ご自由にお持ち帰りください
TAKE FREE
￥0

石川のスポーツ応援マガジン #28

GO-SPO

【特集】「自立と自律」育む
JUMPソフトテニスクラブ

技術よりも大切なこと―
83歳の名将 山下実さん

する人、観る人、支える人を、応援する。
金沢文化スポーツコミッション

七尾市の子どもたちに聞いた！
ぼく・わたしの夢

ここから、世界だ。
2026.8.7 Jリーグ新開幕

【掲載コラム】部活動はどこへ
部活動の意義と課題

3人制バスケットボールで能登に力を
第1回 エチャケーナカップ







私達と一緒にイベントを
作ってみませんか!!

ホクスイでは設営、商品レンタルなど
イベントに関わる仕事をしています。

イベントならホクスイ!!

正社員・アルバイト 募集中!!

お気軽にご連絡ください

ウェブサイト

Event Produce
ホクスイ

〒921-8001
石川県金沢市高畠3丁目259
(076)291-2725(代)
hokusui@nsknet.or.jp

フリーマガジン（無料）
ご自由にお持ち帰りください

GO-SPO

Vol.28 発行日2026年11月1日　発行 株式会社ワン・オール

GO-SPO GO-SPO GO-SPO

CONTENTS
GO-SPO No.28

2 【特集】JUMPソフトテニスクラブ
「自立と自律」育む

6 JUMPソフトテニスクラブ 名将 山下実さん
コートに立ち続けて55年目　技術よりも大切なこと―

10 金沢文化スポーツコミッション
する人、観る人、支える人を、応援する。

12 2026.8.7　Ｊリーグ新開幕
ここから、世界だ。

14 第１回 エチャケーナカップ
3人制バスケットボールで能登に力を

16 ぼく・わたしの夢
七尾市の子どもたちに聞いた！

18 部活動はどこへ
部活動の意義と課題

金沢 ゆめのゆ





〒920-0346 金沢市藤江南 3-26　TEL 076-204-5489

金沢西インターから車で５分！
「ゆめのゆ」の看板が目印！





県下最大級のラウンジ湯やサウナ、
露天風呂などが大人気！

Spo-An For Fun Sports & Cultural Activities

スポーツ／文化活動／ボランティア活動

スポーツ安全保険®



団体活動のための総合補償

保険の詳しい内容、資料の請求は、ホームページをご覧ください。

#スポーツチーム　#大学クラブ　#スポーツ少年団　#放課後事業
#総合型地域スポーツクラブ　#教室　#部活動地域移行　#文化系サークル　#ボランティア

[引受幹事保険会社]
東京海上日動火災保険株式会社

[共同引受保険会社（2025年4月予定）]
あいおいニッセイ同和／共栄火災／損保ジャパン／大同火災／
東京海上日動／日新火災／三井住友海上／AIG損保

公益財団法人スポーツ安全協会
https://www.sportsanzen.org

令和7年1月作成　24TC-005947

【特集】

「自立と自律」育む
JUMPソフトテニスクラブ

県内外から生徒が集まる「JUMP（ジャンプ）ソフトテニスクラブ」。実践経験が積める主催大会を多く開催し、子どもたちの挑戦と成長を温かく包む。指導するのは「自立と心」を育む83歳の名将と教え子を中心としたコーチたち。選手たちが練習に励むコートを訪ねた。



「もっとやりたい」から生まれた

「元気出していこう！」「ハーイ」

平日夜の金沢市内のテニスコートに、活気のある声と、ラケットがボールを弾く乾いた音が響く。学校の枠組みを超えたクラブ、「JUMPソフトテニスクラブ」の練習風景だ。

現在、クラブには小中学生を中心に四十人以上が登録。中学生の多くは、学校でソフトテニス部に所属し、部活動にプラスして参加している。

クラブ誕生のきっかけは、2018年に策定された部活動のガイドライン改定に遡る。「平日に一日、土日のどちらかに休みを入れる」という規定により、学校の部活の練習時間が制限されることとなった。長年、内灘中ソフトテニス部の外部コーチを務めてきた山下実さん（83）のもとに、「もっと練習したい」と選手たちから切実な声が寄せられた。

「もともと週七日練習していた子たちだったので、『休まずもっとやりたい』という声が上がったんです。その子たちのために、希望制で始めたのが最初です」。そう振り返るのは、現在、山下コーチとともにクラブをまとめる島（旧姓・相原）翔子さんだ。

クラブの歩みは平たんではない。コロナ禍では活動の制限を余儀なくされ、落ち着いた矢先の2024年には能登半島地震が発生。拠点としていた内灘中のコートが地震の影響で使用できなくなり、部員も入ってこられなくなったのだ。そこで昨年、クラブは拠点を金沢市へと移した。

現在、石川県内のほか、富山県、福井県、新潟県といった県外からも参加希望者が集まる。現在はクラブチーム登録はしておらず、選手たちは、中体連の試合は、学校代表として出場する。運営形態もユニークだ。月謝制をとらず、自分の体調や都合に合わせて参加したいときに参加するシステムを導入している。広くソフトテニスを知ってもらうため、単回で参加できるスクールの開催や、専門の指導者がいない学校の部活動支援にも赴いている。

「石川県はソフトテニスの『ジュニア王国』。競技人口も全国トップクラス。コーチ陣にもジュニア出身者、中学から始めたケース、どちらもいます」と島さん。

中学からソフトテニスを始めた初心者や、選手層の厚い地域ではなかなか試合の機会が得られない子も少なくない。そうした子も実践の機会を増やせるよう、クラブでは月一、二回、主催大会「JUMPカップ」を開催している。



この日の練習場所は東金沢スポーツ広場のテニスコート

「一回戦で負けてしまったら試合の機会も少ないままです。子どもたちには、少しでもユニフォームを着て試合に出る機会を増やしてあげたいんです」（山下さん）

レベル別に出場クラスを選択できるこの大会には、毎回二百人近くが集まり、初心者でも一日十試合以上が経験できるという。

技術や経験だけでは勝てない

クラブを牽引する監督兼コーチの山下実さんは、現在83歳。内灘中でバスの運転手や用務員として働きながら、1970年代からソフトテニス部を指導。定年退職後も外部コーチとして選手を育成してきた。これまで国内トップレベルの選手を数多く輩出。アジア選手権では教え子が金メダルを3個獲得している。

コーチの島さんも山下さんの教え子だ。中学入学後、競技を始めた島さんは、山下さんの指導で力を伸ばし、中高時代で三度、全国大会に出場している。金沢学院高卒業後、かねてからの夢だった看護師になるため県立看護大に進学。その頃から、山下さんの傍らで後進の指導にあたってきた。現在は看護師として働きながら、クラブの運営、指導を行う。

コーチの一人、多田里胡奈（ただ・りこな）さんは、小三から競技を始め、小・中・高で全国大会十回出場の実績を持つ。金沢学院高卒業後、県立看護大へ。看護師、保健師、養護教諭の資格をもち、現在、石川県の保健師として奥能登で勤務しながら社会人として競技を続けている。



