

陸連時報 三三

2020
令和2年

8 月号

題字は平沼亮三(初代陸連会長)の書

目 次

評議委員会・理事会報告	166
2020年度 主要競技会日程	168
陸上競技活動再開のガイダンス策定のお知らせ	169
科学委員会研究報告に関して (杉田 正明〈日本体育大学〉、持田 尚〈帝京科学大学〉、高松 潤二〈流通経済大学〉)	170
JAAF公認ジュニアコーチ 開催要項	174
大会観戦ガイド	175
陸協NEWS	176
事務局からのお知らせ	178

公告

「陸連時報」は公益財団法人日本陸上競技連盟定款第4条第6号の「機関誌」の性格を有するものですが、毎月「陸上競技マガジン」と一体として発行しています。陸上競技に関する啓発記事のほか、必要に応じて、評議委員会、理事会の決定事項、各専門委員会、事務局からの報告、通達も掲載いたします。本時報に掲載した通達は、公式に通達したものと取扱わせていただきますので、登録競技者は本時報の掲載内容にご注意下さい。また、陸上競技指導者の方は、所属競技者にお知らせ下さるようお願い致します。

公益財団法人日本陸上競技連盟

評議員会・理事会報告

第61回理事会

日時：2020年6月4日（木）

14時04分～17時26分

場所：JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 9階

日本陸上競技連盟会議室

開催方法：WEB会議システムを用いて開催

【議事内容】

理事総数30名中出席者28名にて、理事会の成立を風間事務局長が報告。横川会長が挨拶し、引き続き、議事進行に入る。
〈協議事項〉

1. 第9期事業報告・決算報告

尾縣専務理事より事業報告について、小手川財務委員長より決算報告について、室城監事より監査報告について、それぞれ資料に基づき説明があり、ともに原案通り承認された。

（資料1及び本連盟WEBサイト <https://www.jaaf.or.jp/pdf/about/rikuren/disclosure/9report.pdf>参照）

2. 2020年度主要競技会日程

尾縣専務理事より資料に基づき説明があり、2020年度主要競技会日程が原案通り承認された。

◇第104回日本陸上競技選手権大会

期日：2020年10月1日（木）～10月3日（土）

場所：新潟県新潟市 デンカビッグスワンスタジアム

※5000m、10000m、3000m障害物は別開催とする。

◇第104回日本陸上競技選手権大会・混成競技

U20全国陸上競技大会・混成競技

期日：2020年9月26日（土）～9月27日（日）

場所：長野県長野市

長野市営陸上競技場

また、第47回全日本中学校陸上競技選手権大会（2020年8月17日～8月20日・三重）及び第73回全国高等学校陸上競技対校選手権大会（2020年8月12日～8月16日・静岡）の開催中止に伴い、本連盟主催の下記の二競技会を2020年度に限り、中止となったそれぞれの大会意義を考慮し、中学生、高校生の活躍の場として開催することが承認された。

◇JOCジュニアオリンピックカップ

第51回U16陸上競技大会

期日：2020年10月16日（金）～10月18日（日）

場所：神奈川県横浜市 日産スタジアム

※第47回全日本中学校陸上競技選手権大会の意義を考慮し開催。

※中学生競技者の目標となり、活躍の場とする。参加資格（カテゴリー）・実施種目の変更を検討。

◇第36回U20／第14回U18 日本陸上競技選手権大会

期日：2020年10月23日（金）～10月25日（日）

場所：広島県広島市 エディオンスタジアム広島

※第73回全国高等学校陸上競技対校選手権大会の意義を考慮し開催。

※高校生競技者の目標となり、活躍の場とする。参加資格（カテゴリー）・実施種目の変更を検討。

※競技日程上、実施できない種目については別途検討していくこととする。

※U20に該当する大学生については、同大会の中で別途設定する。

3. 東京2020オリンピック競技大会 トラック&フィールド種目日本代表選手選考要項の改正

麻場強化委員長より説明があり、6月3日にワールドアスレティックスより発表された東京2020オリンピック競技大会のエントリースタンダードに基づき、次回以降の理事会で東京2020オリンピック競技大会 トラック&フィールド種目日本代表選手選考要項の改正が提案できるよう進めることについて、承認された。

4. 第104回日本陸上競技選手権大会参加資格の改正

麻場強化委員長より、当初4日間で開催であった第104回日本陸上競技選手権大会が3日間開催となり、これまで通りの大会運営が出来るかどうかという課題があるかと思うが、現状の参加資格を踏襲しつつ、改正については大会規模が判明したところで、専務理事の承認をもって進めたいとの説明があり承認された。

5. 定款細則の改正

◇加盟金の免除

横川会長より資料に基づき説明があり、定款細則第2条第4項に定める加盟団体加盟金について、新型コロナウイルス感染症拡大による加盟団体の財政状況を鑑み、2020年度は免除するものとし、定款細則を改正することが原案通り承認された。

なお、加盟団体加盟金の取り扱いについては、定款にも規定があり、6月22日開催の定時評議員会での定款変更をもって、正式に承認される。

◇理事の構成の変更

尾縣専務理事より資料に基づき説明があり、理事の構成に係る定款細則の改正が原案通り承認された。

6. 次期役員及び次期専門委員長等改選概要

尾縣専務理事より資料に基づき説明があり、次期役員及び次期専門委員長等改選概要が原案通り承認された。

7. 次期役員候補者選定委員会規則の制定

尾縣専務理事より資料に基づき説明があり、次期役員候補者選定委員会規則の制定が原案通り承認された。

8. 評議員・役員・専門委員等の旅費・謝金規程の改正

尾縣専務理事より資料に基づき説明があり、評議員・役員・専門委員等の旅費・謝金規程の改正が原案通り承認された。

◇改正内容

会議派遣の費用として通信費を追加する。

施行日：2020年6月4日

移動を要しないWEB会議の場合は、通信費として500円/日を支給する。ただし、開催案内のないもの、打合せ程度

のものは対象としない。

9. 評議員会の開催

尾縣専務理事より資料に基づき説明があり、評議員会の開催が原案通り承認された。

〈報告事項〉

1. 2020年度7月以降の競技会開催の留意点

尾縣専務理事、大嶋事業部長より資料に基づき、2020年度7月以降の競技会開催の留意点に係る「陸上競技活動再開のガイダンス（案）」が報告された。

なお、ガイダンスは、陸上競技の特性、加盟団体や理事・専門委員会の意見・見解、ワールドアスレティックスの方針等も踏まえてまとめ、概要、日常の活動向け、トラック・フィールド競技会向け、チェックリスト等で構成し、6月中旬（ロードレース・クロスカントリー向けは6月下旬）に公表を予定する。

