



江田島“突破”塾

～限界突破・難関突破～

開催要項



- 1 趣 旨：教員の業務改善による部活動の時間短縮に伴い、さらなるレベルアップや生徒の成長には日々の練習での集中力や本気度がより重要となった。この背景を基に「カッターの江田島」と称される当交流の家でのカッター研修による自己の殻を破る体験、目標の達成体験を通して、心身の鍛錬を行い、精神力や部の団結力を向上させ、チーム力の底上げを図る。
また、メンタルトレーニングの専門家からの指導を通して、精神面の強化を図り、自己の能力を最大限発揮する術を身につけ、以後の練習や大会に生かす。
- 2 主 催：国立江田島青少年交流の家
- 3 後 援：広島県教育委員会、広島市教育委員会
- 4 日 時：令和3年10月30日（土）～10月31日（日）1泊2日
- 5 会 場：国立江田島青少年交流の家（広島県江田島市江田島町津久茂1-1-1）
- 6 対 象：広島県・山口県内の中学校部活動（1・2年生）
- 7 人 数：2団体（40名程度） ※1団体12名以上 ※合同チームも可
- 8 参加費：1人2,800円 ※引率者（教員・保護者）も同額
（食事代4食分、シーツ代、ドリンク代 ※傷害保険に加入していない場合、別途211円集金します。）
- 9 持参物：マスク 帽子（キャップタイプのもの） 長ズボン 運動靴（滑らないもの） タオル 防寒着
軍手（滑り止め付きのもの） レインコート 水筒（1リットル以上でお茶の入ったもの）
テーピング（手にマメができる可能性があります） カッター研修後の着替え（2回分）
リュックサック（担げるバック） 筆記用具 保険証（コピー可）
宿泊に必要なもの（着替え、寝るための服、タオル、洗面用具、シャンプー、石鹸など）
その他必要なもの（常備薬・酔い止めなど）
※浴室にはタオル・石鹸・シャンプー等はありませんのでご注意ください。

10 メンタルトレーニング講習

<講 師> 広島文教大学教授・スポーツメンタルトレーニング指導士 田村 進 氏

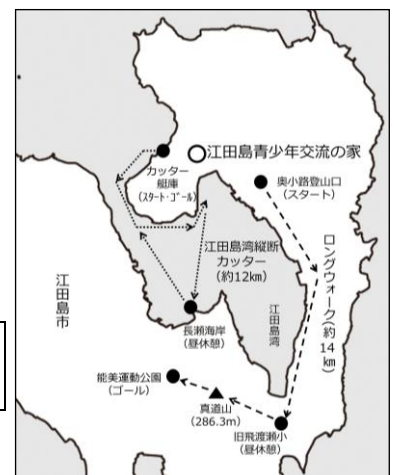
広島文教大学人間科学部心理学科教授。日本スポーツ心理学会認定スポーツメンタルトレーニング指導士。スポーツ心理学を専門とし、剣道・バスケットボール・ハンドボール・サッカー・バレーボール等を対象とした認知心理学的な側面からのスキルアップやミスプレーに関する研究のほか、スキー・卓球・野球・バドミントン等の選手へのメンタルトレーニングを行う。また、広島県スポーツ協会主催のジュニア育成関連プログラムの講師を務めて選手や保護者の支援を行うなど、豊富な活動実績をもつ。

11 日 程

	10:00	10:40	11:10	11:30		12:30		16:00	17:00	17:30	18:30
1日め		受付	開講式	移動 宿泊棟	昼食	準備	カッター研修（基本漕艇） <荒天時> 課題解決型アクティビティ	着替え 休憩	連絡		夕食

	18:30	20:00	21:30	22:30
1日め		メンタル トレーニング 講習	入浴	自由時間 荷物整理 就寝

	6:30	7:00	7:30	8:40	9:10		15:00	15:30	
2日め	水島山 登山	連絡	退所 朝食準備	退所 点検		カッター研修（江田島湾縦断 約12km）	着替え 片付け	アン ト ン キ ー 入	閉 講 式 解 散
	起 床	連絡				ロングウォーク（約14km）			



12 申し込み

国立江田島青少年交流の家ホームページから参加申込書をダウンロードし、必要事項の入力後、メールに添付して下記申込先 (etajima-kikaku@niye.go.jp) へ送信してください。(メール申込のみ受け付けます。)

