

JOCオリンピック教室

令和8年1月7日
スポーツ振興課 乾
内線 4383
外線 225-1394

「JOC オリンピック教室」を実施します

公益財団法人日本オリンピック委員会（JOC）がオリンピック・ムーブメント推進事業の一つとして、教育機関等に協力をいただき実施している JOC オリンピック教室を石川県七尾市にて実施いたします。

JOC オリンピック教室とは、オリンピック出場選手（オリンピアン）が教師役となり、オリンピアン自身の経験を通して「オリンピズム」や「オリンピックの価値」等を伝えると同時に、その価値がオリンピアンだけのものではなく、多くの人々が共有し日常生活にも活かせることを授業（運動+座学）を通して学習してもらうことを目的に実施しています。

【概 要】

1. 期 日： 令和8年1月15日（木）
2. 場 所： 七尾市立七尾東部中学校（石川県七尾市藤野町リ部1番地）
3. 名 称： JOC オリンピック教室
4. 主 催： 公益財団法人日本オリンピック委員会（JOC）
5. 後 援： スポーツ庁
6. 協 力： 公益財団法人 JKA、石川県、七尾市教育委員会
7. 対 象： 中学校2年生（3クラス 計123名）
8. 時 間： 1クラス毎に連続2コマ（運動50分+座学50分）の授業

| | | |
|-------------------|-------------|----------|
| 1時限目（08:35～09:25） | 2年1組 運動@体育館 | 中野 紘志 先生 |
| 2時限目（09:35～10:25） | 2年1組 座学@教室 | 中野 紘志 先生 |
| 3時限目（10:35～11:25） | 2年2組 運動@体育館 | 齋藤 里香 先生 |
| 4時限目（11:35～12:25） | 2年2組 座学@教室 | 齋藤 里香 先生 |
| 5時限目（13:20～14:10） | 2年3組 運動@体育館 | 齋藤 里香 先生 |
| 6時限目（14:20～15:10） | 2年3組 座学@教室 | 齋藤 里香 先生 |
9. オリンピアンプロフィール：別紙参照
10. 取材について：
 - ・運動の時間は、授業に支障のない範囲であればステージ側以外の3方向の壁際から自由に取材・撮影していただいて構いません。但しオリンピアンと生徒の間を移動することはご遠慮ください。
 - ・座学の時間は、生徒及びオリンピアンが授業に集中できる環境を保つため、動画撮影場所は教室後方出入り口付近とし、動画撮影時間は授業冒頭（10分程度、その後、機材を廊下へ移動）のみとします。写真撮影についてはその後も教室後方から自由に取材・撮影していただいて構いません。動画及び写真撮影共に、廊下や教室内を移動しての撮影はご遠慮ください。
 - ・スタッフは指定の場所以外で撮影を行う場合がありますので、予めご了承ください。
 - ・通常授業時と同様の環境を保つため、運動・座学共にフラッシュを使用しての撮影はご遠慮ください。
 - ・授業中にオリンピアンが使用する映像や写真、スライド等はオリンピアン個人の資料となるため、撮影はご遠慮ください。
 - ・本事業は、換気や用具等の取扱いについて、感染症等拡大防止対策を一部講じて実施いたします。
 - ・当日取材を希望される社は、1月13日（火）13時までに「社名」「氏名」「連絡先」を記載いただき、メールにて今まで送信ください。

送信先：スポーツ振興課 (i-sports@pref.ishikawa.lg.jp)



オリンピアン先生



なかのひろし

中野 紘志 先生

【ボート】

(現：ローイング)

- 生年月日 1987年12月1日
- 出身地 石川県金沢市
- 出身校 金沢市立浅野川中学校 -
石川県立金沢二水高等学校 -
一橋大学-同志社大学大学院



プロフィール

大学入学後にボート競技を始め、2009年世界U-23選手権に於いて日本人で初めて2位の成績を収める。2012年日本代表に選出され、2016年にプロに転向。同年、リオデジャネイロ大会への出場を果たす。2019年全日本選手権大会男子シングルスカルで優勝し、2020年に現役を引退。現在は同大学ボート部ローイングコーチとして後進の育成や競技の普及に尽力している。

主な成績

<オリンピック競技大会>

| | | | |
|-------|------------|-----------|----|
| 2016年 | リオデジャネイロ大会 | 軽量級ダブルスカル | 出場 |
|-------|------------|-----------|----|

<国際大会>

| | | | |
|-------------|----------------|------------|----|
| 2009年 | 世界U-23ボート選手権大会 | 軽量級舵手なしフォア | 2位 |
| 2014年・2015年 | 世界ボート選手権大会 | 軽量級シングルスカル | 出場 |

<国内大会>

| | | | |
|-------|----------|------------|----|
| 2019年 | 全日本選手権大会 | 軽量級シングルスカル | 優勝 |
|-------|----------|------------|----|

ローイング

水上の直線コースでオールを使ってボートを漕ぎ、順位を競う競技。カヌーと逆で、進行方向に背中を向けて漕ぎます。ボートに足を固定し、レール上に設置されたシートが前後に動き、主に脚力を使って進みます。スタートからフィニッシュまで、艇がいかに速くたどり着くかを競うシンプルな競技ですが、2人以上のチームで行う種目が多く、チームワークが求められるため、息の合った美しい動きは観戦の醍醐味のひとつ。



オリンピアン先生



さいとう りか
齋藤 里香 先生
【ウエイトリフティング】

- 生年月日 1983年5月23日
- 出身地 京都府舞鶴市
- 出身校 舞鶴市立城南中学校 -
京都府立加悦谷高等学校 -
立命館大学一早稲田大学大学院



プロフィール

中学時まで陸上競技に取り組み、高校入学後、本格的にウエイトリフティング競技を始める。高校2年時に全国高等学校女子ウエイトリフティング競技選手権63kg級で優勝、高校3年時から階級を69kgに上げ、2001年全日本女子選手権で優勝。2008年アジア選手権スナッチ種目で日本タイ記録、クリーン&ジャーク種目では日本新記録を樹立する。同年北京大会への出場を果たし、2012年に現役を引退。引退後は東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会アスリート委員を歴任。現在は日本アンチ・ドーピング機構職員としてアスリートを取り巻く環境づくりに従事。また、JOCオリンピック・ムーブメント事業専門部会員として、推進活動に積極的に取り組む等、スポーツの発展や普及に尽力している。

主な成績

<オリンピック競技大会>

| | | | |
|-------|------|-------|----|
| 2008年 | 北京大会 | 69kg級 | 6位 |
|-------|------|-------|----|

<国際大会>

| | | | |
|-------|-----------------------|-------|----|
| 2001年 | 世界ジュニアウエイトリフティング選手権大会 | 69kg級 | 3位 |
| 2008年 | アジアウエイトリフティング選手権大会 | 69kg級 | 6位 |

<国内大会>

| | | | |
|-------|----------------------|-------|----|
| 2001年 | 全日本女子ウエイトリフティング選手権大会 | 69kg級 | 優勝 |
| 2012年 | 全日本女子ウエイトリフティング選手権大会 | 69kg級 | 優勝 |

ウエイトリフティング

両手でバーベルを握り、一気に頭上まで持ち上げて立ち上がる「スナッチ」と、プラットフォーム(床)からいったん鎖骨の位置までバーベルを持ち上げ次の動作で頭上に差し上げる「クリーン&ジャーク」を、それぞれ3回ずつを行い、最高重量の合計を競います。バーベルを持ち上げる時に両足の足裏以外がプラットフォームに触れたり、バーベルを持ち上げた後フリーの合図より前にバーベルを降ろしたりすると失敗となります。