2. グディニャ2020世界ハーフマラソン選手権大会

日本代表選手の変更

麻場強化委員長より、グディニャ2020世界ハーフマラソン選手権大会日本代表選手の変更が報告された。

3. 指導者養成事業に関する進捗

山本指導者養成委員長より、指導者養成事業に関する進捗が報告された。

定時評議員会

日時：2020年6月22日（月） 14時01分～15時13分

場所：JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 9階

日本陸上競技連盟会議室

開催方法：WEB会議システムを用いて開催

【議事内容】

評議員総数20名中出席者15名にて、評議員会の成立を風間事務局長が報告。中曽根評議員会議長が挨拶し、引き続き、議事進行に入る。

〈協議事項〉

1. 第9期事業報告・決算報告

尾縣専務理事より事業報告について、小手川財務委員長より決算報告について、前島監事より監査報告についてそれぞれ資料に基づき説明があり、ともに原案通り承認された。

（資料1及び本連盟WEBサイト <https://www.jaaf.or.jp/pdf/about/rikuren/disclosure/9report.pdf>参照）

2. 定款の一部変更

尾縣専務理事より資料に基づき説明があり、定款第51条に定める加盟団体加盟金について、新型コロナウイルス感染症拡大による加盟団体の財政状況を鑑み、2020年度は免除するものとし、定款を一部変更することが原案通り承認された。

3. 理事の報酬及び役員等の費用に関する規程の一部改定

尾縣専務理事より資料に基づき説明があり、理事の報酬及び役員等の費用に関する規程の一部改定が原案通り承認された。

◇改定の主旨

理事の報酬及び役員等の費用に関する規程であり、定義等に規定する役員とは、に含まれない専門委員を規程から削除し、条文を整理する。

[改定箇所] _____部分

（報酬の支給）

第3条

本連盟は、常勤理事の職務執行の対価として、報酬を支給することができる。ただし、賞与及び退職金は支給されないものとする。

2 非常勤理事は無報酬とし、退職金は支給されない。

3 本連盟より特別の任務として講師及び原稿執筆を役員等に委嘱した場合に限り、別に定める規程に基づき謝金等を支給することができる。

【資料1】 公益財団法人日本陸上競技連盟 第9期 収支決算書（対前年度）

（2019年4月1日から2020年3月31日まで）

（単位：円）

科 目	第9期決算額	第8期決算額	増減
経常収益			
1. 基本財産運用収益	6,110,097	6,094,820	15,277
2. 登録料受入収益	26,996,900	27,224,000	△ 227,100
3. 加盟金受入収益	4,700,000	4,700,000	0
4. 受取寄付金	11,038,000	20,000,000	△ 8,962,000
5. 受取委託金・助成金	435,639,791	475,818,077	△ 40,178,286
6. 事業収益	2,718,839,290	1,695,561,486	1,023,277,804
7. その他事業収益	31,257,268	48,155,674	△ 16,898,406
8. 雑収益	15,079,160	5,755,543	9,323,617
経常収益計	3,249,660,506	2,283,309,600	966,350,906
経常費用			
9. 事業費	3,553,997,901	2,160,237,650	1,393,760,251
10. 管理費	168,980,279	114,696,042	54,284,237
経常費用計	3,722,978,180	2,274,933,692	1,448,044,488
当期経常増減額	△ 473,317,674	8,375,908	△ 481,693,582

2020年度 主要競技会日程

2020年7月1日現在

主催・共催競技会			主要競技会			国際競技会		
期日	競技会名	場所	期日	競技会名	場所	期日	競技会名	場所
4月								
5月								
6月								
7月	7/1(水)~	66 全日本中学通信陸上	各地					
8月								
9月	26(土)~27(日)	104 日本選手権混成	長野市営(長野)	11(金)~13(日)	○ 89 日本学生対校	デンカビッグスワン(新潟)		
	26(土)~27(日)	U20全国混成	長野市営(長野)	18(金)~20(日)	★ 68 全日本実業団	藤谷スポーツ文化公園(埼玉)		
10月	1(木)~3(土)	104 日本選手権※	デンカビッグスワン(新潟)	11(日)	○ 32 出雲全日本大学選抜駅伝	島根		
	16(金)~18(日)	51 U16陸上競技大会	日産スタジアム(神奈川)	18(日)	GP 田島記念陸上	維新百年記念(山口)	17(土)	24 世界ハーフマラソン選手権
	16(金)~18(日)	104 日本選手権リレー	日産スタジアム(神奈川)					グデニヤ(ポーランド)
	23(金)~25(日)	36 U20日本選手権	広域公園(広島)	25(日)	○ 38 全日本大学女子駅伝	宮城		
	23(金)~25(日)	14 U18日本選手権	広域公園(広島)	25(日)	GP 北九州陸上カーニバル	北九州市本城(福岡)		
11月				1(日)	○ 52 全日本大学駅伝	愛知・三重		
				22(日)	40 全日本実業団女子駅伝	宮城		
12月	4(金)	104 日本選手権・長距離※	ヤマースタジアム(大阪)	13(日)	'20 長崎陸協競歩	県立総合(長崎)		
	6(日)	74 福岡国際マラソン	福岡	20(日)	39 山陽女子ロードレース	岡山		
	20(日)	28 全国中学駅伝	希望が丘(滋賀)	20(日)	51 防府読売マラソン	山口		
	20(日)	71 全国高校駅伝	京都	30(水)	○ '20 全日本大学女子選抜駅伝	静岡		
2021年	17(日)	39 都道府県対抗女子駅伝	京都	1(金・祝)	69 元旦競歩	東京		
1月	24(日)	26 都道府県対抗男子駅伝	広島	1(金・祝)	65 全日本実業団対抗駅伝	群馬		
	31(日)	40 大阪国際女子マラソン	大阪	31(日)	'21 大阪ハーフマラソン	大阪		
2月	6(土)~7(日)	104 日本選手権・室内競技	大阪城ホール(大阪)	7(日)	70 別大マラソン	大分		
	6(土)~7(日)	'21 日本室内陸上大阪	大阪城ホール(大阪)	7(日)	75 香川丸島国際ハーフマラソン	香川	調整中	15 アジアクロスカントリー選手権
	14(日)	6 全国中学生クロスカントリー	希望が丘(滋賀)	14(日)	32 全日本びわ湖クロスカントリー	希望が丘(滋賀)		香港
	21(日)	104 日本選手権20km競歩	兵庫	14(日)	49 実業団ハーフマラソン	山口		
	27(土)	104 日本選手権クロスカントリー	海の中道海浜公園(福岡)	21(日)	55 青梅マラソン	東京		
	27(土)	36 U20日本選手権クロスカントリー	海の中道海浜公園(福岡)	21(日)	'21 熊本城マラソン	熊本		
	28(日)	76 びわ湖毎日マラソン	滋賀	21(日)	'21 京都マラソン	京都	28(日)	18 アジアマラソン選手権
3月	7(日)	'21 東京マラソン	東京				11(木)~14(日)	U18アジア選手権
	14(日)	'21 名古屋ウィメンズマラソン	愛知	14(日)	○ 24 日本学生ハーフマラソン	東京	19(金)~21(日)	世界室内選手権
	21(日)	'45 全日本競歩能美	石川	21(日)	○ 15 日本学生20km競歩	石川	20(土)	44 世界クロスカントリー選手権
				21(日)	○ 24 日本学生女子ハーフマラソン	島根	21(日)	アジア陸上競技選手権・20km競歩
								クウェート(クウェート)
								南京(中国)
								パース(オーストラリア)
								能美(石川)

