

2022 鹿児島県水泳連盟冬季強化合宿実施要項

- 1 目的 ・ 県内のジュニア層の選手を対象に、素質のある選手の早期発見と計画的な強化を推進し、少年種別の競技力向上を図る。
 ・ 互いに切磋琢磨することで競技力向上はもちろんのこと「チーム鹿児島」としての意識づけをねらいとする。
- 2 主催 一般社団法人鹿児島県水泳連盟
- 3 期 日 《九州ブロック》 令和4年12月22日(木)～27日(火) 5泊6日
 ※ 終了後、県内ブロックに合流
 《県内ブロック》 令和4年12月24日(土)～28日(水) 4泊5日(5泊6日)
 ※ 鴨池グループは29日(木)まで
- 4 練習会場 《九州ブロック》 長崎県
 《県内ブロック》 鴨池公園水泳プール(鴨池グループ;強化SA)
 鹿屋体育大学屋内プール(鹿屋グループ;強化BC及び短水路突破者)
- 5 宿泊場所 《九州ブロック》 別途案内
 《県内ブロック》 鴨池グループ…三越旅館
 鹿屋グループ…大隈青少年自然の家
- 6 実施内容 (1) 専門種目別(テクニック・持久力・スピード向上)練習
 (2) 全体練習(4種目, スタート, ターン, リレー引継ぎ他)
 (3) 陸上トレーニング(体幹強化, 柔軟性向上他)
- 7 負担金 参加選手は、一人当たり以下の金額を負担すること(残りは県水連負担)

区 分	県内ブロック	九州ブロック
強化S	負担なし	別途案内
強化A	10,000円	
強化B	15,000円	
強化C+短水路	20,000円	

(上記金額には宿泊代・食費・栄養費・移動費・施設使用料・スポーツ安全保険料等を含む)

8 集合および解散

		集 合	解 散
九州ブロック		別途案内	12月29日(木) 18時00分
県内ブロック	鴨池グループ	12月24日(土) 08時30分 鴨池公園水泳プール	鴨池公園水泳プール
	鹿屋グループ	12月24日(土) 12時30分 大隅青少年自然の家	12月28日(水) 16時00分 鹿屋体育大学屋内プール前

※ 鴨池グループ…強化S・A 鹿屋グループ…強化B・C・短水路突破者

※ 鹿屋グループは昼食を済ませてから集合してください。

※ 基本的に現地集合、現地解散となっております。「どうしても交通手段がない」という選手は下記連絡先までご相談ください。

9 参加対象者 強化S・A・B・C および短水路標準記録突破者（別紙参照）

- 10 指導者
- | | |
|------------------------|----------------|
| 野元 良寛（アクアアカデミーNb） | 勝目 理恵（メルヘン鹿屋） |
| 郷原 誠（内之浦中学校） | 福島 誠（鹿児島情報高校） |
| 岩元 祥人（甲南中学校） | 赤瀬川 隆（第一鹿屋中学校） |
| 谷山 靖幸（鹿児島聾学校） | 白坂 元樹（阿久根SC） |
| 東村 光晃（楠隼高等学校） | 松元 宏樹（ゆーぷる吹上） |
| 富重 洋平（メルヘン始良） | 渡辺 義明（大崎中学校） |
| 湯之原孝実（志布志高校） | 森 正一郎（ななみ接骨院） |
| 假屋 高麿（たかまる整骨院） | 森 尚土（たかまる整骨院） |
| 平田 直樹（甲南高校） | 岩本麻衣子（鹿児島情報高校） |
| 初瀬 有志（国分高校）※九州ブロック合宿引率 | |

