

自衛隊体育学校陸上班 美作合宿
報 告 書



令和4年9月28日（水）～令和4年10月7日（金）

スポーツキャンプ誘致岡山美作実行委員会

1 合宿・大会に至った経緯

令和4年5月19日に自衛隊体育学校にて、自衛隊体育学校女子ラグビー班・陸上班・アーチェリー班の合宿に関わる協議を行った。

2017年から美作市で強化合宿を行っており、今年度も行いたいとの希望があったことから、実施に向けて協議を進めることとなった。

2 合宿概要

美作市で2年ぶり5回目となる自衛隊体育学校陸上班の合宿が行われた。

合宿期間中には、小学生以上を対象にしたランニングクリニックや英田中学校の全校生徒を対象としたウォーキングクリニックを行い選手との交流を深めた。

(1)期間

令和4年9月28日(水)～令和4年10月7日(金) 全10日

(2)参加者の概要

参加者15名(長距離選手10名、競歩選手1名、監督・コーチ4名)



(3)練習会場

美作市内湯郷地域周辺

湯郷温泉河川敷道路や中国自動車道美作インター方面、美作岡山道路湯郷温泉インターから美咲町方面の一般道路を使用して行った。



3 激励・歓迎セレモニー

自衛隊体育学校陸上班の「激励・歓迎セレモニー」を実施し、萩原市長と河合会長から激励・歓迎の挨拶、記念品が贈られた。

(1)日時

9月28日(水) 16:00～

(2)場所

美作市役所 3階 市長室

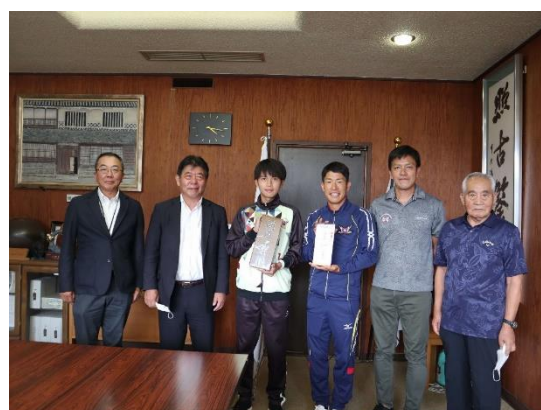
(3)出席者

スポーツキャンプ誘致岡山美作実行委員会

美作市長 萩原誠司 会長

美作・西粟倉防衛協力会 会長 河合義昭 様

<激励・歓迎セレモニー>



4 ランニングクリニック

10月1日(土)、長距離選手6名によるランニングクリニックが開催した。

小学生から大人まで市内外から26名が参加し、ランニングのフォームや普段のトレーニング方法、正しいストレッチのやり方などを教わった。クリニックの最後には、2チームに分かれてリレー大会が行われ選手との交流を深めた。

(1)日時

令和4年10月1日(土) 14:00~16:00

(2)場所

岡山県美作ラグビー・サッカー場 第一補助競技場(土)

(3)参加者

小学生20名、大人6名



5 ウォーキングクリニック

10月3日（月）、競歩 勝木選手によるウォーキングクリニックが開催した。

英田中学校全校生徒 47 名が参加し、勝木選手から正しい歩き方など指導をしていただいた。また生徒から「競歩の楽しさは何ですか？」と質問があるなど生徒たちと交流し、競歩の魅力を伝えられた。

(1) 日時

令和 4 年 10 月 3 日（月） 14：35～15：25 6 時間目

(2) 場所

英田中学校 グラウンド

(3) 参加者

英田中学校全校生徒 47 名



6 合宿・練習の状況

湯郷の河川敷でのインターバル走や湯郷地域周辺をランニングするなどしてトレーニングに励んだ。

また、選手の自主トレーニングは、美作インターチェンジや北山方面まで、広く美作地内で行われた。



7 全体のスケジュール

日にち	朝練習	午前練習	午後練習
9月28日(水)		移動	14:00~15:00 到着 各自計画 16:00~市長表敬
9月29日(木)	60分各自	インターバル400×10	集合後各自JOG
9月30日(金)	60分各自	30kmロード走	集合後各自
10月1日(土)	60分各自	集合後各自JOG	14:00~16:00 ランニング教室
10月2日(日)	60分各自	集合後各自JOG	集合後各自JOG
10月3日(月)	60分各自	インターバル1km×10	14:35~15:25 ウォーキング教室(英田中)
10月4日(火)	60分各自	集合後各自JOG	集合後各自JOG
10月5日(水)	60分各自	20km走	集合後各自JOG
10月6日(木)	60分各自	インターバル2km×5	集合後各自JOG
10月7日(金)	60分各自	朝食後移動	

8 出発・見送り

10月7日（金）、合宿を終えた自衛隊体育学校陸上班が美作市を出発した。

9 主な関係者及びスタッフ

- ・宿泊先 ポピースプリングス リゾート&スパ
- ・クリーニング業者 フタバクリーニング

10 今後について

近年、全国的にマラソンや駅伝大会が話題となっている。市内にも、ランニングを楽しむ方も多く、友だちや職場の仲間と練習や大会へ参加されている。

一方、この合宿で行うウォーキングクリニックやランニングクリニックは、興味を持ち、多くの参加がある。

スポーツの基本である「走る」を学び・体験できるこのようなクリニックの取り組みを進め、自衛隊体育学校の合宿とその相乗効果を目指し、関係機関との連携を進めていく。

11 美作市職員

企画振興部	部長（キャンプ誘致統括）	春名 信明
スポーツ振興課	課長	坂元 省吾
	課長補佐	赤堀 忠人
	係長	江見 崇憲
	主事	谷口 菜穂
	主事	井上 雅己
	会計年度任用職員	神浦 芳史
	会計年度任用職員	塚本 康則
	会計年度任用職員	丸尾 結衣
	県スポーツ協会派遣職員	川北 美空
	営業課	課長補佐