調整中 ゴールデンランプリ 調整中 ★=後援競技会、○=協力団体主要競技会 調整中 29 世界競歩チーム選手権 ミンスク(ベラルーシ)
 ※5000m、10000m、3000m障害物は12月4日(金)に別開催。 調整中 ★ GP 木南道孝記念 ヤマースタジアム(大阪) 調整中 5 日中韓3カ国交流 中国開催予定
 調整中 ★ GP Denka Athletics Challenge Cup デンカビッグスワン(新潟) 調整中 18 U20世界陸上競技選手権 ナイロビ(ケニア)
 調整中 ★ 41 全日本マスターズ 福井県福井(福井)

陸上競技活動再開のガイダンス策定のお知らせ

■はじめに

例年であれば全国各地で競技会が開催され、アスリートの活躍に心躍る時季ですが、今年は春から新型コロナウイルス感染症の影響を受けてスポーツ界全体で活動の自粛が続いています。陸上競技の世界でも、アスリート、指導者、陸上競技を支える大会関係者、パートナーやスポンサー、それにファンの理解のもとに、6月末までの本連盟主催・後援大会を中止・延期いたしました。

5月末には全国的に緊急事態宣言が解除され、さまざまな活動が再開へと動きだしました。状況を受け止めながら私たちは今、マスク越しに陸上競技再開の可能性を探り始めたところです。「アスリートがトレーニングの成果を発揮できる場を設けたい」「自分の目標を、日時を含めて具体的に定めた上で、心身の状態を高めたい」という気持ちは、アスリートや指導者であれば、ある意味ごく自然な思いでしょう。一方で、あくまでも慎重に見極めた上でしばらく様子を見るという考え方もあります。スポーツに打ち込む者たちの間では、この時期に来て二つの思いの間で心が揺れています。

私たちが提起しようとしているのは、「最大限の感染防止」と、じわじわと陸上競技を再起動させようという思いを両立させることです。二つをバランスの取れた状態で実現するにはそれなりの覚悟とエネルギー、それに周到な対応が必要です。

競技会を再開するにあたっては多くの障壁に向き合うことが求められます。社会に支えられているスポーツゆえ、関係者の全面的な理解や協力を前提に、感染リスクを軽減させるための取り組みを徹底しなければなりません。始めは極めて慎重に。状況の推移を見極めた上で次のステップへ。求める要件が多いと言うことは、主催する組織にはそれなりの強い意志と実行力があると想定しているからです。

今後も新型コロナウイルス感染症が終息に向かうと言い切れる状況ではありません。だからこそ、慎重に慎重を重ねて検討した上でガイダンスを示し、それを着実に遂行する。これなくしては陸上競技の前進は頓挫してしまいかねないのです。

日本陸上競技連盟は、社会の情勢を敏感に見定め、「陸上競技を大切にす人々の思い」も大切にしながら、皆様とともに強い意志でこの難関を乗り越えていく決意です。

■ガイダンス資料はこちら

<https://www.jaaf.or.jp/news/article/13857/>



■「On your marks」～陸上競技活動再開に向けたメッセージビデオ～

<https://www.jaaf.or.jp/gallery/article/13858/>

新型コロナウイルス感染症に関する陸上競技活動再開のガイダンスの公開に伴い、日本陸上競技連盟を代表して右記6名からのメッセージビデオを作成いたしました。

「自分を大切に、周りを思いやり、共に前へ進もう」



■「On your marks」～スタートするために、今私たちにできることを～

この度、陸上界の再スタートに向けた特設ページを作成し、日本陸上競技連盟から皆様に「今だからこそ伝えたい」コンテンツを掲載しております。ぜひご覧ください。

<https://www.jaaf.or.jp/gallery/article/13858/>



科学委員会研究報告に関して

杉田 正明(日本体育大学)、持田 尚(帝京科学大学)、高松 潤二(流通経済大学)

2019年度における科学委員会の主な活動は、1. U20/U18選手を含むパフォーマンス分析サポート(競技会や合宿などでのパフォーマンス・コンディション分析、データフィードバックなど)、2. アジア選手権、世界選手権での科学的支援活動、3. 東京2020、ポスト2020に向けた活動およびジュニア選手に関する活動(タレントトランスファー、インターハイ、U18,20選手権でのパフォーマンス分析、アンケート調査など)、4. マラソン・競歩の暑さ対策に関する調査研究・支援活動(マラソン夏季研修合宿、競技会や合宿帯同支援など)、5. 科学的データ普及支援(研修会やセミナー開催)などでした。

本委員会では、強化体制のターゲット種目ごとに担当者を配置し、強化現場のニーズをきめ細かく汲み取る体制とし、その成果として、強化現場とのスピード感のある双方向のやり取りによってバイオメカニクス、運動生理学、栄養学及び社会学などの諸科学的な観点からのエビデンスに基づく支援や情報提供、外的要因である気象情報、海外情報等の収集活動も加え様々な活動を委員会メンバー40名で展開しています。

2019年度に実施した上記の活動内容を、科学委員会活動報告として、27編(うち2編は紀要論文として掲載)を掲載することができました。その分野ごとの内訳は、短・中距離5本、リレー3本、ハードル2本、跳躍3本、投擲2本、混成1本、マラソン1本、競歩2本、調査(インターハイ、気象)4本、U20体力測定2本、気象情報2本となっていることから、広範囲かつ多岐にわたる科学的支援・調査活動が展開されていることがわかってい

ただけだと思います。本稿では、この科学委員会活動報告で報告された中から、100m走と走幅跳について、中学・高校生の皆さんにも理解していただけるように解説することとしました。ぜひお読みいただきたいと思います。これからもデータ収集、分析及び集積を通して役立つ情報を提供していく予定ですので、指導者や選手の皆さんにはその内容を理解いただき、選手の育成、強化に活用されることを心から願っています。

国内トップスプリンターは「科学の目」を使って何を振り返っているのか?

