

第 15 回ウイング・アスリートクラブ全体ミーティング 議事次第

- ◆日時:平成 29 年 3 月 5 日(日)14:00～16:30
- ◆会場:あびこ市民プラザ
- ◆議長:櫻田一雄
- ◆書記:

<第 1 部>定時総会 14:00～15:05

第 1 号議案 2017 年度人事案 (報告者:渡辺)

- 1-1 事務局
- 1-2 監督・コーチ
- 1-3 各種イベント幹事 選出
- ※別紙-①(スタッフ、監督コーチ、事務局、イベント幹事)
- ※「運営委員会」の実質的解散。監督コーチ主体の組織へ移行。
- ※各種イベントについて幹事選出

第 2 号議案 新年度予算案 (報告者:金屋、渡辺)

- ※別紙-②(練習会時給水給食、物品購入、レンタル倉庫)
- 使用予定:年間功労賞・PB更新時のリコグニッション費用(名前記載のもの)
- テーピング、ブルーシート交換、のぼり購入 → のぼりに関して配布を検討
- 陸上教室等講習会費用(キッズ、栄養学等)

第 3 号議案 保険適用について (報告者:大和田)

- 3-1 65 歳以上の方の適用範囲
- 3-2 公式、非公式の棲み分け

第 4 号議案 練習メニュー(今年度振り返り、新年度方針)、イベント活動計画(報告者:長崎、渡辺)

- 4-1 新年度公式イベント
- 4-2 各幹事の選出

その他事項

- ・2017 年度陸連登録について
- ・スポーツ保険申請手順
- ・会費口座について
- ・安全走行について ※安全走行マニュアル参照
- ・キッズウイング AC について ※原則偶数月(4、6、8、10、12)のペース走時間開催

<第 2 部>

お役立ちセミナー 15:15～16:30 質疑応答・アンケート記入

『スポーツ栄養学について』

講師:走尾 千恵美(はしおちえみ)

【ライセンス】管理栄養士/キネシオテーピングトレーナー(CKTT)/保健体育教員(中学校教諭二種)/家庭科教員(中学校教諭二種)/ジュニア・アスリートフードマイスター/食育指導士/着付師範/華道師範

【出身】群馬県佐波郡玉村町

【ヒトとしての機能を呼び覚ます！魅力とおどろきのセルフケア】を伝えるセラピスト。

2016年度 ウィングAC スタッフ

■運営委員

役職	担当	氏名
会長	安全管理/リハビリメニュー担当	渡辺祐矢
副会長	トレーニングメニュー	長崎康範
副会長	新入会員サポート	太田美代子
顧問	新入会員サポート	吉岡尚美
顧問	外交	山川裕隆
顧問	安全管理	櫻田一雄
運営委員	総務兼つくばLSD	平山雄太
運営委員	会計	幡谷俊彰
運営委員	保険	大和田達也
運営委員	企画	御手洗正
運営委員	広報	尾澤邦明
名誉会長	外交	荒木敏文

監査		嘉志摩政章
----	--	-------

名誉会員		鈴木浩一
名誉会員		荒木順子

■事務局

会計担当		金屋秀利
HP担当		小松建吾
広報補佐		鳥居祐樹
大会結果集計担当		吉田浩二
大会結果集計担当		中庭めぐみ

■監督・コーチ

総合コーチ		大西亮輔
ドリーム	監督	御手洗正
	コーチ	山藤拓哉
	コーチ	大倉慎
フューチャー	監督	渡辺祐矢
	コーチ	上村英生
	コーチ	熊野一忠
アミーゴ	監督	田邊敏行
	PA (ペースアドバイザー)	松本智哉
	PA (ペースアドバイザー)	石元理恵子
	PA (ペースアドバイザー)	太田秀美
アドベンチャー	監督	幡谷俊彰

■イベント幹事

検見川クロカン	千葉(隆)さん、渡辺
つくばLSD・岩名クロカン	平山さん、渡辺
トラック	長崎さん
合宿	鈴木(浩)さん、大山さん、上村さん
BBQ	小川さん、鶴岡さん、小松さん、安永さん
手賀沼マラソン打ち上げ	渡辺
忘年会	窪田さん、熊野さん、石元さん、中澤さん、新妻さん、渡辺

2017年度 ウィングAC スタッフ

役職	担当	氏名
会長	安全管理/リハビリメニュー担当	渡辺祐矢
副会長	トレーニングメニュー	長崎康範
副会長	新入会員サポート	太田美代子
顧問	会長・副会長サポート	山川裕隆

名誉会長		荒木敏文
名誉会員		荒木順子
名誉会員		鈴木浩一

監査		嘉志摩政章
----	--	-------

■監督・コーチ

総合コーチ		大西亮輔
ドリーム	監督	御手洗正
	コーチ/総務兼任	平山雄太
	コーチ	山藤拓哉
	★コーチ	池永洋和
フューチャー	監督	渡辺祐矢
	コーチ	上村英生
	コーチ	熊野一忠
	★コーチ	平賀恵子
アミーゴ	監督	田邊敏行
	コーチ/保険・AED兼任	大和田達也
	PA (ペースアドバイザー)	石元理恵子
	PA (ペースアドバイザー)	服部明雄
チャレンジ	PA (ペースアドバイザー)	太田秀美
アドベンチャー	監督	幡谷俊彰