コーチの山下実さん（中央）を囲んで。島（相原）翔子さん（右）、多田里胡奈さん（左）。クラブのコーチは20人ほど。

かほく市出身で、中学は学区外の河北台中に越境入学。現在の制度であれば、地元の中学に通いながら地域クラブで競技を続ける選択肢もあった。中学時代、ライバルだった内灘中のコート脇に立っていたのが、コーチの山下さんと島さんだ。「内灘中の選手たちは礼儀正しくてすごいなと思っていた」と多田さんは言う。

「中三のとき、地区ブロック大会決勝で内灘中に負けたんです。こっちは私を含め、小学生の頃から全国大会を経験している。内灘中は、中学からの初心者ばか

りだったのに、どうして勝てなかったんだろうって……」

山下さん、島さんとともにクラブの選手たちを指導し七年目。「二人の背中を見ながら、当時どうして勝てなかったのか、その答え合わせをしている感じです」

技術だけでは勝てないーーそれがソフトテニスだという。

「うまいだけでは勝てません。強い人が勝つ。駆け引きや、ペアの相手とのコミュニケーション、メンタルの持ち方も問われる。試合で追い込まれたとき、自分の中の不安や弱気に勝つための自立と自律が必要なんです」(山下さん)

コーチたちが練習でも重視しているのは声を出すこと。クラブの理念は「自立と自律」だ。

試合前の激励会。３年生は仲間として再会を約束しそれぞれの道へ進もうとしている



仲間とともに、もっと強く

クラブのキャプテンを務めた中学三年の吉橋ひなたさんは、母がソフトテニスをやっていたことから興味を持ち、中学一年から競技を始めたと話す。「中二の夏、JUMPカップに参加したのがきっかけで、クラブに入りました。コーチたちが丁寧に教えてくれて、どんどん練習が楽しくなった。以前は試合で、相手選手に(揺さぶられ)走らされることが多かったけど、自分の打った球が相手の前衛を抜けたときや、後衛を揺さぶるプレーができたときは嬉しい。JUMPは違う学校の子とも仲良くなれるし、いろいろな人と関われて勉強になります」



元キャプテンの吉橋ひなたさん(左)と元西恋椰さん(右)。吉橋さんは合併した中学のソフトテニス部で、合併後初の県大会出場を決めた

同じく中学三年・副キャプテンを務めた元西恋椰(もとにし・れな)さんも、中学一年でテニスを始めた。中学時代の戦績は、金沢市の春季大会で個人ベスト四、県大会ベスト三十二。「JUMPに通うにつれて試合で勝てるようになり、どんどんソフトテニスが楽しくなりました。スマッシュが決まったときは嬉しいです」。

新キャプテンとしてチームを引っ張る中学二年の小阪智巴(こさか・ともは)さんは、五歳から習っている武術太極拳(カンフー)でJOC十二位の実績を持つ。昨年までは両競技を両立していたが、今年はソフトテニスに比重を置く。「カンフーは全身で表現する競技。ソフトテニスで、ボレーで前に押し出す動きや体重移動の感覚は、カンフーの経験が活かせています。JUMPに入ってから、自分の課題が克服できて、もっとテニスが好きになりました。ペアと協力してプレーできるのが楽しい。みんなで楽しく、さらに強くなりたいです」。



写真左:現キャプテンの小阪智巴さん。在籍する中学でも部長を務める。 写真中左:遠征キャプテンの藤田凛花(ふじた・りんか)さん
写真中右:所属する学校では部員3人のソフトテニス部で奮闘。JUMPでさらなる活躍を目指す 写真右:新潟合宿にて





写真左:練習前、輪になって体操 写真右:「山形KSクラブ」との合同合宿にて。山下コーチの実績で、岐阜、滋賀、埼玉、山形など県外の幅広い地域から合宿等の申込みも多い。地震以降はチームが出向いている

自分で考えられる選手に

部活動の地域移行が進むなか、クラブに通う子たちは、それぞれの学校代表として中体連の大会に出場している。島さんは言う。

「理由の一つは、中体連の代表として県大会への挑戦の機会が広がること。もう一つは、卒業アルバムにソフトテニス部として思い出を残すことができる。所属するコミュニティはたくさんあるほうが良いですよね。こういう考え方も、山下コーチの教えです」

クラブには、学校に通いづらさを感じる中学生が来ることもあるという。

「まずは家から外に出て、人とコミュニケーションを取ることから。ここにいても大丈夫、という安心感が、自信にもつながると思います」(山下さん)

島さんは言う。「生徒たちには自分の考えをしっかり持ってプレーできるようになってほしい。中体連の大会では、私たちコーチはベンチに入れません。最後に頼れるのは自分だけ。『あれだけ練習を頑張ってきたんだから、大丈夫』と自分を信じられる心を培ってほしいです」

クラブとしての今後は――。

「本来、部活で思い切り活動できれば、JUMPのような場所はなくてもいいのかもしれません。でも今は、時代も変わっている。部活動の地域移行が完了するまでは現在の体制で続ける予定でいます」(島さん)

半世紀にわたり受け継がれてきた思いに支えられ、選手たちは今日もボールを追いかける。■



コーチの川江咲希さん(左)、水野夢野さん(右)。内灘中出身の川江さんは、能登高校時代、地元開催のインターハイ出場。現在は保育士。水野さんは河北台中出身、金沢学院高・大。全国大会の経験を経て現在市役所勤務。社会人として競技も継続





写真左:七尾・和倉温泉運動公園 テニスコートで開催された「JUMPカップ」の様子 写真上:埼玉遠征の一場面。コーチの多田さん(左端)は、県外のサポートチームで監督を務め、東日本ジュニアソフトテニス選手権で埼玉県チームを優勝に導いた



コートに立ち続けて55年目

技術よりも大切なこと――
83歳の名将 山下実さん

指導者として全国優勝3回

「JUMPソフトテニスクラブ」の監督兼コーチを務める山下実さん。83歳となった今も週に2日はコートに立つ。二十代の頃に内灘中学校のソフトテニス部の指導に携わるようになり、今年で指導者として55年目を迎えた。

その歩みは、一般的な部活動の指導者とは一線を画す。

能登の穴水町出身の山下さんは、若い頃は体操のつり輪選手として活躍する一方、ソフトテニスにも親しんだ。社会人となってからはフランスベッドの営業マンとして働き、畳で寝るのが当たり前だった時代に全国トップの営業成績を残したという。

その後、安定した仕事にと内灘町の職員に。スクールバスの運転や学校用務員を務める中で、学校からソフトテニス部の指導を依頼され、男子ソフトテニス部を設立、その後、女子部の指導にあたるようになった。

山下さんが指導した内灘中ソフトテニス部は、全国大会で優勝3回、準優勝2回、ベスト4入り4回という実績を上げた。アジア選手権金メダリストの水上志乃さんをはじめ、数々の日本代表選手や指導者も輩出してきた。

まずは人としての基本を徹底

生徒たちに伝えてきたのは、技術以上に挨拶など基本的なこと、コミュニケーションの大切さだ。

それらは、自身が営業マン時代に身をもって学んだことでもあった。

「まずは、挨拶をしっかりする、時間を守る、体調を管理するという、当たり前のことを徹底すること。ソフトテニスは二の次。大事なのは気持ちやね。コミュニケーションの力がつけば、指導者にも自分から質問できるし、試合にペアと話せば緊張が緩和される。そうやって、子どもたちは自信を持てるようになるんじゃないかな」

