



TEAM FUKUOKA NEWS 2025

福岡県選手団ニュース R7. 01.29 Vol.3



第79回国民スポーツ大会冬季大会(スケート・アイスホッケー4日目!)

ショートトラック、熱戦を終え、本大会を振り返る

古賀あや監督兼選手(春日市立春日東中学校(教))は「今大会は、エースの黒川選手が日本代表の遠征と重なり欠場だったため、かなり苦しい戦いとなった。しかし、大学1年生の権丈選手が初の成年の舞台にも関わらず大活躍をみせ、チーム全体を勢いづけてくれた。リレー成年男子チームは、経験が浅いメンバーもいた中で、大健闘の3位入賞だった。これから更に上位を狙えるチームだと思う。過去に国体優勝を経験した先輩達から技術を継承して、もっと頑張りたい」と今大会を振り返った。



古賀あや
監督兼選手

フィギュア、少年男女4名、国スポ初出場!!次につながる、華麗な舞!

今回が国スポ初出場となった松尾選手、吉岡選手、高原選手、古賀選手は、堂々の演技を見せ、岡山の地で華麗に舞った。まだ、高校1、2年生であるため、次の大会で上位入賞が期待できる。



古賀選手



高原選手



吉岡選手(左)、松尾選手(右)

	選手名(所属)	SP	FS	福岡県
少年男子	松尾 武楼(沖学園高校 2年)	22位	17位	9位
	吉岡 祐誠(沖学園高校 1年)	24位	19位	
少年女子	高原 奈々子(福岡女学院高校 1年生)	20位	22位	12位
	古賀 成珠(福岡工業高校 2年生)	24位	18位	

※高原選手は、福岡県タレント発掘事業修了生

松尾選手のコメント 今回の国スポを通して、今の自分のレベルと自分自身の課題をハッキリさせることができた。次の国スポに向けて、今回、出来なかった事、新しい事や直すべき課題に取り組みたい。

吉岡選手のコメント 今大会では、様々な方のサポートもあり、初の国スポでも楽しく演技できた。

高原選手のコメント 落ち着いて演技ができ上手くまとめられたが、今後に向けてもっと表現力を上げていきたい。

古賀選手のコメント 1番目の演技だったので緊張したが、楽しむことができた。ノーミスで演技できて良かった。

長島ドクター for TEAM 福岡

冬の練習・試合でのパフォーマンスを上げるために、最適なのが、温水浴である。温泉や銭湯、大浴場付きのホテルも多く、温浴を利用できる環境が整っているため、用途に合わせてリカバリーのために活用してほしい。

温水浴は運動直後ではなく、帰宅後や就寝前に推奨されており、36~40℃で10~20分(血管拡張)で血流促進・体温上昇・副交感神経の促進などの生体反応があり、代謝産物除去や柔軟性改善・リラクゼーションなどの効果が期待できる。

また交代浴も練習・試合後できる限り速やかに、冷水浴10~20℃で1~2分(血管収縮)その後36~40度を1~2分(血管拡張)そのサイクルを3~5セット繰り返すことで、筋痛軽減・柔軟性改善・代謝産物除去などの効果が期待され、両者ともリカバリーに役立つ。

※長島加代子ドクターは、今回の冬季大会において本県のドクターとして、選手に帯同している。