(1)「2019年度主要競技会における男子100mのレース分析(大沼ほか、陸上競技研究紀要第15巻131-137ページ)」

■最高速度を高めたい

短距離走は、言わずもがな「より速く」を追求する種目です。レースの構造をスピード変化や技術的観点、そして体力の関わりから区分してみると、スタート、加速、中間疾走、フィニッシュの局面に分けることができます(図1: JAAF 中学校部活動における陸上競技指導の手引き15ページ)。100m走や200m走(図2左と図3上段)、そして400m走においても(山中ほか、陸上競技研究紀要第14巻121、124、125ページ)、レース中の最高走速度とフィニッシュタイムとの間には高い相関関係、つまり2つのデータ間に連動性があることがこれまでの科学委員会の研究によって明らかにされてきました。いっぽう、最高速度出現後に速度低下が余儀なくされますが(中

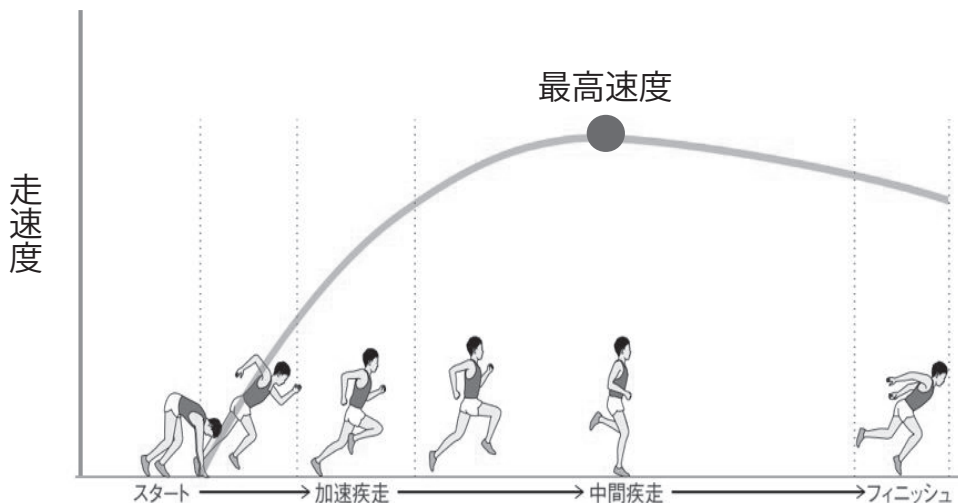


図1 短距離走レースの構造

間疾走)、その速度低下率が低いと、「レース後半に伸びのある走り」と良い評価をされることがあります。しかしながら、走速度低下率とフィニッシュタイムとの間には相関関係がない、または少ないということも分かっています(図2右、図3下)。つまり、速度低下が抑えられているかどうかはフィニッシュタイムの良し悪しと連動性がない、あるいは少ないということになります。

さて、2つのデータの相関関係(連動性)が高い場合、

今回は、「最高走速度」と「フィニッシュタイム」、それらが見かけ上の関係となっていないか、つまり原因と結果の繋がりがその2つのデータから説明がつくのかどうかを考える必要があります(交絡要因の問題)。「最高速度が高まればフィニッシュタイムが速くなる」という因果関係があるのかどうかは相関関係とは別に考える必要があります。そこで、次は個人内でもその関係性があるのかを確認してみたいと思います。図4は、レースご

最高走速度と100m走の記録との間には相関関係(2つのデータの連動性)があります。

いっぽう、走速度低下率と100m走の記録との間には相関関係(2つのデータの連動性)がありません。

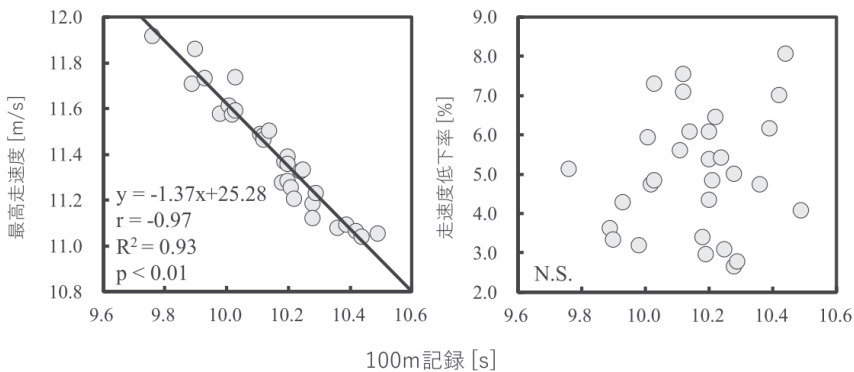


図2 100m走記録と最高速度(m/s)、速度低下率(%)との関係
引用図: 陸上競技研究紀要第15巻134ページの図1

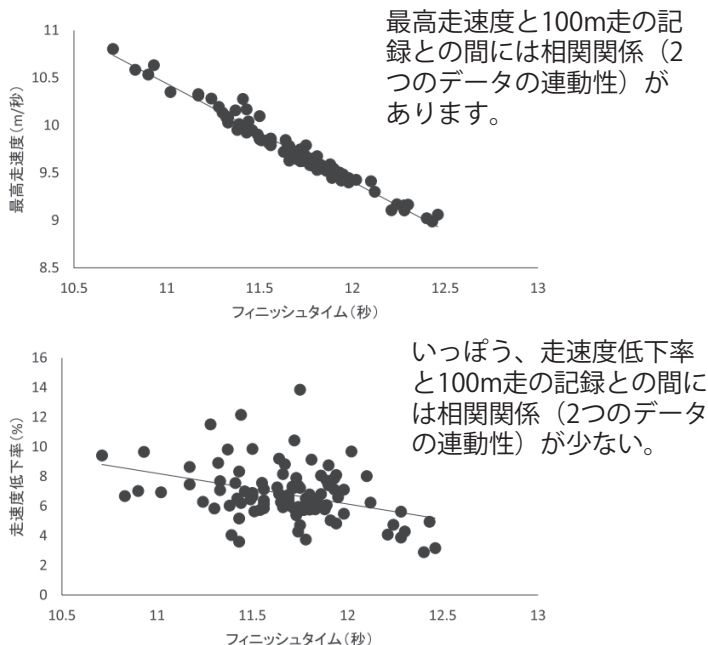


図3 2018年、2019年シーズン女子100mレースにおける最高走速度(上段)および走速度低下率(下段)とフィニッシュタイムの関係
引用図: 陸上競技研究紀要第15巻134ページの図1