「コーチは身体の横や背中にも目がある」と教え子たちは口を揃える。練習中、山下さんの背後で、見えていないと思いボール拾いをサボる生徒がいると、すぐに見破られたという。指導において、生徒の小さな変化も見逃さない。表情や口数、練習中のランニングのペースなど、普段と違う生徒のサインに気づき、声をかける。勝負の場で弱さが出たときに、チームでカバーし合えるよう取り組む。練習にも妥協はなかった。

「ライバルが3球打つ間に10球打とう。初心者が強豪校と同じことをしていたら永遠に追いつけない」と、小走りでボール拾いをし、練習量を確保した。

敵は自分の中の弱い自分

山下コーチの教え子たちが学び、力にしてきたことは、「弱い自分に負けないこと」だ。

「試合で追い込まれ弱気になると、『自分の中に強い自分と弱い自分がいる。敵は対戦相手じゃなく、自分の中の弱い自分。そこに打ち勝つこと』と、いつも生徒たちに言ってくれました」（島さん）

「自分で考え、判断できることの大切さ」――クラブの現在の理念にもつながる。

「JUMPは、足りないものを補うのではなく『やりたい』という気持ちを伸ばす場です。楽しく取り組むとは、一生懸命努力した先にある楽しさや、やりがいを大切にすること。全国大会を目指すのもクラブの飛躍につながりますが、目的は選手自身の成長であり、勝敗は結果です。結果にとらわれてJUMPらしさを見失わないよう、大切にしている軸をぶらさず、みんなで守り続けていきたいですね」（山下さん）

時代ややり方が変わっても根本的な戦う姿勢や切磋琢磨する努力は変わらない、と山下さん。

「見え方が変わっても大切にしたいものは変わりません。クラブの生徒たちは、ソフトテニスを選んでくれて、さらにJUMPを見つけてくれて、望んで練習にきてくれる。家族でも友達でもない、仲間になっていくその過程と成長をいつも楽しみにしています」■





写真左：コーチの多田さん（左）と島さん（右）が山下さんから学んだことは多い。 写真右：クラブの選手たちに話をする山下さん

「コミュニケーション力が自信につながる」

「自分の中の弱い自分に負けない」



「大事なのは、子どもと真剣に向き合うこと」と山下さん。83歳の現在まで大きな病気はなく、健康体だそうだ。「ソフトテニスは生涯スポーツです」。

七尾市 和倉・能登島スポーツ施設

和倉温泉運動公園テニスコート

Wakura-Onsen Sports Park Tennis Court

2026年 4月 再開

北陸最大級、砂入り人工芝24面のテニスコート

大会開催や団体利用にも適した、北陸最大級のテニスコート施設。

施設の特徴 FEATURES



見取り図



砂入り人工芝 24面



ナイター照明 6面



クラブハウス完備

施設情報 INFORMATION

所在地	〒926-0171 石川県七尾市石崎町泉台2番地
電話番号	0767-62-0909
営業期間	1月4日～12月28日
営業時間	6:00～21:00
設備	更衣室・シャワー室あり

利用料金 PRICE

テニスコート

1時間につき　高校生以下 300円 ／ 大人 600円

照明設備

1時間につき　600円

※利用料金は1面あたりの金額です。

温泉のまち和倉から スポーツでつながる、元気な未来へ

合宿・大会・練習利用におすすめ

詳細は公式サイトをご確認ください ｜ wakura-notojima-sports.com

七尾市 和倉・能登島スポーツ施設

能登島グラウンド

NOTOJIMA GROUND

2026年 9月 再開



海と緑に囲まれた、最高のスポーツフィールド。

2面 人工芝サッカー ／ 21時 ナイター対応 ／ 154台 普通車駐車

施設の特徴 FACILITIES & FEATURES



サッカーコート
人工芝 2面



アップ場
ウォーミングアップ



フットサル＆テニス
テニス3面・フットサル2面



屋根付き観客席
雨や日差しに配慮



クラブハウス
トイレ・控室あり



駐車場
普通車154台・マイクロバス20台

Aコートはナイター照明付き　合宿・大会・練習利用におすすめ

施設情報 INFORMATION

1. 所在地　〒926-0211 石川県七尾市能登島向田町馬付谷内31番地1
2. 電話番号　076-207-7974
3. 営業期間　1月4日～12月28日
4. 営業時間　8:00～21:00

人工芝2面・兼用コート・充実の付帯設備

利用料金 PRICE / 1時間

サッカーコート

平日	中学生以下	2,000円	大人	2,500円
土日祝	中学生以下	2,500円	大人	3,000円

アップ場

平日	中学生以下	1,000円	大人	1,300円
土日祝	中学生以下	1,300円	大人	1,500円

テニスコート　1面・1時間 500円

※各料金は1面あたり。詳細条件は公式サイトをご確認ください。

ご予約・お問い合わせ 076-207-7974

公式サイト wakura-notojima-sports.com

KANAZAWA CULTURE AND SPORTS COMMISSION

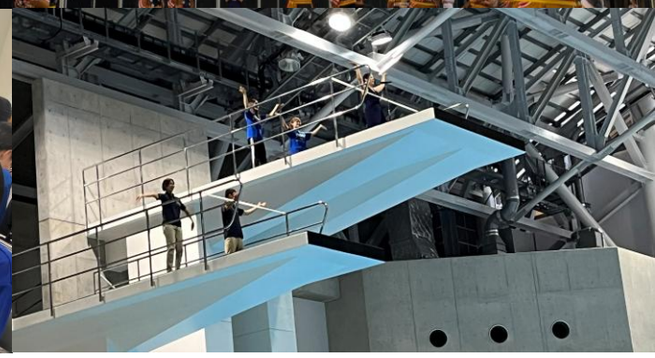
する人、観る人、支える人を、応援する。

金沢文化スポーツコミッション









大会も合宿も金沢らしく！

スポーツ×文化

今年の夏はスポーツに文化に大盛り上がり！

8月9～11日、「第78回西日本医科学生総合体育大会　水泳競技」では「ソプラノ歌手 直江学美」によるパフォーマンスで飛込台の上から選手にエールを送りました🎶

8月21～26日、「文部科学大臣杯第78回全日本大学準硬式野球選手権大会」では無形民俗文化財指定の「加賀鳶梯子登り」を披露し、伝統の技に会場は大盛り上がりでした💪

9月4～6日、「第54回西日本トランポリン競技選手権大会」では金沢出身の邦楽家「邦楽囃子方 望月 太満衛」「横笛奏者 藤舎眞衣」「箏曲家 北村 雅恋」「胡弓・民謡歌手 加賀山 紋」4人で結成された「金沢 邦楽カルテット」が演奏を披露し、大会に金沢らしさを演出してくれました👏

8月2～5日には「山形学院高等学校女子バレーボール部」のみなさんが金沢合宿を行い、金沢の伝統工芸である「加賀八幡起上り」の絵付け体験に挑戦しました。それぞれが個性たっぷりな作品を仕上げ、大満足の様子でした😊

金沢でしか体験できない、金沢らしい大会・合宿だったと感じてもらうための金沢文化スポーツコミッションの取組にこれからも注目してください！





金沢文化スポーツコミッションは「見る人、する人、支える人」を応援し、思い出に残る大会となるよう、全力でサポートしていきます！

11月・12月注目大会

日本一決定戦が金沢で！

11月14～15日には、各地区から選抜された一流の選手たちが頂点を目指す全国大会「2026 U23アルティメット地区選抜対抗戦」が開催されます。選手たちの活躍に期待しましょう✨

