

みず・まち・自然 エンジョイ！米子

multilingual translation >

You can get information about
Yonago on your smartphone.



音声読み上げ・多言語翻訳は「カタログポケット」で

広
報

よなご

7

2025
July
No.244

特 集

高校総体 in 米子

その一射、その一挙





最優秀賞：遠藤 咲季さん（米子松蔭高校）



最優秀賞：中原 来実さん（米子西高校）

◎特集

高校総体 in 米子

その一射、その一挙

全国高等学校総合体育大会は「インターハイ」とも呼ばれ、全国各地から予選を勝ち抜いた高校生たちが会場地に集まり、高校生日本一をかけた熱戦が繰り広げられます。今年、中国5県（広島県・鳥取県・島根県・岡山県・山口県）を中心に開催され、米子市は弓道競技とウエイトリフティング競技の会場となります。この夏、一射・一挙の瞬間に青春を捧げる高校生たちに、熱いエールを送ります！
 ㊤こども政策課高校総体推進室（☎21-0066）



開催競技のポスターとヨネギーズを高校生が作成しました

「競技種目別大会ポスター原画」を鳥取県西部地区内の高校生を対象に募集したところ全37作品の応募がありました。弓道は中原来実さん（米子西高校）、ウエイトリフティングは遠藤咲季さん（米子松蔭高校）の作品が最優秀賞に選ばれ、大会ポスターや大会プログラムの表紙として使用します。各競技をモチーフにしたヨネギーズは、濱田純成さん（米子松蔭高校）がデザインしました。



高校生日本一をかけた
熱戦が始まる！



ウェイトリフティング 競技大会



◆と き

8月7日(木)～11日(月・祝)

- ▶開会式 8月7日(木) 午後5時30分～
- ▶競 技 8月8日(金)～11日(月・祝)
- ▶閉会式 8月11日(月・祝) 競技終了後

◆ところ

米子コンベンションセンター

一般観覧者用臨時駐車場 (8月9日)

がいな祭の開催に伴い、8月9日(土)は米子コンベンションセンター前駐車場の混雑が予想されます。満車の場合は、「湊山中学校グラウンド」または「湊山体育館駐車場」をご利用ください。

※臨時駐車場(湊山中学校グラウンド、湊山体育館駐車場)は、表彰式終了後、速やかにご退場ください。

※雨天時には「湊山体育館駐車場」をご利用ください。湊山中学校のグラウンドは、雨天時は大変ぬかるむため、車両の通行を禁止します。

※シャトルバスによるピストン輸送は実施しません。

弓道競技大会



◆と き

7月31日(木)～8月3日(日)

- ▶開始式 7月31日(木) 午前8時50分～
- ▶競 技 7月31日(木)～8月3日(日)
- ▶閉会式 8月3日(日) 競技終了後

◆ところ

鳥取県立武道館

一般観覧者用臨時駐車場 (7月31日・8月1日)

7月31日(木)と8月1日(金)の2日間に限り、県立武道館の駐車場が満車の場合は、「コーナン米子河崎店」駐車場の指定された場所をご利用ください。シャトルバスが駐車場と会場の間をピストン輸送します。

▶シャトルバス運行時間

コーナン発：午前9時～午後3時40分

武道館発：午前9時20分～午後4時

※20分おきに運行、所要時間約10分

力と技の頂点へ

6回の試技の最高重量で競う

スナッチ、クリーン&ジャークの順に、それぞれ3回ずつ行い、成功した最高重量の合計で順位を競います。成功か失敗かは、3人の審判員が判定し、動きの滑らかさや肘のゆるみがないかなど細かくチェックします。

戦略が問われる頭脳競技の一面も

選手は試技ごとに「何kg 挙げるか」を申告し、申告重量の軽い選手から順に試技を行います。相手が失敗したら安全な重量で勝ちを確実に、逆に成功したらリスクを取って相手の記録を上回る重量を選ぶ、といった判断が求められます。単なる筋力勝負ではなく、戦略とメンタルが問われる頭脳競技の一面もあります。

