合せ先

(公財) 島根県スポーツ協会 競技スポーツ課

TEL.0852-60-5052

(担当者: 島田)