- 11 携行品 感染防止の観点から、道具やタオル、物の貸し借りは禁止します。今一度、下記の携行品を確認し、必ず自分の所持品には名前を明記して下さい。

- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> 強化合宿参加チェックシート（参加承諾書）
<input type="checkbox"/> 健康調査書
<input type="checkbox"/> 健康状態及び居場所等管理表（鹿屋グループのみ） | ➔ | 鹿児島県水泳連盟ホームページよりダウンロードし、必要事項を記入の上、合宿初日に提出すること |
| <input type="checkbox"/> 参加者負担金
<input type="checkbox"/> 保険証（もしくはコピー）
<input type="checkbox"/> 練習道具
ゴーグル・キャップ・練習用水着・レース用水着（レースを想定した練習があるかもしれないので…）・パドル・フィン・シュノーケル（なくてもOK）・ストレッチマット・その他各自で必要と思われるトレーニングギア
<input type="checkbox"/> 水分補給用ボトル（水筒や空ペットボトルでも可。中身は本連盟で用意）
<input type="checkbox"/> 屋内用運動シューズ
学校の体育館シューズでも構いません。特に大隅青少年自然の家ではこのシューズを履いて過ごします
<input type="checkbox"/> 屋外用運動シューズ
<input type="checkbox"/> 学習道具
<input type="checkbox"/> 着替え（洗濯乾燥機がありますが、数に限りがあります。洗剤は各自で用意）
<input type="checkbox"/> 防寒着（必要であればマフラーや手袋等も含む）
<input type="checkbox"/> 洗面・入浴道具（歯ブラシ・シャンプー・石鹸・タオル等の備え付けはありません）
<input type="checkbox"/> （必要な人は）医薬品や消毒液
<input type="checkbox"/> マスク（毎日交換すること）
<input type="checkbox"/> 補食等（ゼリーや栄養補助食品等）
<input type="checkbox"/> お金（鹿屋グループはほとんど使うことはないと思いますが…） | | |

12 連絡事項

- （1）今回合宿初日に提出する書類の中に、練習施設となる鹿屋体育大学へ提出する「健康状態及び居場所等管理表」があります。1週間前からの記入となっておりますので、忘れずに記録してください。
※ 鹿屋グループ参加選手のみ
- （2）新型コロナウイルス感染拡大防止のため、必ずマスクの着用をお願いします。また、毎日検温をいたしますが、37.5℃以上ある場合は、その時点で合宿を見合わせます。ご了承ください。
- （3）本連盟でも消毒液を用意しますが、個人の肌に合う、合わないがありますので、気になる方は個人でご用意ください。
- （4）体調不良や家庭の事情、新型コロナウイルス等の影響で参加できない場合は、わかった時点で早めに必ず下記の連絡先まで連絡してください。（メールやショートメールでも可）
- （5）感染防止対策は十分に行いますが、感染リスクが全くないわけではありません。そのため、合宿に参加するにあたっては必ず保護者や指導者とよく相談して下さい。（感染リスクを避けるために「参加しない」ということも一つの判断です）

- (6) 参加選手は、十分な練習をして体調を整えた上で参加すること。合宿中、体調不良や故障等で練習継続不可能な場合は途中で参加を見合わせます。
- (7) 合宿期間中、内服薬は出せませんので各自で準備してください。
- (8) 自由時間には、各自学習ができるように宿題を必ず準備してください。
- (9) 合宿スケジュールは現在調整中です。鹿児島県水泳連盟ホームページにアップいたしますので、そちらでご確認ください。

※ 今後、急な連絡等が生じた場合は、鹿児島県水泳連盟ホームページにアップいたしますので、随時ご確認ください。

※ 新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては急な中止・規模縮小の可能性があります。

▶ 合宿規模縮小の場合の参加優先順位

①強化S ②強化A ③強化B ④強化C ⑤短水路突破者

【問い合わせ先】

〒890-0052 鹿児島市上之園町23番地1

鹿児島県水泳連盟競泳委員会

担当 平田 直樹 (県立甲南高等学校)

hinahina4923@yahoo.co.jp

TEL (099)254-0175 / FAX (099)254-0176

携帯 090-9583-7040

合宿参加者対象名簿

<九州ブロック>

4名

区分	氏名	学校	学年	所属スイミング	区分	氏名	学校	学年	所属スイミング
強化B	鮫島 漣征	鹿児島情報高校	高1	アクアアカデミー-Nb	強化B	早崎 愛莉	鹿児島高校	高2	アクアアカデミー-Nb
強化A	伊牟田 士道	大始良中学校	中2	メルヘン鹿屋	強化A	國料 姫菜	吉野中学校	中2	RISEスイミングスクール

