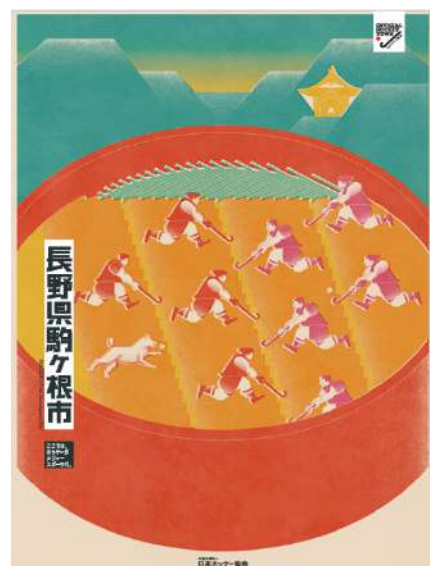




夢見るホッケー教室 in ホッケータウン長野県駒ヶ根市 実績報告書

- 趣 旨** 全国のホッケー未経験者やホッケー経験者に対して、ホッケー競技の普及と競技力向上のため、ホッケーオリンピックや元日本代表選手より、ホッケーの楽しさを伝えると共に、世界へ羽ばたく選手の育成につなげる。
- 主 催** 公益社団法人日本ホッケー協会
- 共 催** 長野県ホッケー協会、駒ヶ根市ホッケー協会
駒ヶ根市、駒ヶ根市教育委員会
- 協 賛** 塚田理研工業株式会社、日進乳業株式会社
日本発条株式会社、日本シャフト株式会社
ナパック株式会社、株式会社ヤマウラ、和信化学工業株式会社
(敬称略 50音順)
- 開催日** 令和7年8月30日(土)
 - ① 9:00~11:30 小学生(経験者/未経験者) **29名**
 - ② 13:00~16:00 中学生・高校生(経験者/未経験者) **28名**令和7年8月31日(日)
 - ③ 9:00~11:30 幼児~小学生(未経験者のみ) 親子参加OK **32名**
→Free解放
- 開催場所** ふるさとの丘アルプスドーム
- 講 師** 海住 なぎさ(旧姓:林 / ロンドン、リオオリンピック代表)
大場 陽成(日本代表候補選手 / フリークス東京)
小林 久留海(ソニーHC BRAVIA Ladies)
平光 杏衣(U21 日本代表候補選手 / ソニーHC BRAVIA Ladies)



○教室内容

<8月30日(土) 9:00~11:30 小学生(経験者/未経験者)>

9:00 開会式

9:10 w-up (ゲーム感覚で体を動かす)

↓

★未経験者

9:20 ホッケーのルール

デモストレーション

9:30 スティックの持ち方 (ドリブル)

9:40 ドリブル体験

10:00 シュート体験

10:30 ゲーム

11:00 エキシビジョンゲーム

11:20 ジャンケン大会、写真撮影

11:30 終了

★経験者

9:20 ストローク練習

・体の正面で止める

・スティックの面を開かない

・ワンタッチで打てる位置に落とす

9:50 3D スキル

(右抜き、左抜きからの3D)

・低い姿勢を意識する

・体の真ん中であげる

10:10 見分けるドリブルシュート

・状況判断を早くする

・状況判断をした後のドリブルをスピードアップする(強弱をつける)

10:30 ゲーム

11:00 エキシビジョンゲーム

11:20 ジャンケン大会、写真撮影

11:30 終了

<8月30日(土) 13:00~16:00 中学生・高校生(経験者/未経験者)>

13:00 開会式

13:10 各自 w-up

13:20

中高生 女子

①パス&レシーブ(四角形)

取りやすい球を強く正確に出す。パスを出したら
すぐに次のポジションを取る。

②シュート

打ちやすいところにボールをおく。強く打つ。

③ふたりパス

味方の動きを止めないパスを意識。

コントロールできる場所にレシーブする。

④2対1

敵のスティックを見て、ドリブルするのかパスな
のか判断する。

1つのパスで敵を置き去りにできるポジショニング
やレシーブを意識。

リバウンドに必ず入る。

中高生 男子

①パス

- ・コーンの外でボールを受ける
- ・2つのコースを作る意識
- ・パスを出した後にすぐ動く
- ・ワントラップで次のプレーをしやすいところにボールを落とす
- ・パスをする時に相手の名前を呼ぶ