11月20～22日には、全国9地区＋開催地枠1地区のオールスターメンバーで結成されたチームで競う全国大会「日本トリムPresents 第18回 全国女子選抜フットサル大会」が開催されます。熱い試合になること間違いなしです💥

11月29日には、各県の予選を突破した64名が競う「第13回日本ペタンクシングルス選手権大会」が開催されます。当日は男子・女子の日本一が決まるレベルの高いプレーが繰り広げられます！

12月12～13日にはバドミントン国内トップリーグである「バドミントンS/Jリーグ2026金沢大会」が開催されます。昨年度もこの大会の会場は超満員！今年も多くの方が来場し、熱い声援を送ることでしょう🔥

11・12月の開催予定大会

競技種目	大会名	開催日	会場
フライングディスク	石川オープン2026「アルティメット金沢大会」	11/1日	金沢大学 SOLTILO FIELD
フライングディスク	2026 U23 アルティメット地区選抜対抗戦	11/14土-15日	西部緑地公園陸上競技場
茶道	百工茶会	11/15日	松涛庵 ジャルダン・ポールボキューズ
フットサル	日本トリムPresents 第18回 全国女子選抜フットサル大会	11/20金-22日	いしかわ総合スポーツセンター
ペタンク・ブール	第13回日本ペタンクシングルス選手権大会	11/29日	北部公園第5多目的グラウンド
ソフトバレー	第2回ハイシニア・ソフトバレー交流会	12/5土	金沢市営中央市民体育館
水泳	百万石オープンマスターズスイムミート2026 兼 第33回石川県マスターズ水泳選手権大会	12/6日	金沢プール
バドミントン	バドミントンS/Jリーグ2026金沢大会	12/12土-13日	いしかわ総合スポーツセンター

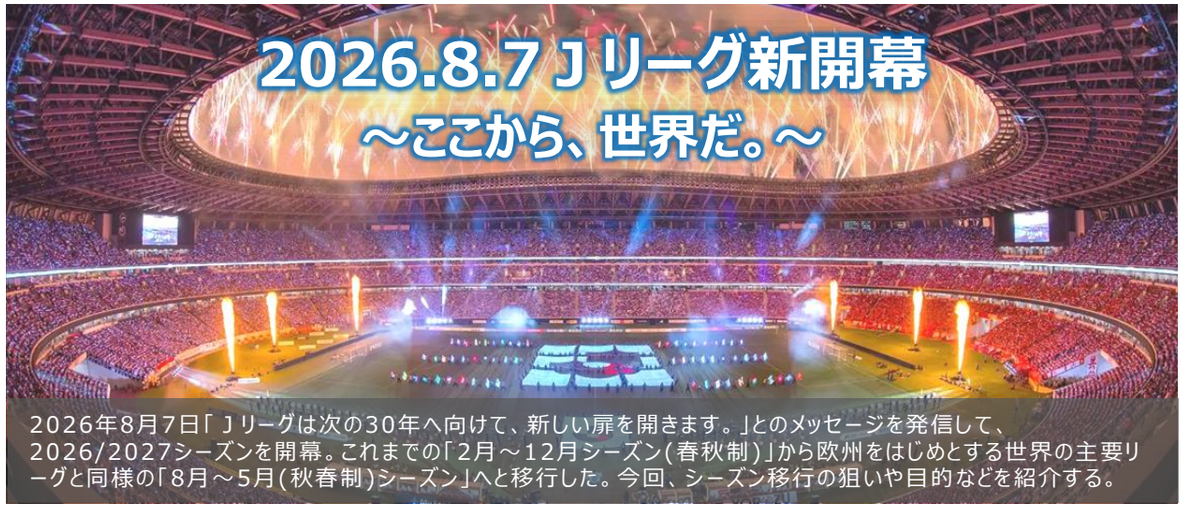
金沢文化スポーツコミッション
公式ホームページ
過去の大会、今後の大会などのイベント情報のほか、
スポーツ・文化にまつわる「STORY」、
金沢文化スポーツコミッションの取組などを紹介しています

＼スポーツのちからで能登を元気に／
被災した子どもたちの
スポーツにまつわる“夢”募集!!
《活動団体》スポーツのちからプロジェクト





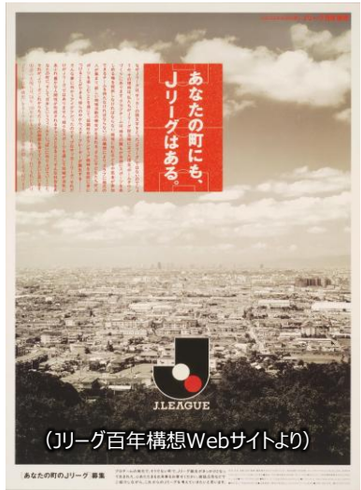




2026年8月7日「Jリーグは次の30年へ向けて、新しい扉を開きます。」とのメッセージを発信して、2026/2027シーズンを開幕。これまでの「2月～12月シーズン(春秋制)」から欧州をはじめとする世界の主要リーグと同様の「8月～5月(秋春制)シーズン」へと移行した。今回、シーズン移行の狙いや目的などを紹介する。

Jリーグの誕生

Jリーグは、1993年5月15日に開幕・誕生した。同年**「Jリーグ百年構想 ～スポーツで、もっと、幸せな国へ。～」**との長期ビジョンを発表。これは50年、100年かけて、日本を誰もがスポーツを楽しめる豊かな国にしていこうという日本のスポーツ文化の構造改革宣言だった。



(Jリーグ百年構想Webサイトより)

そして33年の時を経た2026年8月7日、Jリーグは大きな転換点となる**「新開幕」**を迎えた。

Jリーグ新開幕

2026年8月、Jリーグはシーズン移行を実施。これまでの2月～12月から8月～5月へと移行した（春秋制から秋春制）。同時にJリーグは「ここから、世界だ。」とのカ強いコンセプトを掲げた。

今号ではJリーグがシーズン移行した狙いや目的、選手やクラブのメリットなどを紹介する。

なぜ8月開幕なのか？

Jリーグがシーズンを秋春制に移行したのには主に3つの目的と狙いがある。

■世界基準との完全一致
Jリーグは世界のプロリーグとシーズン時期がずれていた。またAFCチャンピオンズリーグ（ACL）の秋春制への移行や国際試合のカレンダーの変更もあり、世界と同じ時間軸で歩むことを決断した。

■夏の酷暑回避と競技力向上
近年の夏は気候変動による猛暑が深刻化。夏の猛暑を考慮して6月～7月をシーズンオフにすることで、選手を守りつつ、高いインテンシティ（強度）の魅力的なゲームを提供できるようにする。

■国際格差の解消
2026年2月から「プロA・B・C契約制度廃止と1チームあたりの登録人数の上限を撤廃」を行い、各クラブが世界的な選手を獲得して欧州トップクラブとの実力差や売上規模の差を縮める構造作りを狙いとした。

