



平成33年

四日市に

国体が

やってくる

特集

平成33年国体に向けて

サッカー

四日市で
8種目
開催！

体操・新体操

野球



いろいろな
競技を
応援しよう！

平成33年に、第76回国民体育大会(通称「国体」)が三重県で開催されます。

本市でも8種目の競技が行われることが決まっており、新たな体育館やサッカー場、テニスコート、野球場などの施設整備をはじめ、国体に向けて準備を進めているところです。

一方で、毎年さまざまな種目で全国レベルの実績を上げている本市のチームや選手の活躍も、大いに期待されます。

国体に向けて、みんなで本市のスポーツを盛り上げていきましょう。





国体って
どんなもの？

愛称は
「三重とこわか国体」

国体は、各都道府県の持ち回りで毎年開催されている、国内最大のスポーツイベントです。

三重県での開催は、昭和50年以來46年ぶりとなり、大会の愛称は、「三重とこわか国体」※に決まりました。

※「とこわか」には「常に若々しく」という意味が込められています

四日市で
何をやるの？



インターハイも開催！ 盛り上がる四日市のスポーツ

国体の競技種目のうち、サッカー、テニス、体操(体操競技・新体操)、自転車(トラック)、軟式野球、カヌー(スプリント)、空手道、ゴルフの8種目が本市で行われます。

また、国体開催の3年前となる平成30年には、全国高等学校総合体育大会(通称「インターハイ」)が、三重県をはじめとした東海地区で開催され、サッカーとテニスの2種目が本市を会場に行われます。

国体やインターハイという大きな大会が開催されることで、選手の育成はもちろん、全国からの選手の受け入れや、全国レベルの競技観戦などを通し、さまざまな面から本市のスポーツ振興につながる事が期待されます。

フレ～！
フレ～！

出場目指して
がんばるぞ～



将来を見据えた 施設整備を進めます

国体・インターハイ開催に向けて

国体やインターハイという全国レベルの大会開催に当たり、本市は、交通の利便性や宿泊施設などの面で、たくさんの選手や観客を迎えるための条件が整っているといえます。

一方で、市内のスポーツ施設は、建物や設備が老朽化しているものも多く、現状では、規模や機能の面で全国レベルの大会に対応できないため、今後、国体・インターハイに対応した競技場を整備します。

多くの市民が利用できる施設に

スポーツに対する市民の皆さんのニーズは多様化しており、また、プロスポーツ観戦など「観るスポーツ」への関心も高まっています。

今後、国体・インターハイ開催に向け、施設整備を行いますが、大会開催後も多くの市民がこれらの施設を利用でき、また、その後も全国レベルの大規模な大会を誘致できるよう、将来を見据えた計画的な整備を進めていきます。

中央 緑地

体育館を新設 多彩な 室内競技の拠点に

中央緑地体育館に代わる新体育館を現在の野球場の位置に整備します(野球場は霞ヶ浦緑地へ移設)。

新体育館は、国体の施設基準を満たした十分な広さと機能を備えるとともに、併設する第2体育館と一体的に利用することができ、多様な競技種目で全国・東海レベルの大会開催が可能になります。

また、多人数から少人数まで幅広い活動に柔軟に対応した施設となり、市民の皆さんにとっても活用の幅が広がります。



新体育館イメージ図



人工芝のサッカー場を新たに3面整備 (既存と併せて4面のフィールドが連なります)

既存の陸上競技場内のフィールドをメインコートとし、それに隣接するよう、新たに3面の人工芝サッカー場を整備します(うち1面は陸上競技場のサブグラウンド機能も完備)。

高校や社会人の全国大会やリーグ戦の開催が可能になるとともに、全国の強豪校との交流試合を通じた地元選手の一層の育成なども期待できます。



サッカー場イメージ図

霞ヶ浦 緑地

硬式もできる 野球場を新設

新体育館の整備に伴う中央緑地からの移設先として、霞ヶ浦第1、第2野球場に隣接した場所に、硬式野球もできる野球場を新設します。

これまで以上に全国レベルの大会開催が可能となるとともに、学童野球など、市民レベルでの利用の機会も見込まれます。



野球場イメージ図



テニスコートイメージ図



16面のテニスコートを整備

全国大会やプロトーナメントの誘致を想定し、新たに16面のコートを整備します(うち8面は屋根付き)。

観覧スペースも備えるほか、コート面は世界的に最も普及しているハードコート※とすることにより、国際大会を含む大規模な大会の開催が可能となります。

また、市民もコート利用の選択肢が増えるとともに、現状、飽和状態にある三滝テニスコートの利用が緩和されることも期待されます。

※セメントやアスファルトの上に、化学樹脂がコーティングされたコートで、近年国内でも増えつつあります



オリンピックのキャンプ地誘致にも取り組んでいます!

国際基準を満たした施設があれば、さまざまな可能性が広がります。市では、平成32年東京オリンピック・パラリンピックで、テニスや、体操をはじめとする室内競技の選手が、試合前の練習のために本市に来てもらえるように取り組んでいます。

大きな舞台で 試合がしたい!



