

2023年度版 社会貢献活動報告書  
(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	メモリード	記入者名	
		連絡先☎	
		メールアドレス	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名 郡市対抗県下一周駅伝代替駅伝大会への出場	実施日/期間	2023年2月26日(日)	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/>	無償
		<input type="checkbox"/>	報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

## 概要・活動の狙い(自由記述)

毎年開催されています「長崎県郡市対抗県下一周駅伝」において、4チームより選手派遣依頼があり、長崎県の陸上競技普及活動にもつながる為、4名の選手を派遣しております。

本大会は、小学生～シニアまでの混成駅伝であり、3日間をかけて長崎県内を回る長崎県陸上界において大きな大会であり、陸上競技普及活動にもつながる大会でもありますので、参加しております。

## 【参加選手】

## ①長崎チーム

・安山 佳七

## ②西彼西海チーム

・大久保 菜々

## ③諫早チーム

・田島 美沙

## ④島原半島チーム

・永友 優雅

② 活動名 県内高校・中学の練習協力	実施日/期間		
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/>	無償
		<input type="checkbox"/>	報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

## 概要・活動の狙い(自由記述)

県内高校・中学より練習協力依頼があった際、出来る限り協力しております。

目的としては、普段の練習と違った雰囲気での練習を行いよりよい練習内容になることで、子供たちの陸上へ対する考えに良い影響を与え、陸上競技普及に繋がりたいという目的を持って行っております。

今年度は、長崎市内の大学1校、高校2校の練習を協力しております。

## 【協力した高校】

・長崎大学 2023年7月(1回) 9月(1回) 11月(1回)

## 【協力した高校】

・市立長崎商業高校 女子陸上部 2023年6月(1回) 9月(1回)

・私立瓊浦高校 女子陸上部 2023年4月(1回) 6月(1回)

③例目以降についてはこの様式を写してご記入ください。

2023年度版 社会貢献活動報告書  
(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	メモリード	記入者名	
		連絡先☎	
		メルアド	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名 長崎ベイサイドマラソンへの協力	実施日/期間	2023年11月19日(日)	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/>	無償
		<input type="checkbox"/>	報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

## 概要・活動の狙い(自由記述)

長崎市内で開催される唯一のマラソン大会であり、長年選手派遣や協賛などで協力しております。長崎市内は山が多く道も狭いため、中々大規模なマラソン大会を開催することが出来ない状況であり、本大会は長崎市内を始め県外からも多くの方々が参加される貴重な大会であり、長崎の観光業界にも大きな影響を与える大会でもある為、また長崎に期待とさせて頂けるよう、市民ランナーと共に走り、声掛けなどで走りをサポートし楽しくは知って頂けるように努めています。

今年は、5名の選手とランニングコーチが参加しております。

## 【参加者】

- 川谷 勇貴 (ランニングコーチ)
- 吉富 博子
- 永友 優雅
- 田島 美沙
- 大久保 菜々
- 安山 佳七

② 活動名	実施日/期間		
	対価の有無*	<input type="checkbox"/>	無償
		<input type="checkbox"/>	報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

## 概要・活動の狙い(自由記述)

③例目以降についてはこの様式を写してご記入ください。

## 2023年度版 社会貢献活動報告書

(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	旭化成延岡陸上部	記入者名	
		連絡先☎	
		メルアド	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名 宮崎県北部地区中高生合同練習会の実施	実施日/期間	2023年10月1日(日)	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償	<input type="checkbox"/> 報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

### 概要・活動の狙い(自由記述)

宮崎県北部地区の中高の指導者の先生方から、幣部と合同練習をしたいの要請で実施しました。学生さんのモチベーション向上と、幣部選手達とのコミュニケーションが図られた。先生方の要望により、今後も継続し、定期化する事を検討中です。



2023年度版 社会貢献活動報告書  
(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	安川電機	記入者名	
		連絡先☎	
		メールアドレス	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名  藤蔭高校陸上部交流会	実施日/期間	2023年3月31日 (金)	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償	<input type="checkbox"/> 報酬あり
<p>*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。</p> <p>【場所】 日田市陸上競技場</p> <p>【参加者】 藤蔭高校陸上部 (生徒22名、顧問1名) 安川電機陸上部 (岡田浩平、合田椋)</p> <p>【内容】</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・走る前の体操、ストレッチ指導</li><li>・生徒と一緒にトレーニング (1000m×5本)</li><li>・生徒からの質問コーナー</li> <li>・活動時の様子</li></ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"></div>			

② 活動名  YASKAWA Running Club (①川上中学校 ②須佐中学校、田万川中学校)	実施日/期間 ①2023年6月14日 (金) ②2023年6月16日 (日)
	対価の有無* <input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

概要・活動の狙い(自由記述)