新生Jリーグのスケジュールと特徴

新しいシーズンは、8月上旬に幕を開け同年12月中旬まで**「前半戦」**を戦います。

その後、冬の寒さや降雪地域の積雪対策として12月中旬から翌年2月中旬までの約2ヶ月間を**「ウィンターブレイク（冬季中断期間）」**として設定。

そして翌年2月下旬から**「後半戦」**が再開され、気候が最も穏やかで過ごしやすい5月末から6月上旬にかけてリーグが最高潮となる「優勝争いや残留・降格争い」の最終局面を迎えるスケジュールとした。

1993年に10クラブでスタートしたJリーグ。現在では全国60クラブ（J1/J2/J3）にまで拡大しています。さらに2026年8月から「U21 Jリーグ」が新たにスタートしました。高校卒業後、Jクラブに加入しても試合への出場機会が少ない課題を改善すべく、11クラブがU21リーグに参戦。日本サッカーにおけるU21世代の強化を目指します。（今後、本誌の中で紹介予定）



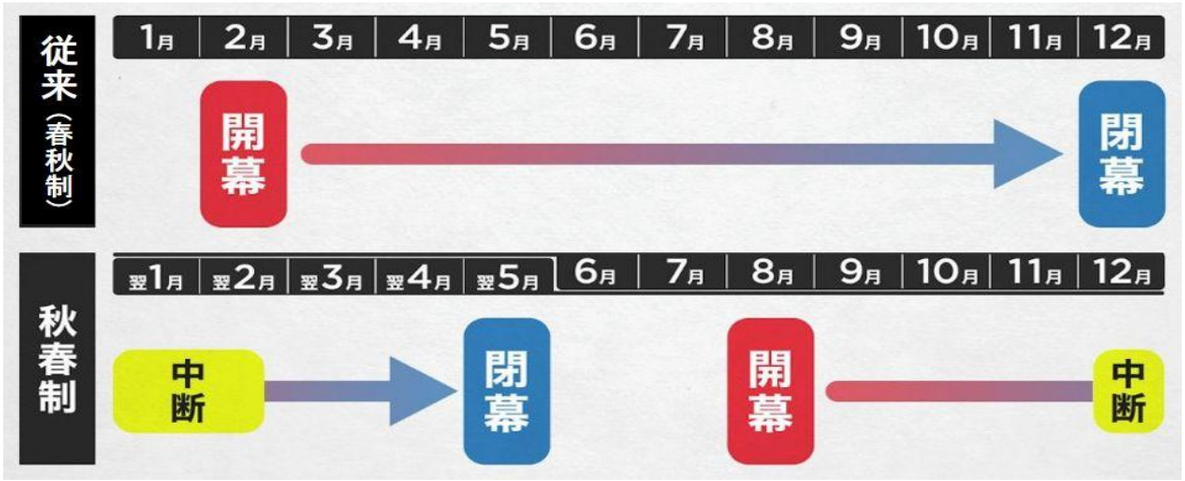


選手のメリット

ピッチの上で戦う選手たちにとって、この**8月開幕**はキャリアと体調管理の両面で大きなプラスとなります。

■海外挑戦とJ復帰がスムーズになる
世界の移籍マーケットは夏に大きく動く。これまでのJリーグはシーズンの真っ只中や終盤に選手が引き抜かれるため、移籍のタイミングが非常に複雑だった。今後は世界の移籍時期と同期するためシーズンオフである夏に海外クラブとの交渉・移籍が行えるようになる。

■年間を通じたコンディションの安定
最も体力を消耗する夏の酷暑期がシーズンオフになることで、選手の肉体的負担が軽減されます。これまでシーズン終盤の11月～12月にパフォーマンスの低下も見られたが、新シーズンでは春先（5月～6月）にシーズン佳境を迎えるため、快適な気候の中で選手が本来持つ100%の力を発揮しやすくなる。



クラブやチームのメリット

クラブやチームにとってもシーズンを世界基準に合わせることは、強化面・経営面で大きなアドバンテージを生み出します。

■シーズン途中の戦力ダウン回避
春秋制時代は夏に有望な選手が欧州に引き抜かれ、後半戦にチーム力が低下することが発生。これからは開幕時のチーム編成を崩すことなく年間を通じて一貫した戦術や安定したチーム作りが可能になる。

■強力な外国人選手の獲得チャンス拡大
欧州で夏に契約満了となった実力ある外国人選手を夏の開幕に合わせてフリー（移籍金なし）で獲得しやすくなるなど補強戦略の幅が広がる。

■国際大会のタイトル奪還へ
チーム編成とACL日程が一致したことで同じ監督・同じメンバーでアジアでの戦いを勝ち抜くことができるようになりアジアやその先のFIFAクラブワールドカップでの成功を目指す強みとなる。

日本サッカーの未来を書き換える旅

降雪地域におけるスタジアムのインフラ整備や日本の学校・企業の「4月新年度」とのズレなど解決すべき課題は存在します。しかしJリーグが世界トップレベルのリーグと肩を並べ、国際競争力を手にするためには「シーズン移行」は避けて通れない挑戦でした。より強度の高いエキサイティングな試合、世界へ羽ばたく若き才能、そしてアジアから世界を震撼させる強力なJクラブの誕生。

2026年8月に始まった**「新しいJリーグ」**は日本のサッカー文化をさらに高い次元へと引き上げていくスタートとなるでしょう。

Jリーグ百年構想を掲げて誕生した日本のプロサッカーリーグ。Jリーグは、プロサッカーリーグを運営する一方で、誰もが、いつでも、気軽に、さまざまなかたちでスポーツを楽しめる環境を作ること。サッカーやスポーツを通じて社会の力になることを理念に掲げています。「スポーツで、もっと、幸せな国へ。」これからもJリーグの発展に期待したい。（取材／大田 均）

第１回 エチャケーナカップ

～3人制バスケットボールで能登に力を～



2026年8月1日、輪島市で「第1回エチャケーナカップ（3人制バスケットボール・3x3）」が開催された。会場となったNOTO COMPLEX PLAYGROUNDには、U12世代のチームが参加し、熱気あふれる試合が繰り広げられた。当日は能登と富山の3人制プロバスケットボールチームによる3x3エキシビションマッチも行われた。

3人制プロバスケットボールチーム

２０２４年６月、石川県輪島市で3人制プロバスケットボールチームが誕生した。チーム名は「ＥＣＨＡＫＥ－ＮＡ ＮＯＴＯ ＥＸＥ（エチャケーナ・ノト・エグゼ）」。３ｘ３ ＥＸＥ ＰＲＥＭＩＥＲ女子リーグに参入し、全国を舞台に戦っている。

能登半島や石川県の歴史・文化・魂を受け継ぎ、地域に元気や勇気を届ける「地域一体型」のチームとして活動を展開しており、設立３年目となった２０２６年、地元・輪島でＵ１２世代を対象とした大会を開催した。

■チーム名
「えちゃけなぁ」は、能登の方言で「かわいい」という意味。

■チームカラー
能登半島の里山（土）・里海（海）を表現。

■ロゴ
能登半島・石川県の「地形」と「日本海の波」を表現。３つのラインには、未来へ受け継ぎたい能登半島の「歴史・文化・魂」が込められている。

■３人制バスケットボール（３ｘ３）
３ｘ３は５人制の半分のコートで行われる。

第１回エチャケーナカップ

能登半島地震によってスポーツ環境の多くが失われた中、「子どもたちにプロ仕様の屋内コートでプレーすることで、スポーツの喜びを感じてもらう機会をプレゼントしたい」との思いからエチャケーナカップが開催された。