全国優勝も果たした
未来の国体世代
あきと
向田 旭登さん
(小学6年生)

この先もレスリングを続け、将来は大きな大会に出たいです。四日市でも大きな大会が開かれたらいいと思います。

いい環境で市民スポーツを楽しみたい!



バドミントンの練習をする
「四日市クラブ」の皆さん

国体を契機に新しい施設ができることは楽しみです。いい設備で練習ができ、いい環境で市民バドミントン大会のような大会ができれば、私たちもモチベーションが上がります。

活躍を期待! 四日市のチーム



テニス

四日市工業高等学校 男子テニス部

全国大会で三冠達成

昨年度、国体、インターハイ、全国選抜高校テニス大会の3つの全国大会で団体優勝を成し遂げました。この三冠は公立高校では初めての快挙であり、今後の活躍から目を離せません。

島袋 将さん(左)、鈴木 保貴さん(右)

高校生最後の国体は優勝で終わりたいですね。一人ひとりが明るく、真剣で、負けず嫌いなところが、チームの強みです。



アーチェリー

四郷高等学校 アーチェリー部

狙う的は日本一

世界で活躍する選手も在籍し、今年のインターハイでは団体で準優勝。さらに今年の国体では東海ブロック優勝を果たし、9月末の本選で日本一に挑みます。(本稿執筆は本選前)

伊藤愛子さん(左)、上田紗安羅さん(中)、白木芹佳さん(右)

私たちが日本一になることで、周りでもアーチェリーに興味を持つ人が増えて、盛り上がるきっかけになれば嬉しいです。



柔道

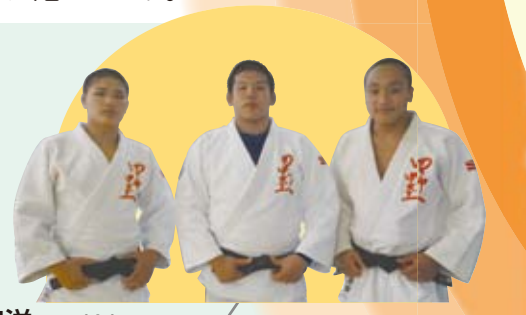
四日市中央工業高等学校 柔道部

意識を高く持って

インターハイ出場は今年で7年連続となり、これまで多くの選手が上位に入賞しています。団体でも個人でも、常に高い目標を掲げる強豪校です。

弓矢 晃奨さん(左)、山口 陸人さん(中)、原田 和洋さん(右)

部員全員が「意識を高く」をモットーに、互いに競い合い、助け合いながら、目標に向かって取り組んでいます。



自転車

朝明高等学校 自転車競技部

目標に向かってペダル全開

国体総合優勝をはじめ多くの結果を残し、プロも輩出する自転車競技の名門チームが掲げる目標は、「強い選手である前に、一人前の人間になる」ことです。

武雄龍人さん(左)、山本光洋さん(右)

「全力」と「元気」が売りです。どんな時にも「自転車を楽しむ」ことを忘れずに、これからも結果を残していきたいです。



まちを元気に!

皆さんの応援が
励みになります



サッカー

四日市中央工業高等学校 サッカー部

名実ともに全国区

「四日市」と聞くと、まず四日市中央工業のサッカーを連想する県外の人も少なくありません。全国大会で優勝3回、準優勝3回の実績を誇る名実ともに全国区のチームです。

森島 司さん(左)、三輪 輝^{こう}さん(右)

練習の量と質はどこにも負けません。全力プレーを通して、見ていただく皆さんに元気が伝わればいいなと思っています。



ウエイト
リフティング

四日市工業高等学校 ウェイトリフティング部

今年は圧巻の活躍

全国レベルの強豪校ですが、特に今年のインターハイでは、3人が6種目で優勝し、全体で12種目で入賞しての団体優勝という圧巻の活躍を見せてくれました。

古屋敷拓也さん(左)、川村正輝さん(中)、小野平伍さん(右)

声を掛け合い、いい雰囲気を作って練習しています。インターハイ2連覇を目標に、チームの強さを保っていきたいです。



バスケット
ボール

四日市商業高等学校 女子バスケットボール部

確かな実力はさらに上昇中

昨年は全国高校選抜大会でベスト8の快挙を果たし、今年は全日本総合選手権(来年1月)につながる県大会で企業や大学の強豪を下して優勝するなど、実力上昇中です。

高田未来^{みらい}さん(左)、平末明日香^{ひらすえ}さん(右)

体が小さい私たちですが、スピードは負けません。持ち前の走りとディフェンスに磨きをかけ、全国ベスト4を目指します。



体操

相好体操クラブ

未来のメダリスト育成も

全日本選手権に出場する一流選手が多数在籍する県下随一のチームです。また、現役選手が、未来のメダリストを育てるべく、直接子どもたちの指導も行っています。

小泉 和照さん(左)、佐藤 亘さん(右)