②ドリブルからのシュート(コーンの間をドリブル)

- ・前を向いた状態でのドリブル
- ・ボールの位置

③1vs1→2vs2→3vs3

- ・攻守の切り替え(攻撃か守備か素早く判断する)
- ・FW
→相手のリーチに入る前に前に出る
体を入れる
- ・DF
→ワンサイドで取りきる
2枚目は声をかける

GKトレーニング (短時間)

基礎的な部分をメインとしたトレーニングを実施

- ・足元に落としたボールを狙った場所に強く蹴るトレーニング
- ・シュートを止める時のポジショニングをとるための意識を持たせるトレーニング
…色々なシチュエーションのボールを止めた後に、次のセービングの準備をさせる意識を持たせるように

14:50 ゲーム

15:40 質問タイム

15:50 ジャンケン大会、写真撮影

16:00 終了

<8月31日(日) 9:00~11:30 幼児~小学生(未経験者のみ) 親子参加 OK>

★Free 解放

- ・スティックの持ち方講座 エリア
- ・講師と試合 エリア
- ・シュートを狙って景品をゲット！ エリア
- ・ドリブルエリア

(空いているスペースでは自由にボールを触る)

★最後はちょっとしたゲームでプレゼント大会

写真撮影後、終了

○所感

<長野県ホッケー協会競技部 山田恵美>

長野県駒ヶ根市は 47 年前の長野国体(やまびこ国体)を契機にホッケーが根付き、現在は小学生から社会人まで、およそ 150 人の競技者が県内唯一のホッケーチームとして活動しています。チーム数の少なさゆえに对外試合も難しい競技環境の中、今回の「夢見るホッケー教室」開催は参加した子供たちにとって、間近で見る現役トッププレイヤーの技術や、オリンピックからの指導はまさに夢のような時間であったのだと感じています。経験者の子どもたちの少しでも技術を身につけようという真剣な眼差し。初めてホッケーに触れる子どもたちの楽しそうなキラキラした目。子供の目線に立って、子ども達にホッケーを通じて【楽しさ】と【難しさの先の達成感】を実体験させてくださった、講師の皆様には本当に感謝いたします。

長野県では 3 年後の 2028 年に【やまなみ国スポ】開催が決まっており、駒ヶ根市ではホッケー競技の開催がされます。今回のホッケー教室に参加した子供たちの「ホッケーが楽しい！」の思いを大切に 1 人でも多くのホッケー仲間が増えるように繋いでいきたいと思っています。

最後になりましたが、本事業にご協力いただきました、すべての皆様に感謝して感想とさせていただきます。

<駒ヶ根市教育委員会様>

この度は、夢見るホッケー教室を開催いただき、誠にありがとうございました。当市は 1978 年に行われた「信州やまびこ国体」が契機となり、ホッケー競技が根付いて きました。近年は、少子高齢化も相まって、競技人口が減少し、競技者の育成が急務となっております。長野県ホッケー協会や駒ヶ根市ホッケー協会とも協力をしながら、2028 年の「信州やまなみ国スポ」に向け、競技普及活動を行っているところです。このような中で、今回のイベントは、多くの地元企業の皆様のご理解のもと、協賛を得ることができ、全くの未経験者から上級者まで、多くの子どもたちの参加により、競技者普及 や国スポに向けた機運を高める良い機会となりました。

また、講師にオリンピックや現役選手の皆様をお迎えし、子どもたちに寄り添ったご指導や 向上心を高めるご指導を賜り、心より感謝を申し上げます。子どもたちから、トップレベル の方に指導を受け、「楽しかった!」、「またホッケーやりたい!」という声をたくさん聞く ことができました。子どもたちのスポーツ離れが進む中、スポーツを始めるきっかけになることや、心身ともに成長できる機会となり、将来を担う子どもたちの一助となったと思います。一人でも多く、ホッケーに触れて、駒ヶ根市で活躍する子供たちを増やしたいと考えております。