<鴨池グループ>

13名

区分	氏名	学校	学年	所属スイミング	区分	氏名	学校	学年	所属スイミング
強化A	白坂 大輝	鹿児島情報高校	高3	アクアアカデミー-Nb	強化A	川村 妃奈乃	鹿児島情報高校	高2	メルヘン鹿屋
強化A	宮崎 珀弥	鹿児島高校	高2	原田学園スイミングスクール	強化A	小西 新	鹿屋女子高校	高1	Adapted Sport かのや
強化A	本渡 星宇	鹿児島高校	高2	セイカスイミングスクール鴨池					
強化A	前田 唯人	鹿児島情報高校	高2	原田学園スイミングスクール					
強化A	福澤 慎之介	鹿屋高校	高2	Adapted Sport かのや					
強化A	白坂 優気	鹿児島情報高校	高1	アクアアカデミー-Nb					
強化A	西小野 泰志	鹿児島情報高校	高1	メルヘン始良					
強化A	榎屋 直大朗	鹿児島高校	高1	ジェルスポーツクラブ 鹿児島					
強化A	森 想	鹿児島情報高校	高1	ジェルスポーツクラブ 国分					
強化A	有田 悠希	吉野東中学校	中2	RISEスイミングスクール					
強化A	西小野 友靖	帖佐中学校	中2	メルヘン始良					

