



# tomoka

## 21-22シーズン 活動報告



2021-2022シーズンも&tomoka活動へのご理解、ご支援に心より感謝申し上げます。2019年にスタートした本プロジェクトも沢山のサポートのおかげで、3期目を充実したかたちで終えることができました。

今季はスノーボードの育成事業のみならず種目や世代の垣根を超えて多くの人の健康作りを支え、また子どもたちにはスポーツの大切さ・楽しさを伝える機会を増やすことができました。

東川町を活動拠点とする子どもたちを中心に1年を通じて様々な球技、バランストレーニング、自然を生かした登山等を実施し、スポーツの楽しさに触れてもらうことができている。

また世界で活躍するアスリートを目指す会員に向けては、国内外を通してそれぞれの目標・夢に向かうための環境サポートを行なってきました。多くのアスリートがベストを尽くし、海外・国内の主要大会での活躍も見られるようになりました。

これらの活動ひとつひとつが、皆様からの大切なお支援から賄われております。この場をお借りして、改めて御礼を申し上げます。本当にありがとうございます。今後も&tomokaを通じてスポーツの素晴らしさ、そして努力を継続することから多くの学びや発見があることを伝えていけたらと思っております。

&tomokaから羽ばたいていく子供たちの未来にどうかご期待ください。

今後も応援のほど、心よりお願い申し上げます。

## &tomoka選手 競技成績

### 海外組

- ス波正樹 WC出場、EC Bukovel(UKR)PGS 2位、Davos(SUI) PSL 4位
- 佐藤江峰 WC Rogla (SLO)PGS 15位、FIS Simonhohe (AUT) PGS 優勝
- 清水大智 WC出場 全日本選手権 PGS 優勝、USA National championship PGS 2位

### 国内組 (FIS、PSA)

- 杉本志功 世界ジュニアValmalenco (ITA)Team PSL 優勝、PSL 18位、全日本選手権 PGS 4位
- 兼松直生 FIS ジュネス大会 (秋田)PGS 5位
- 村田希空 全日本選手権 PGS 6位、USA National Championship PGS 5位
- 住永翔吾 全日本選手権 PGS 3位、USA National Championship PGS 9位
- 地下綾音 FIS 阿寒大会(北海道)PGS 優勝
- 七崎凜帆 FIS 阿寒大会(北海道)PGS 2位
- 前田紗美 全日本選手権 PGS 3位、National Championship (CZE) PSL 5位、
- 鴨部詩月 PSA ASIA 13th CSBA on SNOWFESTA GS 5位

## 国外の活動



### ス波正樹選手、杉本志功選手

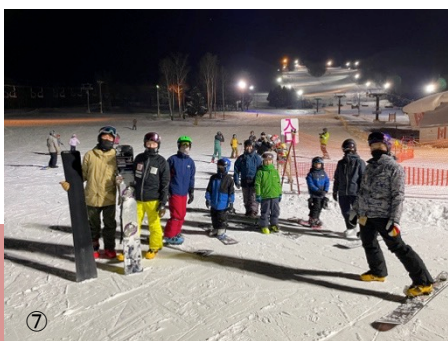
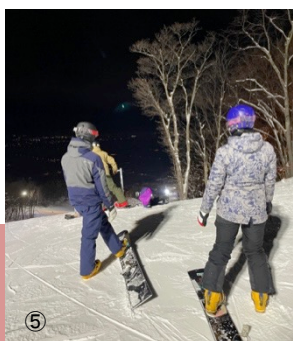
①③ス波選手、ヨーロッパカップにて準優勝。シーズン前半は苦しいシーズンになってしまいましたが後半でしっかりと調子を上げ、来季暫定A指定として残ることができました ②夏、秋はスイスナショナルチームの練習に参加し世界のトップ選手たちと切磋琢磨することができました ③④目標は2030年の五輪で金メダルと目標をあげる17歳の杉本選手。はじめての&tomokaキャンプに参加し彼もスイスナショナルチームの練習に同行させてもらうことができました ⑤17歳で世界のメダリストが集まる場での練習は多くの刺激になったはず。写真はソチ銀、平昌金メダリストのネビンと

# 国内の活動



## &tomoka × R-body イベント

①イベント前風景 ②R-body鈴木代表の町民向け講習風景 ③&tomoka × R-body イベント全体。ソーシャルディスタンスをとり200名ほどの町民が参加。④ &tomoka × wattbike体験。町民にワットバイクを体験してもらい、運動の習慣化へ。



## &tomoka ビップナイタートレーニング、キャンモアナイタートレーニング、R-bodyウォーミングアップ

⑤&tomoka キャンモアナイタースタート。スタート前のイメージトレーニング ⑥最終日の集合写真は、怪我なく終わり安堵の表情かいつもよりにこやか。⑦今シーズンナイターで一番参加者がいた日 ⑧雪上トレーニング前にR-bodyによるウォーミングアップ、選手たちもウォーミングアップの効果を実感。



⑨&tomoka キャンモア初心者ゲートチャレンジ。ゲートが楽しかったと来年に意気込んでいました。⑩雪不足からのスタートとなり、キャンモアスキー場ではなくビップスキー場からのスタート ⑪ゲートトレーニング歴が浅い選手もシーズン初めからゲートを果敢にチャレンジ。



## &tomoka × R-body トレーニング

⑫&tomoka × 東川高校クロスカントリー部のR-bodyトレーニング基礎講座。回数を重ねるごとに学びも増え、積極的にトレーニングを行うようになりました。⑬体育館でアジリティートレーニング、球技やレクリエーションだけではなく、考えて動くトレーニングに子供たちも興味津々でした。



## &tomoka × 東川高校クロカン部

⑭フットサル。&tomokaだけではできない球技にも挑戦、年齢性別問わずのミックスチームでコミュニケーションも取りながら運動。⑮トレイルラン。クロカン部との合同トレーニングで&tomokaの中高生もいい刺激受け、フィジカルトレーニングの重要性を再確認。競技の違いで体力差がある中も必死に食らいつこうと頑張っていました。⑯パークゴルフ。レクリエーションを兼ねてのパークゴルフを行い、2時間にも及ぶ真剣なプレーでみんなヘトヘトでした。



## wattbike健康プログラムの実践

wattbike 3ヶ月健康プログラムの講習会を定期的に行い町民の健康意識向上へ。30代～80代様々な年代の方がスタートしてくれましたが、今年もコロナ渦で一時利用の制限や、その後北海道の感染拡大でジムへ足を運ぶ機会が減ってしまう方も多く継続できた方が少なかったため、再度この春からプログラム再始動し3ヶ月しっかり継続、健康プログラムの継続を行なっていきたいと思います。