

# 2024年度 室蘭市陸上競技少年団活動について

室蘭市陸上競技少年団 代表である 加 藤 信 一 は、家庭の都合により、2024年10月、函館市に転居することになりました。

10月のちびっ子駅伝大会が終わるまでは、火・木・土・日の練習は、できるだけ確保したいと考えますが、**11月以降の活動は、現コーチ陣で水曜日と土・日1回の練習を行います。**

## 1. 入団金・活動費

- ・入団金2,000円（傷害保険料他）

**活動費 1ヶ月2,000円(4月～9月)、月の途中入団は、1,000円とする。**

**活動費徴収は、9月で終了し、10月以降の入団者は、入団金と活動費1ヶ月分を納入していただく。**

## 2. 参加対象

- ・小学校3年生 ～ 小学6年生

※小学1、2年生は、保護者同伴であれば認めます。(練習量は高学年より少し減らします。)

**〔小学1、2年生の活動は、指導者がいないので10月いっぱいでの終了します。〕**

## 3. 靴・服装について

- ⑤ユニホームは、年1,000円でレンタルいたします。下はレーシングタイツでも良いです。

## 4. その他

- ①北海道小学生陸上競技大会は、7月14日(日)に日鋼室蘭スポーツパーク(室蘭市入江陸上競技場)で開かれます。小学5、6年予選通過者の他に今年度は、小学4年生男・女100mの種目が追加されました。

- ②毎年7月に行われていた南部忠平記念陸上競技大会は、2024年度は開かれないことになりました。ですから、例年室蘭地方小学生大会100mでタイムの良い5名が南部大会のリレー室蘭地方選抜の代表になっていましたが、今年度はないということです。

- ⑧審判が不足し、大会運営に支障をきたす時代になってきました。審判業務補助を行ってくれる方を募集します。審判登録料(7,500円)と審判ポロシャツは少年団で負担します。

# ようこそ！ 室蘭市陸上競技少年団へ

## 2024年度の活動

### 1. 指導方針

- ① 全道陸上競技大会・全国陸上競技大会等を目指す選手のために技術指導を行う。
- ② 正しい走法を身につけ、記録が向上することで、走ることの楽しさを体験させる。
- ③ 明るく挨拶する礼儀正しい子どもに育てる。

### 2. 指導者

代表 加 藤 信 一     〔日本ランニング協会認定 かけっこアドバイザー資格取得〕  
(加藤自宅 Tel 0143-43-0994)  
(携帯 090-5952-8822)

岡 本 三津雄   斎 藤 智 佐   松 木 厚 香   間 宮 西 穂

### 3. 活動日・活動場所

- ① 4月～10月・11月・2月・3月

(日鋼室蘭スポーツパーク〔室蘭市入江陸上競技場〕・室蘭市入江陸上競技場外練習場)

練習時間・・・毎週火・木曜日は、16:30～18:30、

土・日曜日は、14:00～16:00 が基本です。

1回の練習時間は2時間程度。全道・全国大会を目指す人のために  
30分間延長する場合があります。

- ② 12月～1月 室蘭市体育館(栗林商会アリーナ)での室内練習の予定です。

- ③ 11月～3月・・・シーズンオフなので練習回数は減ります。

### 4. 参加対象

・小学校3年生～小学6年生

※小学1、2年生は、保護者同伴であれば認めます。(練習量は高学年より少し減らします。)

〔小学1、2年生の活動は、指導者がいないので10月いっぱい終了します。〕

### 5. 入団金・活動費

・入団金2,000円 (傷害保険料他)

活動費 1ヶ月2,000円(4月～3月)、月の途中入団は、1,000円とする。

10月以降の入団者は、入団金と活動費1ヶ月分を納入していただく。

### 6. ユニホームの貸与・ナンバーカードについて

少年団ユニホームを使用したい方は、納入袋にユニホームのサイズを書き、1,000円を納入してください。

ナンバーカードは無料ですが、紛失した場合は、500円の納入をお願いします。

### 7. 練習の中止、予定変更、連絡について

- ①雨天による練習中止の連絡は、練習開始1時間位前までにラインでお知らせします。

雨天でもNHKガード下で練習する場合があります。

- ②練習の予定日は、ラインとHPでお知らせします。直前にやむえない事情で変更がある場合、ラインでお知らせいたします。

## 8. 靴・服装について

- ①ジャージ等運動時の服装とし、カジュアルな服装はご遠慮ください。
- ②靴は、運動靴とします。靴底のあまりに厚いファッション系の靴は危険です。
- ③スパイクをすぐ用意する必要はありません。大会に参加するときなどに相談してください。
- ④スパイクをお貸しすることができます。
- ⑤ユニホームは、年1,000円でレンタルいたします。下はレーシングタイツでも良いです。