<鹿屋グループ>

60名

区分	氏名	学校	学年	所属スイミング	区分	氏名	学校	学年	所属スイミング
強化B	中島 翼	甲南高校	高2	セイカスポーツクラブ 宇宿	強化B	末永 愛月	鹿児島高校	高2	メルヘン始良
強化B	田中 優史	甲南高校	高2	メルヘン始良	強化B	松下 幸生	国分中央高校	高2	メルヘン始良
強化B	久保 大和	鹿児島情報高校	高2	メルヘン川内	強化B	皆迫 晶	鹿児島純心女子高校	高1	Kit南さつまスポーツクラブ
強化B	井ノ下 直弥	鹿児島情報高校	高2	メルヘン川内	強化B	中村 珠梨	鹿児島高校	高1	セイカスイミングスクール鴨池
強化B	松田 大空	鹿児島情報高校	高1	エイスイミングスクール	強化B	野元 咲葵	鴨池中学校	中3	セイカスイミングスクール鴨池
強化B	中島 周弥	鹿児島情報高校	高1	メルヘン鹿屋	強化B	池下 樹莉亜	和田中学校	中2	原田学園スイミングスクール
強化B	ワガワランド 凜良	鹿児島情報高校	高1	原田学園スイミングスクール	強化B	園田 朱莉	谷山北中学校	中1	原田学園スイミングスクール
強化B	迫田 陽貴	伊集院中学校	中3	アクアアカデミー-Nb	強化B	前ノ園 杏奈	星峯中学校	中1	原田学園スイミングスクール
強化B	江崎 侑聖	万世中学校	中3	アクアアカデミー-Nb	強化C	松元 梨香	鹿児島情報高校	高1	メルヘン中山
強化B	加籠 来愛	志布志中学校	中3	志布志ドルフィンズスイミングクラブ	強化C	渡瀬 遙花	加世田高校	高1	ゆーぶる吹上
強化B	月迫 葉空	吉野中学校	中2	アクアアカデミー-Nb	強化C	仮屋 祥子	甲南高校	高1	セイカスイミングスクール鴨池
強化B	山衛守 礼央	武岡中学校	中2	ジェルスポーツクラブ 鹿児島	強化C	有村 友希	祁答院中学校	中3	アクアアカデミー-Nb
強化B	森山 瑛志	坂元中学校	中2	ジェルスポーツクラブ 鹿児島	強化C	下村 優紀	川内中央中学校	中3	メルヘン川内
強化C	中園 慧晴	川内高校	高2	メルヘン川内	強化C	高田 蒼	星峯中学校	中2	原田学園スイミングスクール
強化C	河野 愛樹	川内高校	高2	阿久根SC	強化C	山野 美羽	金峰中学校	中2	ゆーぶる吹上
強化C	有元 愛凌	鹿児島高校	高2	メルヘン川内	強化C	平川 千夏	坂元中学校	中2	ジェルスポーツクラブ 鹿児島
強化C	岩下 海響	鹿児島高校	高2	セイカスイミングスクール鴨池	強化C	外城戸あかり	玉龍中学校	中1	アクアアカデミー-Nb
強化C	長濱 虎太郎	鹿児島情報高校	高2	ジェルスポーツクラブ 鹿児島	短水路	戊亥 望美	谷山中学校	中1	原田学園スイミングスクール
強化C	西園 遼空	鹿児島情報高校	高2	メルヘン始良					
強化C	木下 寿優	鹿児島情報高校	高2	アクアアカデミー-Nb					
強化C	吉富 陽人	鹿児島情報高校	高2	原田学園スイミングスクール					
強化C	鎮守 真央	鹿児島情報高校	高2	原田学園スイミングスクール					
強化C	大野 陸翔	鹿児島情報高校	高2	原田学園スイミングスクール					
強化C	平田 宗慶	甲南高校	高1	ジェルスポーツクラブ 鹿児島					
強化C	甲斐 誉	鹿児島情報高校	高1	メルヘン鹿屋					
強化C	岩切 瑠吾	鹿児島情報高校	高1	メルヘン鹿屋					
強化C	菊永 拓海	吉田南中学校	中3	RISEスイミングスクール					
強化C	西 良太	日吉学園	中3	ゆーぶる吹上					
強化C	松元 悠聖	金峰中学校	中3	ゆーぶる吹上					
強化C	森 大和	末吉中学校	中3	メルヘン都城					
強化C	堀川 良成	ラ・サール中学校	中3	メルヘン中山					
強化C	中村 憲正	楠隼中学校	中2	Adapted Sport かのや					
強化C	前田 康太	伊敷中学校	中2	ジェルスポーツクラブ 鹿児島					
強化C	柳川 翔	西陵中学校	中2	ジェルスポーツクラブ 鹿児島					
強化C	西元 望裕	明和中学校	中2	ジェルスポーツクラブ 鹿児島					
強化C	岡村 相佑	伊集院中学校	中1	アクアアカデミー-Nb					
強化C	馬渡 友希	東申良中学校	中1	Adapted Sport かのや					
強化C	阿久根 佳美	伊敷台中学校	中1	ジェルスポーツクラブ 鹿児島					
短水路	徳重 篤哉	鹿屋高校	高2	Adpted Sport かのや					
短水路	上畑 瑛斗	鹿児島高校	高1	ジェルスポーツクラブ 鹿児島					
短水路	児玉 来夢	伊敷中学校	中1	メルヘン鹿児島					
短水路	川村 侑大	伊集院中学校	中3	アクアアカデミー-Nb					