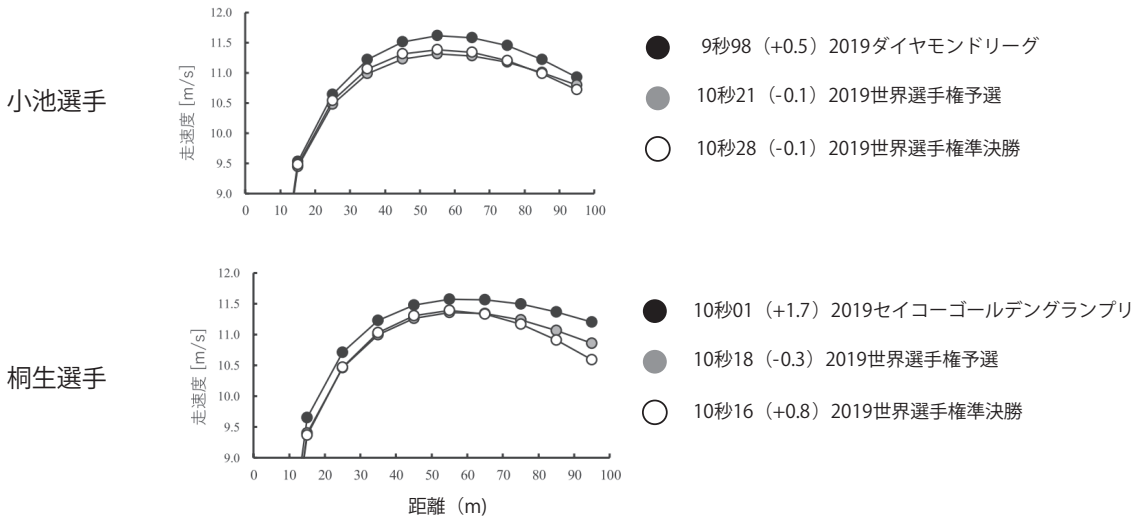


図4 レース毎のスピード曲線個人内比較

とのスピード曲線を個人内で比較したものです。予選レース以外はスタートからゴールまでスピードを緩めず走りきったレースとみなし比較(○と●)してみると、小池選手、桐生選手ともにフィニッシュタイムが良いレースでは明らかに最高速度が高い傾向にありました。時間的経過から考えても最高速度が高い走りをした結果フィニッシュタイムが速くなったと言えます。

最高速度をより高くしていく取り組みは、加速し続けられる区間が長くなることになり、最高速度出現後に残された距離が短くなっていくため、速度低下率を抑えられることが推測されます。短距離走のトレーニングとして最高速度を高めることにこだわることは価値が高いと言えるでしょう。ただし、この加速力を高めるトレーニングは体方面、技術面、さらにはそれらを融合した専門的トレーニングの方法についても未解明の要素が多くあり、日本代表選手たちも工夫に工夫を重ねトレーニングを行っているのが現状です。レースではそのトレーニング成果を「科学の目」で確認をし、振り返り、そしてまた次のトレーニングへと進んでいくのです。実際の練習で最高速度を計測することは現在のところ手軽ではないので、30m通過タイムで加速力を評価してみてもどうでしょうか？ 短い区間で目に見える成果を出すには苦労があるかと思いますが、あくなき挑戦をする皆さんを応援しています。

国内トップの男子走幅跳の助走スピードや踏切準備はどうなっているか？

～「2019年主要競技会における国内男子走幅跳選手の助走最高スピード、踏切前の接地位置と記録の関係(小山ほか、陸上競技研究紀要第15巻238-242ページ)」より～

走幅跳の記録を向上するためには、助走スピードを高めることがとても大切なことは、以前から知られていました。おそらく、走幅跳にとりくんでいる皆さんも助走スピードを上げるためのトレーニングに積極的に取り組んでいると思います。日本陸連の科学委員である小山たちは、毎年、日本や海外のトップ選手の助走スピードをLaveg(ラベグ)という特殊な機器で測定しています。それは、選手に前あるいは後ろから見えないレーザーを当てて(人体に影響はありませんので心配無用です)、Lavegと選手との距離をリアルタイム計測し、[距離/時間]で助走スピードがわかる、という具合です。この方法でトップ選手を何年も追いかけて測定した結果、やはり助走スピードが速いときは記録も良いという関係がわかってきました。図5は、今回紹介する報告書の一部から抜粋・引用させてもらったもの(ある選手の実際のデータ)ですが、横軸は跳躍距離、縦軸は助走の最高スピードです。右肩上がりにデータが分布していることがわかります。つまり、助走スピードが速いと記録も良いということです。これは、ほとんどすべての選手に当てはまります。

ここで生まれる疑問は、「助走スピードさえ速ければ良いのか？」ということです。走幅跳の場合、踏切動作や踏切準備動作も適切でなければ、良い記録を生み出すことはできません。そこで、小山たち科学委員会のメンバーは、ビデオカメラで撮影した映像を使って、踏切4歩前からの助走のステップ距離、つまり歩幅を追跡調査しています。踏切前の歩幅変化は、走幅跳の踏切のよしあしに大きく影響することは経験的にも知られていますので、みなさんもコーチの方から踏切前の歩幅に関する指導を受けたことがあるかもしれません。では、記録が