このような活動の機会を通じて、国スポを迎え、開催後も子どもたちが元気にホッケーを行える環境を整えていきたいと思
います。

今後とも、当市のスポーツ振興やホッケーの普及にご支援いただけますと幸いです。この度は、誠にありがとうございました。

<参加者の保護者様>

ホッケー体験会に参加させていただき、運営の皆さんの準備と進行のすばらしさを強く感じました。開催側の役割分担が
明確にされており、時間配分や進行がとてもスムーズでした。特に印象的だったのは、子どもたち一人ひとりの「やりたい」とい
う気持ちに寄り添いながらも、しっかりと全体の時間を管理し、計画的に運営されていた点です。

また、体験の内容も、子どもたちの年齢やレベルに合わせて工夫されており、無理なく「できた！」という達成感を感じられ
るような構成になっていたように思います。実際に、我が子も「楽しかった！」と笑顔で話しており、ただ遊ぶだけでなく、目標
をもって取り組む楽しさを味わえたようです。

今回の体験会は、スポーツの楽しさだけでなく、子どもたちの「チャレンジする心」や「成功体験」を育む、とても貴重な機会
だったと感じています。今後もこのような活動が続いていくことを、保護者として心から願っています。

<講師：海住 なぎさ（旧姓：林 / ロンドン、リオオリンピック代表）>

今回、小、中、高校生のみなさんに参加していただきましたが、まだまだホッケーやりたい！という声も聞けてすごく嬉しか
つたです。また子供たちの元気に走り回る姿に私が元気をもらいました！今回の活動を通して、ホッケーを続けたいと思っ
ける子どもたちが少しでも多くいてくれると嬉しいです。

2日間私自身楽しくホッケーをさせていただきました。ありがとうございました！

<講師：大場 陽成（日本代表候補選手 / フリークス東京）>

長野県の子どもたちは飲み込みが早い子たちが多かったと思いました！自分が言ったことにすぐできるようになったりして、教
えやすかったです！また、長野県の方々は温かい人たちがばかりでとても楽しい環境でホッケー教室をさせていただきました！
また機会があれば長野県でホッケーしに行きたいです！

<講師：小林 久留海（ソニーHC BRAVIA Ladies）>

今回、「夢見るホッケー教室」で講師を務めさせていただき、可能性あふれる子どもたちと一緒にホッケーを楽しむ貴重な時
間を過ごすことができました。小学生や中学生、高校生の子どもたちに指導する中で、やったことのないスキルに果敢にチャ
レンジする姿にとっても刺激を受け、自分自身ももっと成長できるように努力していきたいと強く思いました。

また、スティックを触ったことのない子や親御さんたちと一緒にプレーし、笑顔で楽しんでくれている姿を見られて本当に嬉し
かったです。もっと多くの方にホッケーを知ってもらいたいと改めて感じました。

準備やサポートをしてくださった長野県の皆さま、本当にありがとうございました。

<講師：平光 杏衣（U21 日本代表候補選手 / ソニーHC BRAVIA Ladies）>

今回初めて講師という立場で参加させて頂き、自分自身沢山の事を学ばせて貰いました。ホッケーを楽しそうにする姿、ど
うやったら上手いのかを考えてプレーする姿、小学生の子から高校の子までみんながホッケーを楽しんでいる姿をみて自分
もホッケーに対して純粋に楽しんでプレーすること、違う角度からどのようにうまくいくのかを考えることの大切さを改めて感じる
ことが出来ました。また親御さんにもホッケーを体験してもらい、ホッケーをしたことのない方も一緒になって楽しい時間を過
せたので嬉しかったです。

今回このような機会を作ってくださった皆様、参加して頂いた皆様、長野県の皆様、本当にありがとうございました。

○教室風景





