

# 2007.8

向日葵や 歓声上がる 競技場

# スタジアム

KAGAWA PREFECTURAL MARUGAME STADIUM



全日本中学校通信陸上競技香川大会（7月7・8日）

## ☆☆ イベント情報 ☆☆

### 8月の行事案内

- 高校サッカーフェスティバル（国体少年選抜）  
4日(土)～6日(月)
- 西日本高校サッカーフェスティバル  
8日(水)～10日(金)
- IAAF世界陸上大阪大会 北欧4カ国事前合宿  
12日(日)～27日(月)
- カレッジサマーフェスティバル 28日(火)～30日(木)

### 9月の行事案内

- 中讃地区陸上競技選手権大会 1日(土)～2日(日)
- 香川県障害者スポーツ大会 8日(土)
- 四国新聞社杯U-15選手権決勝戦 16日(日)
- 香川県高校新人陸上競技大会 22日(土)～23日(日)
- 徳島ヴォルティス vs サガン鳥栖（J2リーグ戦）  
26日(水)
- 香川陸協第1回記録会 29日(土)～30日(日)

\*平成19年度の年間行事予定と変更になっている箇所がございます。ご注意ください。

# ジョギング教室参加者募集

明るいナイター照明の下、ベテランから初心者まで一人一人の目標やペースにあったジョギングを楽しんでいくクラスです

実施時間	9月	27日	<b>申し込み方法</b> ・丸亀競技場に備え付けの申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えてお申込みください。 ・受付時間は9:00~20:00です。電話による申込み、予約はできません。なお先着順で受け付けます。 ※①申込者1人が1回につき、1人の受講者の申込みをするものとします。 ②受講者2人以上の申込みをしようとする場合は、まず、1人の申込みを終え、その時点で他の者が順番を待っているときは、その最後尾に位置するものとします。
	10月	4日、11日、18日、25日	
	11月	1日、8日、15日、22日、29日	
	上記の木曜日、19:00~21:00		
対象	一般男・女		
定員	50名(先着順)※①②		
受付開始	8月27日(月)9:00~		
参加料	2,400円(保険料別途必要)		

- スポーツ安全保険に加入希望の方は、別途、保険料(一般の方対象の教室1500円)が必要です。  
 なお、この保険に加入された場合、丸亀競技場で開催される一般の方対象のスポーツ教室すべてが補償の対象となります。(加入年度に限る。)詳細、手続きについては管理事務室までお問い合わせください。

## トピックス

### ☆日本代表選手に綾真澄選手(丸善工業)が選ばれました☆



6月29日(金)~7月1日(日)の3日間、大阪市長居陸上競技場にて日本陸上競技選手権大会が開催され、県内の出場選手の中から、女子ハンマー投で綾真澄選手が63m43を投げ、5度目の優勝の栄冠とともに、大阪で行われます世界陸上の代表選手に決定いたしました。今回の出場で、世界陸上には3回目の出場となります。過去2度の実績で達成できなかった予選突破と、日本記録の更新に期待がかかります。注目のハンマー投は8月28日(火)に予選、30日(木)に決勝が行われる予定です。

#### J2リーグ戦第42節

#### 徳島ヴォルティスvsサガン鳥栖

9月26日(水)19:00~当競技場におきまして、徳島ヴォルティスvsサガン鳥栖の一戦が行われます。そこで、当日に行われますサッカー教室に参加していただくお子様とゲーム前に選手と手をつないで入場するエスコートキッズを大募集いたします。

参加ご希望のお子様は、以下の要項でお申し込みください。

##### ☆サッカー教室☆

日時：9月26日(水)  
 集合16:30 開始17:00(1時間程度)  
 対象：小学生  
 定員：100名

##### ☆エスコートキッズ☆

日時：9月26日(水)  
 集合18:30 解散19:30(1時間程度)  
 対象：幼稚園~小学生  
 定員：22名

官製はがきに①参加するお子様の名前、②お子様の年齢(学年)、③住所、④電話番号、⑤学校(幼稚園名)、⑥保護者の承諾サインを記入の上、「9/26サッカー教室」係、または「9/26エスコートキッズ」係まで郵送ください。8/31(金)必着とさせていただきます。なお、当選者は発送をもって発表とかえさせていただきます。