## 9. その他

- ①練習日程の変更、その他連絡事項は、ラインで行いますので、連絡先を必ず登録してください。
- ②インターネットHPがありますので、練習日程などを見てください。  
(室蘭市陸上競技少年団で検索してください。)  
当日練習が中止の場合もありますのでHPを見てから練習に来てください。

「<http://muroriku.world.coocan.jp/rensyuu2.html>」

- ③少年団のTシャツは、後日注文をとります。途中入団の方は相談してください。  
ジャージは各自で注文になります。ネット、スポーツ店に注文、どちらでも良いです。  
詳しくは、HPをご覧ください。なお、購入は任意であり、強制ではありません。
- ④リレーのメンバーは、入団したメンバーで100mのタイムを参考に決めます。
- ⑤毎月11日は室蘭イオンイエローレシートデーです。毎月11日室蘭イオンにおいて買い物をしたときにもらうイエローレシートを室蘭市陸上競技少年団のボックスに入れると、その購入金額の1%が少年団に寄付されます。11日イオンで購入された場合には、室蘭市陸上競技少年団のボックスに入れるようよろしくお願いします。例年は5,000円以上の寄付をいただいています。
- ⑥競技場内でのゲーム・おやつ・マンガ・オーディオ機器・携帯電話等は、禁止といたします。  
**携帯電話は、保護者との連絡のみの使用にしてください。**  
特に大会では保護者に選手の点呼確認や観覧態度の指導をお願いしなければなりません。
- ⑦競技場内でのふざけ、走り回ったりなどの行為は、大変危険です。指導者の目の届かない所では、保護者の皆様の指導もよろしくお願いします。
- ⑧審判が不足し、大会運営に支障をきたす時代になってきました。審判業務補助を行ってくれる方を募集します。審判登録料(7,500円)と審判ポロシャツは少年団で負担します。
- ⑨室蘭入江陸上競技場の入場料は、50円の現金か回数券が必要です。なお、室蘭市民の方は免除されます。
- ⑩5年生の保護者の方には、例年3月に行っている”ご苦労さん会”を企画・運営してもらっています。また、練習参加人数の記入、テントの保管等当番制でよろしくお願いします。
- ⑪小学低学年の選手、3学年初入団の選手にとって、週4回の練習は体の負担が大きいので、週1、2回程度に抑さえてくださるようお願い申し上げます。  
また、日常の練習でも、体の故障がおきないようになるべく中・高学年とは別メニューで対応していきます。
- ⑫小学低学年の選手と3学年初入団の選手は、アップ時の危険防止のため、一般記録会の参加はご遠慮していただきます。
- ⑬取得した個人情報、少年団活動のみに使用し、厳重に管理いたします。

## 2. 仕事内容

- ① 代表 〔 〕・・・代表、連絡窓口  
② 会計 〔 〕・・・収入、支出管理、保険料納入、大会参加料納入  
③ 名簿管理 〔 〕・・・団員名簿管理、入江練習出席者名簿作成、  
氏名箋作成

- ④ 大会申込 〔 〕・・・大会申込
- ⑤ 練習日程の作成 〔 〕・・・練習日程の決定、ラインで通知
- ⑥ スポーツ少年団関係 〔 〕・・・スポーツ少年団関係事務・連絡
- ⑦ ユニホーム・ナンバーカード管理 〔 〕
- ⑧ 陸上テント管理 〔 〕・・・陸上テント当番の割り当て
- ⑨ スパイク管理 〔 〕・・・スパイクレンタルの管理
- ⑩ 会計監査 〔 間 宮 西 穂 〕・・・決算書の作成・収入、支出の監査