良かったときと悪かったときで、歩幅に変化は見られるのでしょうか。そのことについて、この報告書では（まだ途中経過の段階ですが）日本のトップ選手のデータを提示しています。例えば、**図6**は、ある選手の踏切1歩前（下の図）と4歩前（上の図）の踏切板からの距離をグラフ上にプロットしたものです。白丸が2017～2018年、黒菱形が2019年のデータです。この選手は、横軸の跳躍距離が良いときほど1歩前は踏切板に近くなり、逆に4歩前は遠くなるような傾向があると気づくと思います。そして、8.30m前後の記録を出した試技では、1歩前がほぼ2mにまで短くなっていることもわかるでしょう。ところが、面白いことにこのような傾向はほか

の選手では見られなかったり、場合によっては逆に1歩前が遠くなったりしていました（報告書にはほかに4名のトップ選手のデータが掲載されています）。この接地位置データは収集し始めの段階ですので、これからさらに数年は継続してデータをとっていくことで新しい何かがわかってくると思いますが、今の段階では、助走の最後のステップの踏み方には、もしかすると個人ごとに最適なやり方があるのかもしれない、という理解にとどめておきましょう。皆さんは、こういったデータも参考にしながらいろいろ試してみても（トップ選手のパターンを真似てみる等）、自分にあった踏切準備を探してみることで、記録向上のカギを見つけられるかもしれません。

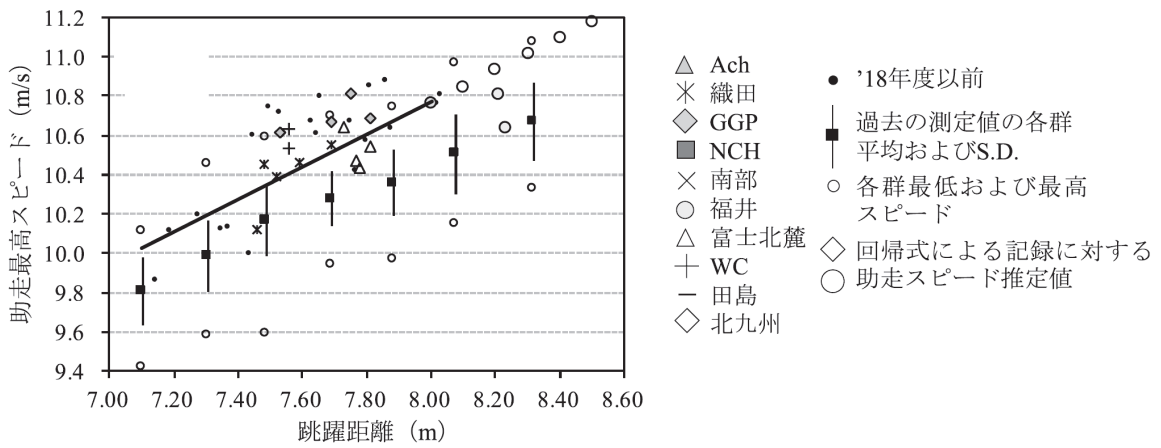


図5 助走最高スピードと跳躍距離の関係（一部抜粋）

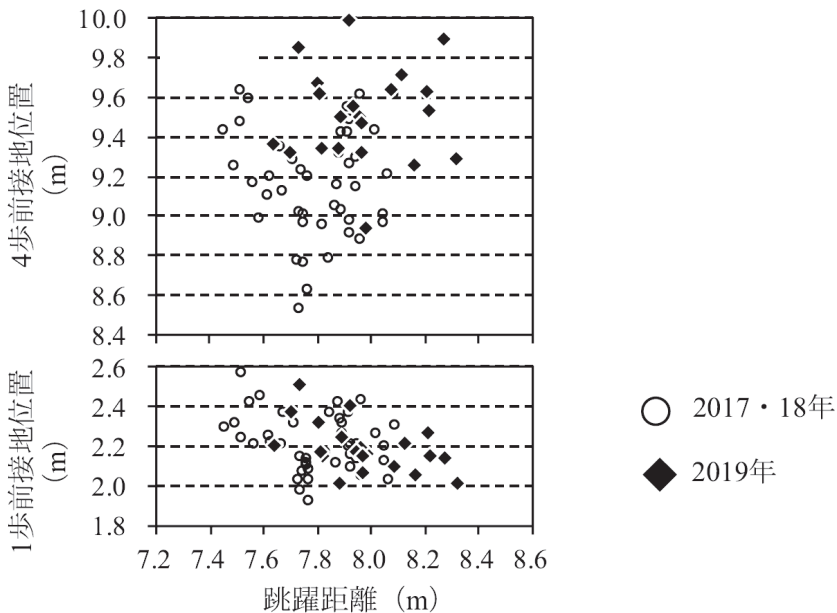


図6 踏切4歩前および1歩前接地位置と跳躍距離の関係（一部抜粋）

2020年度

JAAF公認ジュニアコーチ

(日本スポーツ協会公認陸上競技コーチ1)養成講習会

(文部科学省認定教員免許更新講習会)



開催要項

1. JAAF公認ジュニアコーチ講習会とは

ジュニアコーチ講習会は主にジュニア期のアスリートへの指導を想定し、陸上競技「走・跳・投」の基本技術や指導方法について理解し実践できる指導者の養成を目的とします。

※本講習会は日本スポーツ協会公認スポーツ指導者制度に基づき実施します。
 ※本資格を取得するためには、「スポーツリーダー(共通科目)」「JAAFジュニアコーチ養成講習会(専門科目)」を受講し合格の上、所定の手続きを行う必要があります。

2. 講習概要・料金

(1) 講習日程:各会場3~4日間、1日8~10時間(理論・実技)

(2) 受講料:

共通科目・専門科目受講: 25,000円(税別) + 決済手数料

共通科目免除者: 15,000円(税別) + 決済手数料

免除適用コース承認校在学学生: 10,000円(税別) + 決済手数料

教員免許更新講習受講: 15,000円(非課税) + 決済手数料

※一旦納入された受講料は、理由の如何を問わず返金しません。

※別途、指定テキストの事前購入が必要になります。

※教員免許更新講習のみ受講を希望する場合は、有資格者(日本スポーツ協会公認コーチ1~コーチ4)に限ります。

3. 申込期間・申込方法

申込期間 各会場、開催日初日の8週間前~5週間前まで

申込方法 日本陸上競技連盟HP「ジュニアコーチ講習会申込ページ」より申込

※WEBのみの受付となります。FAX、書類等での受付はできませんので予め承ください。

※共通科目が免除の方も「ジュニアコーチ講習会申込ページ」よりお申込ください。

※お申込には「RUNNET(ランネット)」の登録が必要となります。

【共通科目が免除される条件】

1. すでに日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格を保有している場合。
2. 「免除適応コース修了証明書」を保有している場合。
3. 「免除適応コース承認校」に在籍している場合。
4. その他関連資格を保有している場合。