この大会は、「能登の夏、バスケでつながる1日」をコンセプトに開催。単なるスポーツ大会にとどまらず、プロチーム「ＥＣＨＡＫＥ－ＮＡ ＮＯＴＯ ＥＸＥ」によるエキシビションマッチも行われた。子どもたちはプロ選手の技術を間近で観戦するとともに、試合後にはプロ選手と直接触れ合いながら、スポーツの楽しさや喜びを全身で感じていた。



熱気あふれる試合！

エチャケーナカップはＵ１２世代の男女１１チームが参加し、３ｘ３の公式ルールを採用。試合前にはエチャケーナ・ノト・エグゼのプロ選手によるルール説明が行われた。

参加した選手たちは、プロ仕様の屋内コートで試合を楽しみながら、勝利を目指して気持ちの入ったプレーを見せてくれた。


プロ選手によるルール説明

大会会場となったNOTO COMPLEX PLAYGROUNDには、能登を盛り上げようと関西から参加してくれたU12チームの姿があった。会場入口には、本大会直前に発生した熊本地震への支援金箱が設置されていた。能登半島地震の際に支援してくれた熊本のみなさんへ感謝を伝えようとする能登のみなさんの思いが感じられた。


エキシビションマッチに向かうプロ選手




熱く！楽しく！

エキシビションマッチ

当日は、プロチームである**ＥＣＨＡＫＥ－ＮＡ ＮＯＴＯ ＥＸＥ**（エチャケーナ・ノト・エグゼ）と**ＦＯＲＣＥＰＩＣＥ ＴＯＹＡＭＡ**（フォースパイス・トヤマ）によるエキシビションマッチが行われた。

試合はエチャケーナ・ノト・エグゼが１８対１４で勝利し、会場は大いに盛り上がった。


エキシビションマッチ





Ｕ１２の選手たちは自身の試合だけでなく、プロ選手の迫力あるプレーからも、たくさんの刺激を受けたようだ。目の前で繰り広げられるプロ選手の技術や戦術など、学ぶことも多かったと思う。

シュートが決まるたびに歓声が上がり、会場全体が熱気に包まれていた。

プロ選手と交流

エキシビションマッチで対戦した両チームには石川県出身の選手が多く在籍している。エチャケーナ・ノト・エグゼには輪島出身の選手もおり、試合後には選手と子どもたちが笑顔で交流する姿が見られた。


子どもたちと交流する選手

大会会場

エチャケーナカップの会場となった**ＮＯＴＯ ＣＯＭＰＬＥＸ ＰＬＡＹＧＲＯＵＮＤ**は、布袋寅泰さんと吉川晃司さんによるユニット「ＣＯＭＰＬＥＸ」からの寄附金などを活用して整備された完全屋内型のアーバンスポーツ施設。プロ仕様の本格的な「３ｘ３バスケットボールエリア」だけでなく、スケートボードやダンスエリアも整備されている。

地震でスポーツ環境を失った能登の子どもたちが思いきり汗を流すことができる施設。多くのみなさんの思いが詰まった大会と会場だった。



能登半島地震によって失われたスポーツ環境。そこに多くの方々による復興支援があった。その支援によって整備されたスポーツ施設。そして、その施設を活かした「第１回エチャケーナカップ」。未来への希望を込めて実現したこの大会が、これからも地域に根付き、能登の子どもたちの笑顔とスポーツの輪を広げていってくれることを期待したい。（取材／大田 均）

石川県内の頑張るジュニアに聞いた！

ぼく・わたしの夢

Q1.ぼく・わたしの夢は？
Q2.いま、頑張っていることは？
Q3.好きな選手は？



島田（しまだ） 悠煌リオン（ゆうが）さん（12歳）

田鶴浜ヒート 所属

Q1 プロになる(バスケで!!)
Q2 バスケ、学校での勉強をがんばっています。
Q3 ウィリー選手(Southバスケットボールショップ店長)
レブロン選手



村田（むらた） 蒼介（そうすけ）さん（8歳）

能登香島マリンスターズ 所属

Q1 プロやきゅうせんしゅ
Q2 ノックとバッティング
Q3 村上せんしゅ



土倉（つちくら） 起斗（おきと）さん（8歳）

能登香島マリンスターズ 所属

Q1 メジャーに行きたい
Q2 野手王求の練習
Q3 山本由伸



西端（にしばた） 千和（ちわ）さん（12歳）

田鶴浜クレーンズ 所属

Q1 天気予報士
Q2 バスケ
Q3 ウィーリー(Southバスケットボールショップ)



高城（たかぎ） 雫（しずく）さん（12歳）

田鶴浜クレーンズ 所属

Q1 保育士
Q2 一人でせめれるようになること
Q3 竹内力也選手・河村勇光選手



蔵谷（くらや） 颯（そら）さん（9歳）

能登香島マリンスターズ 所属

Q1 プロやきゅうせんしゅになってサムライジャパンでしあいに出る。
Q2 やきゅう
Q3 大谷しょうへいせんしゅ

和倉温泉運動公園
テニスコート
北陸最大級の24コート
練習試合や大会に最適！
高校生以下 1時間 1コート 300円
一般 1時間 1コート 600円

練習試合や大会に最適！
ナイター設備有り
コインシャワールーム完備
全天候型 天候に左右されず快適にプレー可能！
軟式も硬式も可能！ 軟式・硬式どちらのプレーにも対応！
宿泊の手配もさせていただきます！ 合宿や遠征にも安心！お気軽にご相談ください。
〒926-0171 石川県七尾市石崎町泉台2番地
電話番号 0767-62-0909
営業時間 6:00～21:00

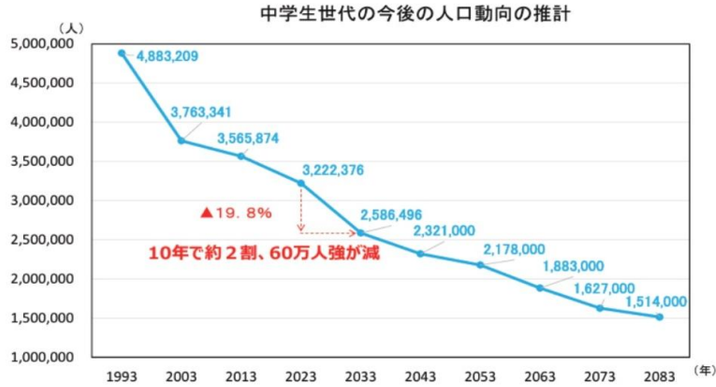
部活動はどこへ Vol.19

スポーツ庁が出しているデータの中で、 最も新しいものを２枚紹介しました。

これを見ただけで、 これまで通りでは持続困難であることが伝わると思います。
過去 10 年間の『運動部活動に加入している中学生数の推移』に、 皆さんはどんな感想をもたれるでしょうか。 これから先の 10 年で、 どんな変化がみられるのでしょうか。
この GOSPO 特別連載コーナー『部活動はどこへ』では、 今後加速度的に変化して行くと思われる状況を注視しながら、 これからも、 いろいろな情報提供をしていきたいと考えています。
さて、『部活動はどこへ』は、 ついに４年目に突入しました。
まことに勝手ではありますが、 今回は、 中学校の教育現場から離れ６年目となった私の全く個人的な視点で、 今、 思っている、 今、 願っていることを、 運動部活動の側面からアプローチすることにしました。