#### サッカー教室&エスコートキッズ 参加者募集!!

4月1日から指定管理者が香川県立丸亀競技場を管理・運営しておりますが、いったいどんな会社なのかちょっとここで紹介を…

第3回目は太平ビルサービス株式会社です。



太平ビルサービス株式会社は当競技場内にあります設備の維持・管理、そして場内の清掃を主に行っております。

お客様が快適に当競技場をご使用いただくために、空調設備の点検やボイラーの点検、また夜間の照明などの点検は日々の欠かせない業務になっております。

皆様の縁の下の力持ち的な存在になれるよう、今後も太平ビルサービスを宜しく願いいたします。

## 競技場の話し

～ 知って得する豆知識 ～

105

### 夏場のジョギング

#### 脱水から熱中症は起こしやすいー体調が悪いときは休もうー

健康づくりに人気の高いジョギングですが、夏は脱水を起こしやすくなります。とくにお年寄りや子どもは注意が必要です。

#### ●早朝より夕方に

脱水が怖いのは、熱中症を起こす可能性が高くなったり、血液の濃度が増して心筋梗塞（こうそく）や脳梗塞を起こしやすくなったりする点です。

基本的な予防対策として、東京慈恵会医科大学の鈴木政登助教授（臨床検査医学）は、

- ①寝不足や過度の飲酒、疲労感があるなど、体調が悪いときにはやらない
- ②のどが渇いたときには無理せず水分を補給する
- ③時間帯を選ぶ

の3点を挙げています。

「体調が悪いときは、季節を問わず無理すべきではありませんが、汗をかきやすい夏場は、さらに体に負担を強いるので避けるべきです」と鈴木助教授。

体調が良くても、のどが渇いたときには我慢してはいけません。「のどが渇くのは、体内の水分が不足しているというサインなので、公園の水飲み場などで水分を適度に補給するといいいです。高齢者はのどの渇きを自覚しにくいので、ジョギングをする前にコップ1杯ほどの水を飲み、ジョギング中も少しづつ補給した方がいいでしょう」

時間帯は、炎天下を避けるのが原則です。だからといって涼しい早朝に変えるのは逆効果になります。

「普段から早朝のジョギングを習慣にしている人は問題ありませんが、そうでない場合は体の準備態勢が整っていないので、事故に結び付きやすくなります。むしろ夕方の涼しい時間帯を選ぶように」と、鈴木助教授はアドバイスしています。

参考文献 あなたの健康百科 <http://www.medical-tribune.co.jp/kenkou/kenkou-index.htm>

## 全日本中学校通信陸上競技香川大会 結果

以下の選手が全国大会の標準記録を突破いたしました♪

- |       |      |    |    |       |       |       |
|-------|------|----|----|-------|-------|-------|
| ・男子2年 | 100m | 岡  | 雄大 | ・男子共通 | 棒高跳   | 大久保大輔 |
| ・男子共通 | 400m | 藤島 | 太一 | ・女子1年 | 1500m | 向井 紗季 |
| ・男子共通 | 110H | 岡  | 雄大 |       |       |       |

# 8月の行事予定

(7月20日現在)

日	曜日	行 事	個 人 利 用 (○印は9:00~21:00利用可)			トレーニング ル ー ム 利用者講習会
			競 技 場	補助競技場 ※9:00~19:00	トレーニング ル ー ム	
1	水		○	○	○	●
2	木	小学生陸上教室 I ⑤	○	○	○	-
3	金	小学生フットサル教室④	9:00~15:00 17:00~21:00	○	○	-
4	土	高校サッカーフェスティバル (国体少年選抜)	17:00~21:00	17:00~19:00	○	-
5	日	高校サッカーフェスティバル (国体少年選抜)	17:00~21:00	17:00~19:00	○	●
6	月	高校サッカーフェスティバル (国体少年選抜) 小学生陸上教室 I ⑥	17:00~21:00	17:00~19:00	○	-
7	火	西日本中央連携軸サッカー大会 小学生フットサル教室⑤	17:00~21:00	17:00~19:00	○	-
8	水	西日本高校サッカーフェスティバル	17:00~21:00	17:00~19:00	13:00~21:00	-
9	木	西日本高校サッカーフェスティバル 小学生陸上教室 I ⑦	17:00~21:00	17:00~19:00	○	●
10	金		○	○	○	-
11	土	西日本高校サッカーフェスティバル	17:00~21:00	17:00~19:00	○	-
12	日	IAAF世界陸上大阪大会 北欧4カ国事前合宿	×	×	×	-
13	月		×	×	×	-
14	火		×	×	×	-
15	水		×	×	×	-
16	木		×	×	×	-
17	金		×	×	×	-
18	土		×	×	×	-
19	日	交流競技会	×	×	×	-
20	月		×	×	×	-
21	火		×	×	×	-
22	水		×	×	×	-
23	木		×	×	×	-
24	金		×	×	×	-
25	土		×	×	×	-
26	日		×	×	×	-
27	月		×	×	×	-
28	火	カレッジサマーフェスティバル 小学生フットサル教室⑥	19:00~21:00	17:00~19:00	○	-
29	水	カレッジサマーフェスティバル	17:00~21:00	17:00~19:00	○	-
30	木	カレッジサマーフェスティバル	17:00~21:00	17:00~19:00	○	●
31	金	小学生フットサル教室⑦ エアロビクス教室①	9:00~15:00 17:00~19:00	○	9:00~19:00	-

- ・8月は補助競技場の利用時間が19:00までとなります。
- ・この行事予定は、変更になることがありますので、ご了承ください。

## ◎ トレーニングルーム利用者講習会

区 分	受付時間	実施時間
午前の部	9:55~10:00	10:00~11:30
夜間の部	18:55~19:00	19:00~20:30

※トレーニングウェアと室内用シューズを準備してください。  
 ※トレーニング利用料金 大人300円 中学生150円 が必要です。

スタジアム 第119号  
 毎月20日発行  
**香川県立丸亀競技場**  
 〒763-0053 丸亀市金倉町830  
 TEL 0877-21-5800  
 FAX 0877-21-5801