※詳細は日本スポーツ協会HPをご確認ください。

【教員免許更新講習充当希望の方】

一部対象外の会場があります。詳細はお問い合わせください。

本講習会にお申込みの上、日本陸上競技連盟HP「ジュニアコーチ講習会申込ページ」に記載の「申込書」を各会場開催日の2週間前までにご提出ください。

◆ 開催会場・日程一覧

開催地	期 日	実施会場	申し込み期間
茨城	2021年2月13日(土)、14日(日)、 2月27日(土)、28日(日)	茨城大学(水戸キャンパス)	2020年12月19日(土) ~2021年1月9日(土)
東京①	調整中	味の素ナショナルトレーニングセンター	調整中
東京②	2021年3月19日(金)、20日(土)、 3月21日(日)	味の素ナショナルトレーニングセンター	2021年1月22日(金) ~2月12日(金)
長野	2020年12月 5日(土)、6日(日)、 12月13日(日)	松本平広域公園陸上競技場	2020年10月10日(土) ~10月31日(土)
石川	2021年2月 6日(土)、7日(日)、 2月13日(土)、14日(日)	石川県西部緑地公園陸上競技場	2020年12月12日(土) ~2021年1月2日(土)
大阪	調整中	調整中	調整中
兵庫	2020年12月26日(土)、27日(日)、 2021年 1月10日(日)、11日(月)	ウイング競技場	2020年10月31日(土) ~11月21日(土)
広島	2021年1月30日(土)、31日(日)、 2月13日(土)、14日(日)	東広島運動公園	2020年12月5日(土) ~12月26日(土)
山口	2021年1月 9日(土)、10日(日)、 1月11日(月)	維新みらいふスタジアム	2020年11月14日(土) ~12月5日(土)
高知	2020年11月21日(土)、22日(日)、 11月23日(月)	高知県立青少年センター陸上競技場	2020年9月26日(土) ~10月17日(土)
鹿児島	2020年11月28日(土)、29日(日)、 2021年 2月20日(土)、21日(日)	前半:鹿屋体育大学 後半:ジャパンアスリートトレーニングセンター大隅	2020年10月3日(土) ~10月24日(土)

※2020年5月末現在の情報です。今後の社会状況により変更または中止となる場合があります。詳しくはHPでご確認ください。

※開始時刻は8時~9時、終了時刻は18時~20時を予定しております。(会場によって異なります。)

◆ 本件に関するお問合せ

公益財団法人日本陸上競技連盟 ジュニアコーチ連絡担当窓口

TEL 042-319-2263

Eメール fukyu-info@jaaf.or.jp



大会観戦ガイド

日本陸上競技連盟主催・後援大会の中止・延期一覧

2020年5月28日現在

大会名	開催日	新規・中止・延期(変更日程)
第104回日本陸上競技選手権大会・長距離種目	5月9日	延期(12月4日)
セイコーゴールデンランプリ陸上2020東京	5月10日	延期
第68回全日本実業団対抗陸上競技選手権大会	5月15日～5月17日	延期(9月18日～9月20日)
第66回全日本中学生通信陸上競技大会～アシックスチャレンジカップ～	5月16日～7月31日	延期(7月1日～10月31日)
Denka Athletics Challenge Cup 2020	6月5日～6月6日	延期
2020年日本学生陸上競技個人選手権大会	6月5日～6月7日	中止
布勢スプリント2020	6月7日	中止
第104回日本陸上競技選手権大会・混成競技 第36回U20日本陸上競技選手権大会・混成競技	6月13日～6月14日	延期(9月26日～9月27日)
第104回日本陸上競技選手権大会	6月25日～6月28日	延期(10月1日～10月3日)
第35回サロマ湖100kmウルトラマラソン	6月28日	中止
2020全国高等学校リモート陸上競技選手権大会	7月1日～9月6日	新規
2020函館マラソン	7月5日	中止
秩父宮賜杯第60回実業団・学生対抗陸上競技大会	7月18日	中止
第73回全国高等学校陸上競技対校選手権大会	8月12日～8月16日	中止
第55回全国高等学校定時制通信制陸上競技大会	8月13日～8月15日	中止
第47回全日本中学校陸上競技選手権大会	8月17日～8月20日	中止
第55回全国高等専門学校体育大会陸上競技	8月22日～8月23日	中止
“日清食品カップ”第36回全国小学生陸上競技交流大会	9月20日	中止
第41回全日本マスターズ陸上競技選手権大会	10月2日～10月4日	延期
第75回国民体育大会	10月9日～10月13日	中止
第59回全日本50km競歩高島大会	10月25日	中止
第36回東日本女子駅伝	11月8日	中止
第10回神戸マラソン	11月15日	中止
第10回大阪マラソン	11月29日	中止

JAAF TOCHIGI 一般財団法人栃木陸上競技協会

〒321-0151 宇都宮市西川田6-4-37
株式会社 鈴和 三階
TEL.028-612-8594 FAX.028-612-8549
http://www.jaaftochigi.jp/

栃木県では2022年の第77回国体（いちご一会とちぎ国体）の開催が予定されています。国体のメイン会場となるスタジアムが新たに建設され、収容人員2万5千人規模の日本陸連公認第一種陸上競技場が完成しました。また既存の陸上競技場は第三種基準の第2陸上競技場として再整備されました。新スタジアムのバックストリート側観客席には本県の名産品であるイチゴをモチーフとしたカラーリングの座席に「とちぎ」の文字を配置してあります。新しくなった栃木県のスタジアムで皆様のご来場をお待ちしております。

さて、新型コロナウイルス感染拡大により本県も少なからず影響を受けております。現在のところ8月上旬の競技会開催に向けて準備を進めているところです。各都道府県の皆様におかれましても大変なご苦労をされていることと存じます。本県陸協も感染拡大防止を第一としながら、安全な競技会開催に努めて参ります。



JAAF SAITAMA 一般財団法人埼玉陸上競技協会

〒362-0034 上尾市愛宕3-28-30
上尾運動公園陸上競技場内
TEL.048-771-4248 FAX.048-772-4566
http://sairiku.net/