鹿児島県水泳連盟強化合参加者心得

一般社団法人鹿児島県水泳連盟

- 1 合宿は各所属の選手が参加し、集団生活を行いながら競技力を高める場です。自宅での自分中心の生活とは違い、お互いの協力で同じ目的を持つ生活となります。多少の不便はありますが、成長する選手にとって超えなければならないハードルです。将来鹿児島県を、そして日本を代表する選手候補であることを自覚し、行動するように心掛けて下さい。
- 2 合宿は集団生活です。上級生は常に下級生から尊敬されるような生活態度・練習態度・服装に心掛け、手本となるように行動して下さい。
- 3 社会の一員として最低限のマナーである挨拶・返事・言葉遣いに気をつけ、ホウ・レン・ソウ（報告・連絡・相談）を身に付けて下さい。
- 4 健康管理をしっかりと行い、合宿の途中で病気にならないよう十分に自己管理をして下さい。（病気になる合宿継続不可能と判断した場合は参加を見合わせます）
- 5 合宿は、競技力を向上させることはもちろんのこと、将来に備えて生活習慣を訓練する場と考えてください。水泳合宿に集中するためにゲーム機、お菓子等不必要なものの持ち込みは合宿期間中禁止とします。携帯電話については使用時間、使用場所の制限をします。（担当コーチの指示に従うこと）
- 6 合宿中の食事は、残さず摂るようにして下さい。アレルギーのある食べ物に関しては、事前に担当コーチに申し出て下さい。（食事もトレーニングの一環として捉えること）
- 7 合宿期間中における選手の面会、外出は緊急の場合に限り許可します。その場合は必ずヘッドコーチの許可を得るようにして下さい。
- 8 トレーニングシャツ等は各所属のものを着用し、それ以外の服装は必要以上に華美にならないものとします。
- 9 以上の事柄を遵守できない者、または指導者の指示・指導に従わない者については合宿参加をその時点で見合わせるものとしますのでご了承ください。

<合宿に参加するにあたって>

合宿初日より前1週間、以下の項目についてチェックを行い、特に参加当日に該当する項目がある場合は、参加を見合わせる

- 平熱以上の高熱（概ね 37.5°C以上）
- 咳・風邪等の症状（花粉症は除く）
- 倦怠感（強いだるさ）の有無
- 匂いや味の異常
- 体の強い疲労感
- 新型コロナウイルス感染症陽性者との濃厚接触の有無
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
- 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

<全体>

- ・強化合宿参加チェックシート（参加承諾書）の提出
- ・合宿期間中の検温（朝・午前練習前・午後練習前の計3回）
- ・練習、食事、入浴時以外のマスク着用の徹底
- ・こまめな手洗い、うがい、アルコールによる手指消毒の徹底
- ・水泳道具、飲食物、ストレッチマット等は個人で専用の物を用意し、共用しない
- ・体調不良者（特に発熱があった選手（概ね 37.5°C以上））に対しては合宿を中断し、保護者へ連絡後、帰宅させる
- ・合宿期間中に参加者の中に濃厚接触の疑いが分かった場合は合宿を中断し、帰宅させる

<練習時において>

- ・練習施設内の定期的な換気を行う
- ・更衣室が密にならないように時間差で利用する
- ・その他、練習施設が行なっている新型コロナウイルス感染防止対策に従う

<移動時において>

- ・乗車前のアルコールによる手指消毒
- ・車内の換気

<宿舎において>

- ・各部屋間の移動を原則禁止する
- ・各部屋の定期的な換気を行う
- ・選手の部屋割りについては各部屋の最大収容人数に対して余裕を持って行う
- ・外出禁止
- ・食事の際に密にならないような座席の配置、または時間差による食事時間の設定
- ・その他、各宿舎が行なっている新型コロナウイルス感染防止対策に従う

<合宿終了後>

- ・合宿終了後1週間の健康観察
- ・合宿参加者の中で合宿終了後1週間以内に新型コロナウイルスへの感染および感染の疑いが確認された場合、速やかに鹿児島県水泳連盟に連絡をすることとし、その場合、各関係機関と連携しながら適切に対処する

強化合宿参加チェックシートは一定期間保管し、その後廃棄処分します。また、記載の個人情報については、本連盟が厳正に管理し、健康状態の把握、合宿参加可否の判断および必要な連絡のためののみ利用します。個人情報保護法等の法令において認められる場合を除き、本人の同意を得ずに第三者に提供しません。ただし合宿中に感染者またはその疑いがある方が発見された場合は、必要な範囲で保健所等に提供することがあります。