【関連データ】少子化の進展（中学生世代の人口の急激な減少）

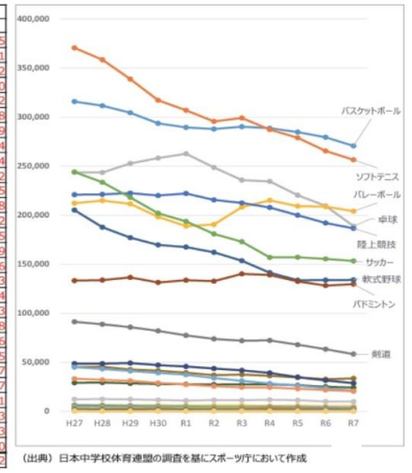
● 学校数の減少、それ以上に進む少子化で**生徒数／学校はさらに小さく**なる中、部活動は持続困難。



中学生世代の人口数は4月1日時点において12～14歳の者の数
厚生労働省作成「人口動態統計」月報（2023年４月）」により算出するとともに、将来の出生者数について、国立社会保障・人口政策研究所作成「日本の将来推計人口（令和５年推計）詳細結果表」の「１．出生中位（死亡中位）推計」を基に算出。

【関連データ】運動部活動に加入している中学生数の推移

競技	H27	R7	H27との比較 増減率	増減
バスケットボール	315,736	270,521	-14.32%	-45,215
ソフトテニス	370,476	256,375	-30.80%	-114,101
バレーボール	212,175	204,093	-3.81%	-8,082
卓球	243,673	188,833	-22.51%	-54,840
陸上競技	220,855	186,573	-15.52%	-34,282
サッカー	243,977	153,299	-37.17%	-90,678
軟式野球	205,147	134,078	-34.64%	-71,069
バドミントン	133,232	129,658	-2.68%	-3,574
剣道	91,295	58,371	-36.06%	-32,924
テニス	45,399	33,697	-25.78%	-11,702
水泳競技	48,753	28,838	-40.85%	-19,915
ハンドボール	29,180	24,212	-17.03%	-4,968
ソフトボール	45,130	20,848	-53.80%	-24,282
柔道	33,357	20,632	-38.15%	-12,725
弓道	12,461	10,072	-19.17%	-2,389
ラグビー	6,734	5,258	-21.92%	-1,476
体操競技	6,128	3,465	-43.46%	-2,663
新体操	4,785	2,451	-48.78%	-2,334
スキー	2,390	1,497	-37.36%	-893
空手	2,134	1,476	-30.83%	-658
ホッケー	1,591	1,155	-27.40%	-436
相撲	1,164	779	-33.08%	-385
なぎなた	906	589	-34.99%	-317
アーチェリー	845	458	-45.80%	-387
アイスホッケー	513	282	-45.03%	-231
スケート	471	268	-43.10%	-203
レスリング	153	100	-34.64%	-53
フィギュア	219	9	-95.89%	-210
合計	2,278,879	1,737,887	-23.74%	-540,992



（出典）日本中学校体育連盟の調査を基にスポーツ庁において作成

■部活動の意義と課題

部活動は、生徒の自主的、自発的な参加により行われるものであり、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等に資するものであり、学校教育の一環として、学習指導要領に位置付けられた活動である。部活動に参加する生徒にとっては、スポーツ、芸術文化等の幅広い活動機会を得られるとともに、体力や技能の向上に資するだけではなく、教科学習とは異なる集団での活動を通じた人間形成の機会でもある。部活動は多様な生徒が活躍できる場であり、豊かな学校生活を実現する役割を有する。

一方で、部活動の設置・運営は、法令上の義務として求められるものではなく、必ずしも教師が担う必要のない業務と位置付けられている。

教師の勤務を要しない日（休日）の活動を含めて、教師の献身的な勤務によって支えられており長時間勤務の要因であることや、特に指導経験がない教師には多大な負担となっているとの声もある。

三つの願いがあります

中学校の現場で36年間、生徒たちと歩み続けてきた私には、これからの教育とスポーツの未来に向けて、どうしても願わずにはいられないことがあります。

少子化が進み、部活動のあり方が大きく変わろうとしている今だからこそ、単に「部活動を残すか、なくすか」という議論ではなく、中学生の成長を支えるために何を大切にするのかを考えたいのです。

私には三つの願いがあります。

① アスリートセンタード・コーチングの普及

一つ目は、「アスリートセンタード・コーチング」の考え方が広く社会に根付くことです。

アスリートセンタード・コーチングとは、指導者が答えを与えるのではなく、選手自身が考え、選択し、成長していく過程を支える指導のあり方です。その在り方を化学反応を促進する「触媒」に例えられることがよくあります。

触媒は自ら反応するのではありません。しかし、その存在によって反応の速度を高めます。指導者も同じです。選手を意のままに動かすのではなく、その可能性を信じ、成長を後押しする存在であってほしいのです。

これまでの日本では、「教える側が正解を持ち、教わる側は従う」という関係が当たり前でした。しかし、変化の激しい時代を生きる子どもたちに本当に必要なのは、自ら考え、自ら決断し、自ら責任を負う力ではないでしょうか。

スポーツ界で始まっているこの変化が、やがて学校教育全体、そして社会全体へと広がっていくことを願っています。

②「三つの力」を育む教育へ

二つ目は、「三つの力」を育む教育がさらに重視されることです。

OECD の Education2030 では、

・新たな価値を創造する力
・対立やジレンマを克服する力
・責任ある行動をとる力

の三つが重要な資質として示されています。

私は、この三つの力こそが「よりよい社会づくりに貢献できる人」を育てる鍵だと思っています。

これからの社会には、正解のない課題があふれています。誰かから与えられた答えを覚えるだけでは乗り越えられません。

仲間と意見がぶつかることもあるでしょう。思い通りにいかない現実に直面することもあるでしょう。その中で悩み、考え、対話し、自ら答えを見つけていく経験こそが、人を成長させるのだと思います。

部活動はまさにその実践の場でした。勝敗だけではない。仲間との関わりや葛藤、挑戦と失敗の積み重ねが、子どもたちの人生を支える力になっていたのです。だからこそ私は、学校教育全体が、この三つの力を育む方向へ進んでほしいと願っています。