**【場所】** ①川上中学校グラウンド  
**【参加者】** 川上中学校陸上部 (生徒5名 ) 安川電機陸上部 (中本健太郎)  
**【内容】** 合宿期間中に開催。

- ・中本監督の講話。(目標に向かっていくことの大切さなど)
- ・走り方教室 速く走るためのコツ
- ・質問コーナー

- ・活動時の様子



**【場所】** ②須佐中学校グラウンド  
**【参加者】** 須佐中学校陸上部 (生徒30名) 安川電機陸上部 中本健太郎 (監督)、平山竜成 (コーチ)、古賀淳紫 (選手)、加藤風磨 (選手)、佐藤俊輔 (選手)

**【内容】** 合宿期間中に開催。  
 ・走る前の体操、ストレッチ指導、  
 ・生徒と一緒にランニング。  
 ・質問コーナー

**【活動時の様子】**



③ 活動名 鳥飼小学校陸上教室（江南中学校合同）	実施日/期間	2024年2月5日（月）
	対価の有無*	<input type="checkbox"/> 無償 <input checked="" type="checkbox"/> 報酬あり



\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

**【場所】** 久留米市立鳥飼小学校

**【参加者】** 久留米市立鳥飼小学校（生徒291名）久留米市立江南中学校（オンライン200名、陸上部20名）  
安川電機陸上部（古賀淳紫）

**【内容】** 古賀淳紫の母校鳥飼小学校より陸上教室の依頼があり、講師として派遣。  
・古賀選手の実体験講話（校長先生との対談方式）  
目標にむかっていくことの大切さ、友人を大事にすることなど  
・生徒との練習会  
走る前の体操、ストレッチ指導  
8分間走（体育館で生徒と一緒にランニング）

**【活動時の様子】**

## 2023年度版 社会貢献活動報告書

(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	京セラ	記入者名	
		連絡先☎	
		メルアド	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名 持久走大会 (国分南小学校)	実施日/期間	2023/12/6	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償	<input type="checkbox"/> 報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

**【概要】** 持久走大会での自己記録更新と完走のサポート。地元を拠点とする実業団選手との交流。

**【対象者】** 鹿児島県霧島市立国分南小学校 全校生徒

**【詳細】** 小学校の行事である、持久走大会に参加。  
ペースメーカーとして児童の伴走、沿道から応援を行い大会を盛り上げた。

**【成果】** 自己記録を更新できた児童も多く、また、出走した全員が完走することができた。  
学校関係者から感謝のお言葉を頂いた。

**【添付資料】** あり

② 活動名 陸上教室 (上小川小学校)	実施日/期間	2024/2/7	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償	<input type="checkbox"/> 報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

**【概要】** 校内マラソン大会に向けた練習会。地元を拠点とする実業団選手との交流。

**【対象者】** 鹿児島県霧島市立上小川小学校 5・6年生 (66名)

**【詳細】** 2月末に行われる校内マラソン大会に向けた練習を実施。  
動きづくり等を行うなど、準備運動や整理運動の大切さを指導。  
また、マラソン大会を想定し、半分の距離である1000mのタイムトライアルを実施。  
ペースメイクをしながら、長距離の走り方のコツ等を教える。

**【成果】** 先生をはじめ、児童にも喜んでいただけた。  
昨年に続く開催だったこともあり、覚えてくれている児童も多く、  
交流の密度が増したように感じた。

**【添付資料】** あり

③例目以降についてはこの様式を写してご記入ください。

# 京セラ女子陸上競技部 社会貢献活動 活動① 持久走大会（国分南小学校）

## ▼ 霧島市 市報（書面）

The screenshot shows a newspaper page titled 'まちな話' (Town Talk). The highlighted article is '京セラの選手と持久走大会' (Kyocera Runners and Endurance Run). The article text is as follows:

**京セラの選手と持久走大会**

国分南小学校の持久走大会が12月6日、京セラ女子陸上部の選手をペースメーカーに迎え、霧島市の児童・選手からの声援や保護者らの応援を受け、子どもたちは元気いっぱい走り抜きました。

12月6日、霧島市国分南小学校で1年生から6年生までの児童が参加する持久走大会が行われました。京セラ女子陸上部の選手をペースメーカーに迎え、霧島市の児童・選手からの声援や保護者らの応援を受け、子どもたちは元気いっぱい走り抜きました。

## ▼ 霧島市 市報（HP）

**京セラの選手と持久走大会**

体力づくりの一環で、各小学校で行われている持久走大会。子どもの興味・関心を高めようと、国分南小学校で12月6日、京セラ女子陸上部の選手をペースメーカーに迎え開催されました。校舎周辺に1,000メートル、1,250メートル、1,500メートルの3コースを設け、各学年男女別で実施。選手からの声援や保護者らの声援を受け、子どもたちは元気いっぱいの走りを見せました。