ウェイトリフティング

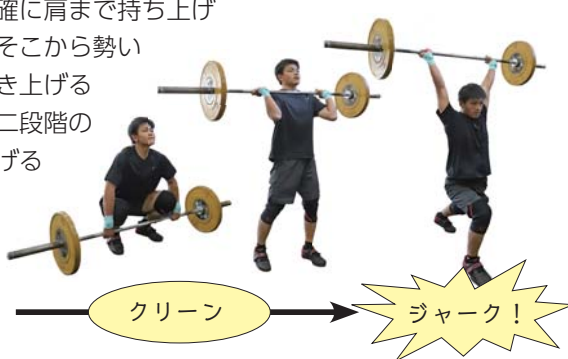
スナッチ

床から一気に頭上まで持ち上げる種目



クリーン&ジャーク

バーベルを正確に肩まで持ち上げ（クリーン）、そこから勢いよく頭上へ突き上げる（ジャーク）、二段階の動作で持ち上げる種目



は せ が わ あ つ き
長谷川 純希さん

2年生 73kg 級出場

きれいなフォームを意識して練習しています。先輩の記録を抜いて、結果で恩返ししたいです。大会では、ウェイトリフティング独特の駆け引きも楽しんでいただければと思います。

か り た や ま と
刈田 大和さん

2年生 81kg 級出場

新記録が出せた時の達成感が、やりがいにつながっています。もっと筋肉をつけたいです。声援が多いほうがヤル気が出るので、ぜひ会場に応援に来ていただきたいです。

か ん ば み そ ら
神庭 美昊さん

2年生 64kg 級出場

しっかり筋トレをして、もっと力をつけて、自分の中のベストを出したいです。大会では、独特の緊張感と選手たちの情熱、そして私たちが競技を楽しんでいる姿をみていただきたいです。

米子工業高校 ウェイトリフティング部

高校総体に出場する米子市の高校生に、意気込みを聞きました。ぜひ会場で、一緒に応援しましょう！

出場選手に熱いエールを！



弓道

弓を引き、心を射る

心のブレが矢のブレに

弓道では、直径36センチの的に向かって28メートル離れた位置から矢を放ちます。狙いがわずかに1センチ狂うと、30センチのズレに繋がるほど繊細な競技です。動かめ^{たいじ}的に対峙するのは、揺れる自分の心と体。それをコントロールするのが弓道の奥深さでもあり、「心を映す鏡」とも呼ばれます。

礼に始まり礼に終わる

弓道は的を射るだけの競技ではありません。道場への一礼から始まり、弓を収めるまでの一つひとつの所作に心を込める、「礼に始まり礼に終わる」武道です。「相手を敬う」「場を清める」「己の心を正す」といった意味が込められた、礼節を重んじる所作の美しさも見どころの一つです。

個人戦

選手一人ひとりが的に当たった本数で競います。予選・準決勝は4本のうち3本以上の的に当たったら通過。

決勝は、1本ずつ矢を放ち、当たった選手だけが残っていく「射詰競射（いづめきょうしゃ）」が行われます。当たれば次へ、外せば敗退といった極限の中で放たれる矢は、観客の心も射抜きます。

団体戦

5人1組で順番に矢を射るチーム戦です。各自4本、合計20本のうち何本当てられるかを競います。

チームが心を一つにして挑み、誰かが外しても仲間が繋げる、互いを信じて支え合う姿が感動を生みます。



皆さんのご健闘を
心からお祈りしています！



女子団体出場

今回、このメンバーで高校総体に出場できることになり、うれしいです。総体に出場するために、朝練するなど努力を重ねてきました。部員同士で射形を確認し合うなど協力しています。仲間のミスも全力でカバーし合って、お互い支え合いながら本番に臨みたいです。優勝めざしてがんばります！

米子西高校弓道部



青戸 椿さん

3年生 男子個人出場

先輩や先生の助言・指導のおかげで今回、出場することができ、とても感謝しています。練習も本番のつもりで臨み、的に当てようとするのではなく、正しい射法（矢を射るまでの動作）を意識しています。的中した後の「よし！」という歓声や拍手が力になります。絶対勝ちます！

米子工業高校弓道部