③ 非認知能力を育む社会へ

三つ目は、社会全体で非認知能力を育む環境をつくることです。非認知能力とは、意欲、忍耐力、自制心、思いやり、協調性など、テストの点数では測れない力です。

近年、その重要性が注目されていますが、こうした力は教室の中だけで育つものではありません。

遊びの中で育つ。
好きなことに夢中になる中で育つ。
人との関わりの中で育つ。

部活動改革を進めるの中で、単に活動の場を地域に展開するだけではなく、その教育的価値をどう引き継ぐのかを真剣に考えなければなりません。

AIは便利です。多くのことを教えてくれます。しかし、粘り強さや思いやり、人と共に成長する力を育てることはできません。

1993年と2023年を比べてみると、日本の総人口そのものは、0.5％の減少なのに、中学生世代の人数は34％も減少しています。

厳しい数字ですが、見方を変えると中学生一人あたりの人口が、25.6人から38.5人になっているわけで、たくさんの人が中学生に関われると考えることもできます。

みんなで、たくさんの人で、いろんなやりかたで、中学生に関わっていく。そんな社会を創造していきませんか。

次号に続きます。



授業や部活動を通して一生の仲間と出会おう！



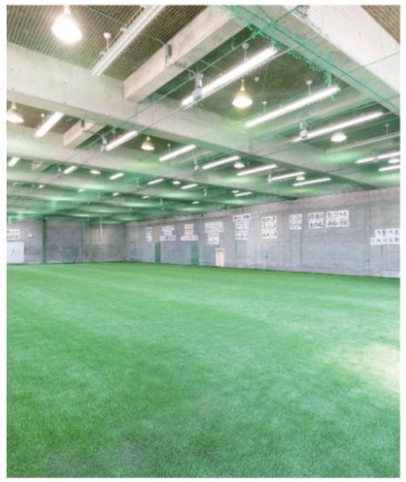


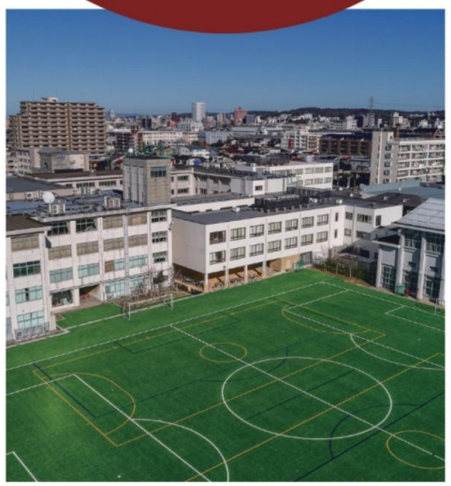
勉強やスポーツに全力で打ち込むための環境！





“夢をかなえる”を支え応援！君の主体性（チカラ）は金沢（ここ）で目覚める！







「夢をかなえる」を 支え、応援！ 金沢 エール KANAZAWA HIGH SCHOOL

学校法人金沢高等学校

〒921-8515 石川県金沢市泉本町３丁目１１１番地

TEL (076)242-3321 FAX(076)243-7231

ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ https://kanazawa-hs.jp

設置施設・店舗一覧

GO-SPO は県内の以下のお店・施設等で配布しております

■石川県全域
- ゴーゴーカレー各店舗

■金沢市
- 株式会社アルプ
- 株式会社アルプトラベル
- ゼビオ金沢
- 中安旅館
- 石川県青少年総合研修センター
- 天然温泉健康ランド ゆめのゆ
- テルメ金沢
- 岡ホテル
- チサンパジェット金沢駅前
- 金沢マンテンホテル駅前
- 金沢セントラルホテル
- ホテルマイステイズ金沢キャッスル
- ホテルマイステイズプレミア金沢
- ホテルマイステイズ片町
- 鹿島屋旅館
- ガーデンホテル金沢
- いしかわ総合スポーツセンター
- 石川県立野球場
- 石川県立武道館
- 金沢文化スポーツコミッション
- 金沢市教育委員会
- 金沢市総合体育館
- 中央市民体育館
- 城南市民体育館
- 城東市民体育館
- 城北市民体育館
- 城西市民体育館
- 森本市民体育館
- 浅野川市民体育館
- 額谷ふれあい体育館
- 西部市民体育館
- 鳴和台市民体育館
- 城北市民テニスコート
- 東金沢スポーツ広場
- 西金沢テニスコート
- 大徳テニスコート
- 陸上競技場（弥生）
- 金沢市営球技場
- 専光寺ソフトボール場
- 安原スポーツ広場
- 内川スポーツ広場
- 戸室スポーツ広場
- 市民野球場（磯部）
- 駅西むつみ体育館
- 金沢プール

■河北郡
- 津幡町文化会館シグナス
- 津幡運動公園 体育館
- 津幡町総合体育館
- 津幡町屋内温水プール「アザレア」
- 内灘町教育委員会
- 内灘町屋内多目的広場
- 内灘町屋内温水プール

■かほく市
- クラブパレット
- ELU
- あそびの森かほっくる
- イワイ家具
- 高松グラウンドゴルフ場
- はーふたいむ
- 道の駅たかまつ
- KITO
- 魚料理・民宿 やまじゅう
- 料亭・ビジネスホテル 河北亭
- かほく市商工会ジョイアクロス
- かほく市教育委員会
- スポーツコミッションかほく

■羽咋市
- ちりはまホテル ゆ華
- ビジネスホテル 羽音碧々
- 民宿 清水
- 料理旅館 大社庵
- ハートランドヒルズ in 能登
- 羽咋市役所
- 羽咋体育館

■野々市市
- 満天の湯・道の宿
- 野々市市役所
- 野々市市民体育館
- 野々市スポーツランド

■白山市
- ニュー松任ターミナルホテル
- グランドホテル白山
- ゼビオ イオンモール白山店
- ゼビオ フェアモール松任店
- ムラサキスポーツ イオンモール白山店
- 白山市教育委員会
- 松任総合運動公園 体育館
- 若宮公園体育館

■能美市
- 能美市教育委員会
- まなび文化スポーツ課

■小松市
- 粟津温泉 喜多八
- キャラバンサライ小松
- 小松市役所
- 小松市まちづくり市民財団
- 小松総合体育館
- 小松市武道館
- 小松ドーム
- 義経アリーナ
- 弁慶スタジアム

■加賀市
- アビオシティ加賀
- 加賀市役所
- 加賀市スポーツセンター
- 加賀体育館

■七尾市
- 七尾市役所
- ななお文化スポーツコミッション
- 道の駅 能登食祭市場
- 七尾市城山体育館
- 七尾総合市民体育館
- 七尾市中島体育館
- 七尾市能登島生涯学習センター
- 七尾市田鶴浜体育館
- 七尾市みなとふれあいスポーツセンター
- ふれあいセンター山びこ荘
- 健康増進センターアスロン
- 七尾市内
  - 各地区コミュニティセンター

■穴水町
- 穴水町教育委員会

■輪島市
- 輪島市教育委員会

■珠洲市
- 珠洲市教育委員会

■協会事務局
- 石川県スポーツ協会事務局
- 石川県障害者スポーツ協会事務局
- 金沢市スポーツ協会事務局
- 白山市スポーツ協会事務局
- 野々市市スポーツ協会事務局
- （一社）津幡町スポーツ協会事務局

GO-SPO 広告主募集中！

石川県のスポーツを一緒に応援しませんか？

発 行 日 奇数月の１日発行（年６回）

発行部数 10,000 部

配 布 先 石川県各市町の体育施設や各種店舗など

お問い合わせは、発行元の株式会社ワン・オールまで
メールでのお問い合わせは onespo@oneall2013.co.jp へ
公式LINEでもお問い合わせを受け付けております。

（株）ワン・オール ▼公式LINE▼

TEL:076-207-7974

広告掲載料金一覧

掲載面	サイズ	１回掲載料金（税込）
中面	1/4 ページ	¥16,500
	1/2 ページ	¥33,000
	1 ページ	¥66,000
	見開き２ページ	¥110,000
表２	表紙裏	¥110,000
表３	裏表紙裏	¥110,000
表４	裏表紙	¥165,000