※ ★は新任

■事務局

会計担当		金屋秀利
会計補佐	★	石元理恵子
HP担当		小松建吾
HP補佐		鳥居祐樹
大会結果集計担当		吉田浩二
安全・給水サポート		櫻田一雄

■イベント幹事

検見川クロカン	渡辺
つくばLSD・岩名クロカン	平山さん
トラック	長崎さん
合宿	() () ()
BBQ	御手洗さん () ()
手賀沼マラソン打ち上げ	渡辺
忘年会	() () ()
キッズ・ウィングAC	渡辺
講習会	渡辺

2016年度 イベント活動報告

月	日	内容	人数	コメント
4	29	検見川クロカン練習	—	知野様とのコラボ企画だったが前日雨天の影響でグラウンドコンディション悪く中止。代替案：極楽湯→柏の葉公園クロカン練習
5	1	監督・コーチMT	10	
	8	第1回つくばLSD	20	
	15	トラック練習	50	野田陸上競技場（3000+3000+1000のレペ）好天、湿度も低く走りやすい気候。
		BBQ	45	清水公園BBQにて。時期的に早期予約が課題。屋根付きの会場であれば持ち込み食材でコスト抑えられる。
6	5	第2回つくばLSD	20	
	12	検見川クロカン練習	36	100分jog。曇天ながら湿度高く多発汗。多めに持参した給水がギリギリ。
7	3	トラック練習	25	野田陸上競技場（5000T T +1000T T）
	10	旅行親睦会（合宿）	48	過去最大の参加者数。1日目雨天の中での120分クロカン。2日目は好天。クロカン（ダボス）組と上田市観光jog組。
	24	岩名クロカン練習	28	岩名公園野球場の改修工事に伴い一部使用不可の箇所あり。コース変更を余儀なくされる。
8	7	岩名クロカン練習	40	
	14	トラック練習	40	400インターバル。
	28	柏の葉リレーマラソン	40	
9	4	岩名クロカン練習	40	
	25	上期反省会（監督・コーチ）	10	監督・コーチ・役員のご尽力のお陰で大過なく上期を終えられる。
10	2	第3回つくばLSD	20	
	16	手賀沼マラソン試走会	50	コース変更に当たり、試走会の実施価値向上。
	30	手賀沼マラソン	70	
11	6	第4回つくばLSD	20	
	27	キッズ・ウィングAC（陸上教室）	18	専任コーチを招き2クラスに分け指導。他チームからの参加もあり盛況。
12	11	チャリティーラン	40	募金、Tシャツ、タオル、シューズの回収を行なう。
		忘年会	48	柏駅前ボッティガにて。
	25	手賀沼チャレンジ	50	
1	28	運営委員会		
2	18	運営委員会		
3	5	全体MT		

2017年度（2017.4～2018.3） イベント計画				幹事
4月	検見川クロカン	夏場（6月）の検見川を避け4月のみに。 ※4月29日 開催予定		■検見川CC
5月	トラック、BBQ、つくば①	BBQ会場はトラック近くと限定せず、以前の水代果樹園も候補に。別日程も		渡辺
6月	つくば②、岩名①	岩名は6月上旬まで野球場の改修工事。中旬以降で検討。		■トラック
7月	トラック、旅行親睦会兼合宿			長崎
8月	トラック、岩名②、柏の葉RM			■BBQ
9月	岩名③、上期反省会			御手洗（ ）（ ）
10月	つくば③、手賀沼試走会、打ち上げ	手賀沼試走会サポートメンバーを早めに募る。大会事務局へのボランティアを早期に募る。		■つくばLSD・岩名CC
11月	つくば④			平山（ ）（ ）
12月	チャリティーラン忘年会、走り納め			■旅行親睦会
1月	運営委員会			（ ）（ ）（ ）
2月	運営委員会			■忘年会
3月	全体MT			（ ）（ ）（ ）

- AED講習会の案内は定期的に実施。（課題：誰が？いつ？）
- 「キッズ・ウィングAC」（陸上教室）：2ヶ月に1回、本練習ペース走の際に開催を計画。
- 知野様とのコラボ企画はご本人様とのスケジュール調整の上、案内する。

第15回ウィングアスリートクラブ全体ミーティング議事次第

日時：平成29年3月5日(日) 14:00～16:30

会場：あびこ市民プラザ

議長：桜田一雄

書記：大和田達也

《 第一部 》 定時総会

第1号議案 2017年度人事案(報告者:渡辺)

1-1 事務局

- ・運営委員会の実質的解散。監督コーチ主体の組織へ移行。
- ・会計:金屋が来期で退任するため石元さんを補佐に新任

1-2 監督コーチ(新任)

- ・大西さん(今年から復帰、西脇工業、中央学院箱根駅伝出場経験)
- ・平賀さん(みんなにハッパをかけてくださり、多数の人が感化されている)
- ・服部さんにアミーゴコーチ新任をお願いした。