新型コロナウイルス感染症のため、埼玉県内の4月～7月の競技会はすべて中止・延期となりました。

6月に入り公営の競技場も開放を始め、中学・高校の部活動も徐々にではありますが活動を再開し始めました。埼玉陸上競技協会としても一刻も早い競技会開催を目指しています。日本陸連から6月に出された、「陸上競技活動再開のガイダンス策定」に基づき安全な競技会を目指していきたいと思っております。

最後に9月以降、延期になっていた競技会も正式に決定いたしましたので、紙面をお借りしてご報告いたします。

- | | |
|-----------------|-----------------------|
| 9月5日（土）～6日（日） | パラ日本陸上競技選手権大会 |
| 9月18日（金）～20日（日） | 第68回全日本実業団対抗陸上競技選手権大会 |
| 10月2日（金）～4日（日） | 第75回埼玉陸上競技選手権大会 |

※会場はいずれも、熊谷スポーツ文化公園陸上競技場

（文責：埼玉陸協 総務委員会 木村一也）

JAAF GUNMA 一般財団法人群馬陸上競技協会

〒370-0871 高崎市上豊岡町145-5 今井酒店 気付
TEL.027-345-7790 FAX.027-345-7791
http://gold.jaifc.org/gunma/index.html

2020年度シーズンは、順調なスタートとはなりません。新型コロナウイルス感染防止対策として、中止となった競技会が、ありました。いよいよ7月からやっと競技会が開催できるようになりましたが、感染予防対策をしっかり施した上での開催となり、今までにないことをする必要が出てきました。具体的には、各自その日の健康状態を報告してもらい、だれがその施設を利用したかわかるようにする。個別の検温、使用箇所の消毒作業、換気のできない場所での密集を防ぐ等さまざまなことが必要です。選手や審判の方が安心して競技や審判業務にあたるように配慮することはもちろん、各自が感染を拡大させないよう考えることが必要になりました。いままでは以上に、選手の動線や報道関係者との対応、大会関係者の動きについても規制がかかります。やはり選手には応援が必要ですが、現状では、規制せざるを得ません。しかしながら、誰も経験したことのない状況でも当然ながら選手が最高のパフォーマンスを発揮できるように競技会運営が必要です。試行錯誤とは言って要らませんが、考えうる最大の努力をしたいと思います。日本陸連には、各地の大会における事例をあつめ、発信してもらいたいと思います。

文末になりますが、群馬陸上競技協会元副会長 今泉武昭様が、ご逝去なさいました。氏のご冥福を心よりお祈り申し上げます。

（文責：副理事長・総務委員長 永井正樹）

JAAF CHIBA 一般財団法人千葉陸上競技協会

〒263-0011 千葉市稲毛区天台町323
千葉県総合スポーツセンター内
TEL.043-252-7311 FAX.043-252-7314
http://www.jaaf-chiba.jp/

新型コロナウイルスに感染された方にお見舞い申し上げますとともに、亡くなられた方のご冥福を心よりお祈り申し上げます。また、日々感染に立ち向かう医療関係者の皆様に感謝申し上げます。

日本陸上競技連盟の主権大会が中止、延期となるなか、本協会も7月までの主権大会はすべて中止、延期の対応を取りました。中学と高校の3年生の皆さんの最後の出場機会を奪う形となりましたが、4～5月の状況からはやむを得ない対応でした。

緊急事態宣言が解除となり、本協会も8月から競技会を再開します。8月上旬開催の第66回全日本中学生通信陸上競技大会千葉県大会と、同じく2020千葉県高校陸上競技会では、ともに3年生の出場が可能です。また、8月下旬には第73回千葉県陸上競技選手権大会を開催します。感染防止のため制約の多い大会となりますが、参加選手及び審判員大会関係者の安全を第一に運営をしております。

残念ながら本年の国民体育大会は延期となりましたが、次年度に向け強化事業も開始します。個別のトレーニングから組織的な強化トレーニングへと移行し、次年度の上位入賞を目指します。

昨年10月から行われていた千葉県総合スポーツセンター陸上競技場の改修工事も完了し、使用可能となりました。競技用具の更新も進み、今年開幕競技会は競技場のリニューアル記念大会となります。厳しい状況は変わりませんが、今後希望をもって競技会運営、競技の普及、選手の育成強化に尽力したいと思います。

（文責：専務理事 木内俊秀）

事務局からのお知らせ

◆◆応募総数約1200点、陸上写真がSNSを埋め尽くした！「陸上フォトコンテスト～夢と希望あふれる1シーン～」
アスリート審査員が選んだ受賞作品が決定!!◆◆

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため日本各地で大会の中止や延期が続いていた中、競技場で再会できる日、そして陸上競技を心から楽しめる日に向けて、「陸上フォトコンテスト～夢と希望あふれる1シーン～」を、写真の日である6月1日より開催し、受賞作品の発表を行いました。応募総数は約1,200作品にのぼり、SNS（Twitter・Instagram）が「陸上」にまつわる沢山の写真で埋め尽くされた賑やかなイベントとなりました。

アスリート審査員6名からの、各部門最優秀賞へのコメント動画も掲載しておりますので、作品と共に楽しみください。

<http://www.jaaf.or.jp/photo-contest/2020/>



◆◆「難しすぎる陸上クイズ」第4弾-日本選手権編-

～難しすぎる陸上クイズ-日本選手権編- 目指せ！クイズ界のナンバーワン～◆◆

6月25日（木）～28日（日）に開催を予定しておりました「第104回 日本陸上競技選手権大会」の開催は10月1日（木）～3日（土）デンカビッグスワンスタジアム（新潟）の開催へと延期となりました。

10月に開催される日本選手権を少しでも楽しんでいただけるよう、「難しすぎる陸上クイズ 第4弾-日本選手権編-」をご用意いたしました。今年で104回を迎える本大会の歴史やこれまで活躍してきた選手も続々と登場します。是非挑戦してみてください！

<https://www.jaaf.or.jp/news/article/13871/>



陸連時報編集委員

◇編集委員

横川 浩（陸連会長）
友永 義治（陸連副会長）
八木 雅夫（陸連副会長）
尾縣 貢（陸連専務理事）
麻場 一徳（陸連強化委員長）
風間 明（陸連事務局長）
牧野 豊（陸上競技マガジン編集長）

◇時報編集室責任者

大嶋 康弘
◇時報編集担当
繁田 進
石塚 浩
木越 清信
宮田 宏
石田 夢

陸連時報編集室

〒160-0013
東京都新宿区霞ヶ丘町4-2
JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 9階
日本陸上競技連盟内
TEL：050-1746-8410
FAX：050-3588-1869