私たち選手と教え子たちが、ともに世界に羽ばたくことが目標です。たくさんの人に体操の素晴らしさを知ってほしいです。



全カ
プレ
で

お酒で困っていませんか？

アルコール依存症とは？

長期・多量の飲酒によって脳が変化した状態がアルコール依存症です。このため、長期・多量飲酒をすれば、誰にでも生じる病気です。

本人は、依存症になっていることを認めない傾向にあるため、「否認の病」ともいわれます。

あなたの飲み方をチェック！[CAGE法]

過去に次の経験がありましたか？

- ①飲酒量を減らさなければならぬと感じたことがありますか ある ない
- ②他人があなたの飲酒を非難することで、気にさわったことがありますか ある ない
- ③自分の飲酒について、悪いとか申し訳ないと感じたことがありますか ある ない
- ④神経を落ち着かせたり二日酔いを治したりするために「迎え酒」をしたことがありますか ある ない

1項目の人は、「節酒が必要」
2項目以上の人は、「アルコール依存症」の疑いがあり、アルコール依存症となれば、断酒が必要です。

かすみがうらクリニックの猪野先生に聞きました

Q. 飲酒による心身への影響は？

A. 長期にわたる飲酒は、高血圧やがんのリスクを高めます。アルコールに関連するがんは、口腔、咽頭、喉頭、食道、大腸、肝臓のがん、女性の乳がんです。他に、多くの臓器障害や転倒・転落による外傷などを生じます。
また、アルコール依存症はもちろん、うつ病、認知症などがあります。これらの健康障害に関連して、自殺、飲酒運転、DVなどを生じます。

Q. アルコール依存症の症状は？

A. 長期・多量の飲酒によって脳に変化が生じた結果、アルコールが切れると、イライラや不安、不眠、発汗、手指の振戦（震え）、吐き気、頻脈などが生じます。ひどくなると幻視やけいれん発作が起こります。これらの不快な精神状態を無くそうとして、さらに飲酒するようになります。

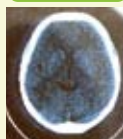
Q. アルコール依存症の治療は…

A. 「断酒」ができるようになることを目指します。専門医療機関を受診し、本人や家族が依存症について正しく知ることや、断酒会などの自助グループに参加して同じ悩みを持つ当事者や家族と話し合い、サポートを受けながら断酒に向けて取り組むことも有効です。



かすみがうらクリニック
副院長 猪野 亜朗先生

正常な脳



アルコール多飲による脳萎縮



脳萎縮は断酒によって回復していきます

皆さまに一言！

今の医学では、飲み始める時、誰がアルコール依存症になるかを予測することはできません。それだけでなく、飲酒にはさまざまなリスクを伴うことを理解しておきましょう。

四日市には全国に先駆けた連携組織「アルコールと健康を考えるネットワーク」があり、アルコール問題に早期に対応できるように取り組んでいますので、市民の皆さまのご支援をお願いします。

精神科医師による アルコール関連問題の相談

日時 11月11日(水)
10:00～12:00/13:00～16:00
場所 総合会館7階 相談室
11月6日までに要予約(先着順)

知恵の宝庫 図書館へようこそ

10月27日～11月9日は読書週間です。読書の素晴らしさを知ってもらうきっかけとして、市立図書館をぜひ利用してください。皆さんが読みたい本に出会えるよう、たくさんの本をそろえてお待ちしております。

蔵書数43万冊

現在、約43万冊の蔵書があります。その中には、いろいろな分野の本があるので、今まで興味なかった分野の中から思わぬ発見ができるかもしれません。

年間2万冊の新刊

図書館には、毎週約400冊の新刊が入ります。書架に分類されて並んでいる本以外に、約200種類の新聞や月刊誌などもあります。閲覧用のソファで、ゆっくり読んでいただくことができます。



新刊コーナーと閲覧用ソファ

子どもに優しい児童室

児童室は、子どもたちが自分自身で本が選べるように、書架が低く配置されています。椅子やテーブルも多く並べるなど、手に取った本をその場で楽しめるように工夫しています。



読みたい本に出会える

調べたい、読みたいと思ったとき、自分自身で探すこともできますが、図書館司書に相談して探すこともできます。

館内パソコンで検索

図書館内にある検索端末で、探したい本のタイトル、著者名などを入力すると、その本があるかどうか、また借りられるかどうかなどがすぐ分かります。

自宅で検索

携帯電話で、右のQRコードを読み込むと、蔵書検索サイトにつながるので、簡単に探すことができます。



図書館司書に相談

読みたい本のタイトルが分からない、調べたい内容が書いてある本が分からない、こんなときは、レファレンス・サービスをご利用ください。図書館司書が、本探し、本選びのお手伝いをします。

例えば

「陶芸」について調べたいと思ったら

「陶芸」と一言と言っても、「作りたい」のか「鑑賞したい」のか「産地や種類を調べたい」のかで、本の種類が異なります。図書館では、いろいろな分野の本をそろえています。図書館司書は、皆さん一人ひとりの希望を聞きながら、要望に合った本を紹介させていただきます。本探しに困ったら、お気軽に図書館司書に相談してください。



カウンターにあるレファレンス・コーナー

開館時間 火曜～金曜日 9:30～19:00
土曜・日曜日・祝日 9:30～17:00
休館日 毎週月曜日、第2・4火曜日、
年末年始