1-3 各種イベント幹事選出

- ・胡桃さん、岩崎さん、福田さん、新妻さん、鈴木さん、菱田さん、鳥居さん
- ・募集期限を一週間延ばすので、会場に来てない人にも声をかけて欲しい。



第1号議案異議なし

第2号議案 新年度予算案(報告者:金屋)

- ・練習会時給水給食物品購入
- ・レンタル倉庫
- ・テーピング、ブルーシート交換
- ・のぼり購入、のぼりに関して配布を検討
- ・陸上教室等講習会費用(キッズ、栄養学等)

【質疑】

(金屋)補足：給水は現在桜田さんに多大な負担を頂いている、他に給水サポートをお手伝いいただける方に対しても費用面等補助をして行きたいので、多数名乗り出て欲しい。

(キイチローさん)岩名クロカンの際の給水が足りていない

(渡辺)岩名は40名の参加者がおり、給水の比重を上げる。給水担当もふやす。



第2号議案異議なし

第3号議案 保険適用について(報告者:大和田)

3-1 65歳以上の方の適用範囲

・ ホームページにも載せているが、65歳以上の方はC区分からB区分に変更になった。

保険金額も下がり保障額も下がった。(今期16名の方が対象)

・ 今期は65歳以上の方も年会費は変わらず、来期また検討する事に決まった、不服申したてのある方は申告してほしい。

3-2 公式、非公式の棲み分け

・ 各人にメールLINEにて送っている保険説明の概要に載せているが、適用範囲はウィングの練習会、イベント及びその往復である。

・ HPに載っている、公式イベント、練習メニューに載っている公式練習会を基本とし。それ以外の個人練習会等は適用外である。

・ ただし、HP掲示板にて全員を対象に告知した練習会、イベントに関しては適用される。登山等危険なものは保険規約上適用されないが、それ以外は、特に具体的な線引き、ルールは決まっておらず、皆さんの判断に任せる。



第3号議案異議なし、質疑特に無し

第4号議案 練習メニュー

【今年度振り返り、新年度方針】(報告者:長崎)

・ 今年度は、実践を残した方が沢山いる

来年度も基本は同じ、ホームは手賀沼であり、練習メニューも手賀沼を主体に組む事に変わらない。多少のファインチューニング、本数の増減の変化はある。

【質疑】

(本間さん)手賀沼試走会を増やしてほしい

(長崎)イベントの数も多く練習内容も増やしづらいが検討する。

(鈴木さん)つくばLSDの参加者が近年減ってきているが、理由は丸一日かかる練習会だからではないか。手賀の丘コースを使えばアップダウンもあり、1日かからかないのでおすすめである。

(熊谷さん)シーズンに入ってから、ペース走、トラック練習会をもう少し取り入れられないだろうか。他チームで練習している人がいる。

(長崎)トラック練習会の問題点の1つとして会場を押さえるのが難しいというのが1つ。現在野田市の会場を使っているのはそのためである。そして、冬場は故障の原因になるのでスプリント系の練習は避けたい。土曜とかに有志で行なって欲しい。

30kmペース走を増やす事は、皆さんの調子次第では検討しても良い。

【イベント活動報告】(報告者:長崎、渡辺)

4-1 新年度公式イベント→1-3に同じ

4-2 各幹事の選出→1-3に同じ



イベント幹事確保の事案を残し、その他異議無し

その他事項

- ・ 2017年度陸連登録について事前にメール、掲示板等にてすでに告知済み。
- ・ スポーツ保険申請手順・会費口座についてはHPに記載
- ・ 安全走行について安全走行マニュアルを配布

以前鈴木さんの作成した資料に一部加えた、重要な内容なので、何度も読んで欲しい。

- ・ 練習時安全走行についての説明は、時間が無いので練習会時の朝礼にて説明したい。
- ・ キッズウィング ACについて

原則偶数月(4、6、8、10、12)のペース走時に開催

ウィングACに限らず、近隣チームでも最近子育て世代のチーム離れが目立って来ている。

子育て世代の人にもチームに参加して欲しい、将来のオリンピックを育てたい。

ペース走時であれば、親御さんの目配せが効く。

毎回¥100～¥200程度の保険費用を頂く予定である。

《 第二部 》 お役立ちセミナー

(スポーツ栄養学について)

講師：走尾 千恵美(はしおちえみ)先生

- ・ 一生もののアンチエイジングの必須元素の基礎
- ・ 新陳代謝の連鎖反応(ホメオスタシス)
- ・ 低血糖で体を慣らす練習は危険である
- ・ 日本の病気の实態
- ・ 65歳以上の受療率
- ・ 発病は40代から、重症化は60代から
- ・ 有訴者率
- ・ 人口千人あたりの関節痛のある人の割合
- ・ ハインリヒの法則から見る普段のケア

【質疑応答】

- ・ 足がつる原因として解明されている事はあるのか
- ・ 足の裏に着目して、K7式ケアの実践
- ・ 走る直前にカステラを食べる最近の話題
- ・ OS-1の間違った使い方