※メールの件名を【突破塾申込】〇〇中学校△△部 に、

添付するExcel ファイル名を 参加申込書 (〇〇中学校△△部) として送信してください。

※申込時のアドレスは添付データ (PDF・Excel ファイル) が受信可能なものを記入してください。(ショートメール用アドレスは不可)

※申込後、1週間が経過しても申込受付の確認メールが届かない場合は、お手数ですが下記問合せ先までお電話ください。

申込締切 10月3日(日) 17:00

※参加の可否については、10月6日(水)までに抽選結果をメール (etajima-kikaku@niye.go.jp) にて送信します。(参加決定団体には健康チェックシート等も併せて送信します。)

13 交通案内

○自家用車・・・交流の家の駐車場(希望の橋(赤い橋)の下)に駐車してください。

○公共交通機関・・・江田島各港～交流の家間は、無料の送迎バスを下記のフェリーの時間に合わせて運行します。利用を希望される場合は、申込時に御記入ください。(江田島各港には、各自でお越しください。)

[10/30(土) 江田島各港へ]

①広島(宇品)港発	9:20(フェリー)	→ 江田島切串(西沖)港着	9:50
②呉ポートピア港発	10:00(フェリー)	→ 江田島切串(吹越)港着	10:12
③呉中央棧橋発	9:25(フェリー)	→ 江田島小用港着	9:45

[10/31(日) 江田島各港から]

①江田島切串(西沖)港発	16:10(フェリー)	→ 広島(宇品)港着	16:40
②江田島切串(吹越)港発	16:07(フェリー)	→ 呉ポートピア港着	16:19
③江田島小用港発	16:25(フェリー)	→ 呉中央棧橋着	16:45

14 気象対応について

① 30日(土)朝8時の時点で、広島市、江田島市、呉市に、大雨、洪水、暴風の各警報が一つでも発表されている場合は、本事業は中止します。各自でご確認ください。

② 警報が発表されていない場合でも、荒天が予想される場合は、交流の家で判断しメールでご連絡します。

※交流の家のアドレス (etajima-kikaku@niye.go.jp) を登録するなど、連絡先のメールの設定をお願いします。

③ 交流の家の定めるカッター研修の中止基準(強風・波浪・津波 各注意報や風速・波高等)に該当する場合は、初日は課題解決型アクティビティ、2日めはロングウォークを実施します。

※課題解決型アクティビティ……PA(プロジェクトアドベンチャー)の技法を使った課題解決型チームビルディング

※ロングウォーク……江田島湾岸を回って対岸の真道山山頂(286.3m)をめざします。(全長約14km)

15 新型コロナウイルス感染防止対応について

○本事業は、国立江田島青少年交流の家「新型コロナウイルス感染拡大防止ガイドライン」に基づき運営します。

○マスクの着用・手洗い・手指消毒のご協力をお願いします。

○参加者・引率者(教員・保護者)は事業初日に、当日を含む過去2週間分の健康状態を記録した**健康チェックシートのご提出**をお願いします。(2週間分の体温・健康状態を記入。参加決定時に送付。)

※記入漏れや持参を忘れた方には参加をお断りする場合があります。

○参加2週間前より、発熱(37.5℃以上)や軽度であっても咳・咽頭痛などの症状があるなど体調が悪い場合は、参加をお控えください。(発熱とは平熱+1度以上を意味します。)

○事業初日を含む過去2週間以内で、新型コロナウイルス感染症の陽性反応が出た場合や、濃厚接触者及び濃厚接触者と同一空間に居た接触者になった方は参加をお控えください。

○事業中に体調不良となった場合は、**速やかに保護者等の迎えによる帰宅**をしていただきます。

○事業終了後、2週間以内に新型コロナウイルス感染症と診断、または、疑う症状が見られた場合は、国立江田島青少年交流の家まで必ずご連絡ください。

○参加決定後であっても、感染拡大の状況により事業を**中止する場合があります**ので、ご了承ください。

16 申込・問合せ先

〒737-2126 広島県江田島市江田島町津久茂1-1-1

国立江田島青少年交流の家 「江田島“突破”塾～限界突破・難関突破～」係

電話：0823-42-0661/夜間：0823-42-0663 メール：etajima-kikaku@niye.go.jp

URL：<https://etajima.niye.go.jp/> 担当：企画指導専門職 平畑・井口