先頭でゴールした1年生の児童は「頑張ってきたらずっと頑張っていたけど、1位はなれてうれしかった。選手は速いけど走り疲れた」と笑顔で話しました。ペースメーカーとして参加した川上 悠輝（もか）さんは「小学生の頃を思い出す。きつい気持ちも少しも緩くできたらうれしい」と話しました。

### 【引用先】

鹿児島県霧島市 | まちな話 (令和5年12月) (city-kirishima.jp)



# 京セラ女子陸上競技部 社会貢献活動 活動② 陸上教室（上小川小学校）



## 2023年度版 社会貢献活動報告書

(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	九 電 工	記入者名	
		連絡先☎	
		メールアドレス	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名 第10回 九電工こどもスポーツ教室2023	実施日/期間	2023/4/9	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償	<input type="checkbox"/> 報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

### 概要・活動の狙い(自由記述)

\*対象者、人数、具体的実施内容、取組み時に工夫した事、成果などを記載ください。

\*活動が分かる資料があれば、PDF等により別紙添付してください。

『九電工こどもスポーツ教室2023』を4年ぶりに開催。

※活動の狙い：これからの陸上界を担う若者の育成を通して、  
陸上競技全体の底上げと競技に対する興味を持って頂けるイベントを開催し、  
九電工及び陸上競技部を広く認知して頂く事と、  
陸上競技界の発展に寄与する事をその目的とする。

※対象者：小学生と親族

※参加人数：約200名の小学生と、その親族(200名超)

### ※具体的実施内容

①ふれあいジョギング

②跳躍デモンストレーション

③基本動作を学ぼう

※付き添いの親族は「ダイエットプログラム」体験

④リレー駅伝

⑤お楽しみ抽選会

## 『第10回 九電工こどもスポーツ教室2023』を開催

2023年4月12日投稿  
本社 総務部

2023年4月12日

4月9日（日）福岡大学陸上競技場にて、『九電工こどもスポーツ教室』を4年ぶりに開催しました！

陸上競技の楽しさを知ってもらうため、小学生を対象に2010年から開催しています。

澄みきった青空のもと、石橋社長の開会宣言でスタートし、陸上競技部の真野選手による走高跳デモンストレーションでは、こども達の身長を遥かに上回るバーを軽々と越える様子に、大きな歓声が上がりました。

その後、3つのクラスにわかれて陸上競技の基本的動作を学び、全員参加のリレー駅伝では、陸上競技部の選手達もチームに加わり、デッドヒートを繰り広げ、ケガなく、盛況のうちに終了しました。

当日、参加・協力いただきましたみなさま、ありがとうございました。



# 「第10回九電工こどもスポーツ教室 2023」開催！！

総務部

4月9日(日)、福岡大学 陸上競技場にて「九電工こどもスポーツ教室」を開催しました！  
晴天にも恵まれ、約200名の小学生が参加し、当社の陸上競技部員と一緒に、陸上の楽しさを学びました。

イベントの様子は、九電工公式Instagramからもチェックできますので、ぜひご覧ください♪



## イベントの様子



石橋社長  
開会のご挨拶



サイン会も  
開催！



MCは杉山39さん！  
タスキ課長と記念撮影♪



公式Instagramは  
こちらから



## 2023年度版 社会貢献活動報告書

(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	戸上電機製作所	記入者名	
		連絡先☎	
		メルアド	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名 小学生陸上教室の開催	実施日/期間	4月~6月 計7回実施
	対価の有無*	<input type="checkbox"/> 無償 <input checked="" type="checkbox"/> 報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

概要・活動の狙い(自由記述)

\*対象者、人数、具体的実施内容、取組み時に工夫した事、成果などを記載ください。  
\*活動が分かる資料があれば、PDF等により別紙添付してください。

スポーツの基礎である「走ること」を通して、児童の健全な心身の発達を図り、相互の親睦を深め、児童スポーツの活性に寄与することを目的とする。

- ・対象者 小学3年生～6年生、男女合わせて14名の参加
- ・実施日 4/13.20.27 5/11.25 6/1.8 合計7日、延べ94人参加
- ・実施場所 西神野運動公園
- ・陸上を初めてやる子どもたちもいたもので、本格的な内容というよりは、遊びやゲームを取り入れながら楽しく運動しながら動きづくりをしたり、基礎を指導した。

また、雨が降ったりした場合に、室内で限られたスペースの中で実施出来る内容なども考えながら取り組んだ。

教室の実施時間は17時からだったが、暑さが厳しい日もあったので、こまめに休憩をとり、水分補給を促して、体調不良者が出ないようにリスク管理を徹底した。





② 活動名 中学生を対象とした陸上指導	実施日/期間	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり


\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

概要・活動の狙い(自由記述)

地域の中学校の陸上部を対象として、実業団選手が選手と一緒に練習し、練習を引っ張ることに  
より、中学生たちの自己記録更新や、競技力アップを図る。また、練習後には質疑応答も  
行い、実業団選手から中学生にアドバイスなどを行った。

- ・地域の中学校5校参加 人数約60名
- ・実施場所 SAGAサンライズパーク陸上競技場サブトラック
- ・実施日 6/10(土)

実施者 2名

③例目以降についてはこの様式を写してご記入ください。

## 2023年度版 社会貢献活動報告書

(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	黒崎播磨	記入者名	
		連絡先☎	
		メルアド	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名 上津役小学校走り方教室	実施日/期間	2023年5月27日(土)	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償	<input type="checkbox"/> 報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

### 概要・活動の狙い(自由記述)

\*対象者、人数、具体的実施内容、取組み時に工夫した事、成果などを記載ください。

\*活動が分かる資料があれば、PDF等により別紙添付してください。

概要 : 地元北九州市の上津役市民センターより依頼を受け、陸上教室を開催  
参加者 : スタッフ2名、選手5名  
対象者 : 上津役小学校児童(1年生~6年生) 約50名  
実施内容 : 下記の内容と一緒に実施。

- ①紹介、準備体操、ウォーミングアップ(10分程度)
- ②正しいフォームを身体で覚える
- ③速い動作を身につける
- ④50mのタイム測定
- ⑤体操(ストレッチ)、質疑応答

※全体時間:2時間

工夫点 : おにごっこなど、遊びの要素を取り入れて楽しく身体を動かした。  
当日は非常に暑かったので、こまめに給水や声掛け等、熱中症対策を行った。



② 活動名 防府市持久走教室	実施日/期間	2023年10月11日(水)
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

概要・活動の狙い(自由記述)

概要 : 合宿先の防府市スポーツ協会より依頼をうけて、陸上教室に参加  
 参加者 : スタッフ1名、選手8名  
 対象者 : 防府市の小学生1年～4年生の男女約100名  
 実施内容 : 下記の内容を一緒に実施。

- ①準備体操、ウォーミングアップ(8分程度)
- ②1・2年生(800m)、3・4年生(1000m)
- ③ダウンジョグ(400m)
- ④体操(ストレッチ)

工夫点 : 一緒に走りながら、最後まで走り切れるように声を掛けた。  
 積極的にコミュニケーションをとり、走り方のコツを教えた。



連盟事務局経由連合事務局あて

報告日

## 2023年度版 社会貢献活動報告書

(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	三菱重工マラソン部	記入者名	
		連絡先☎	
		メルアド	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名  三菱重工マラソン部と一緒に走ろう会	実施日/期間	3/20 (水) 実施予定
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり

\*交通費実費や社会通念上妥当な菓子折り等の謝礼の受領は「無償」に分類してください。

## 概要・活動の狙い(自由記述)

\*対象者、人数、具体的実施内容、取組み時に工夫した事、成果などを記載ください。

\*活動が分かる資料があれば、PDF等により別紙添付してください。

対象者；小学1年生～一般迄

参加人数；現在申込集約中（2022年度開催時 250名）

開催種目 小学1・2年生（女子） 800m  
 小学1・2年生（男子） 800m  
 小学3・4年生（女子） 1000m  
 小学3・4年生（男子） 1000m  
 小学5・6年生（女子） 1000m  
 小学5・6年生（男子） 1000m

## イベント

中学1年生（女子） 1500m  
 中学2・3年生（女子） 1500m  
 中学1年生（男子） 1500m  
 中学2・3年生（男子） 1500m  
 中学生共通（女子） 3000m  
 高校・一般（女子） 3000m  
 中学生共通（男子） 3000m  
 高校・一般（男子） 3000m

各クラスでペースメーカーとして、マラソン部選手3～4名と一緒に走ります。

力に合わせ、先頭・中盤・後方と別れて、対応しています。

長距離種目のみだけでなく、イベント的にリレー競争を小学生・中学生の部で実施しています。

選手と触れ合える様にしており、選手からサインをもらったりする子供もいます。



NEWS

# 第13回三菱重工マラソン部といっしょに走ろう会開催のお知らせ

2024-02-13

📍 | f X in

DOWNLOAD



Term Of Use



3/20（水・祝）に「第13回三菱重工マラソン部といっしょに走ろう会」を開催します。全種目に三菱重工マラソン部の選手たちが一緒に走ります。（伴走）選手たちと触れ合えるイベントも企画しておりますので、是非お申込ください。

\*観戦・応援のみのご参加も可能です。

## 開催日

2024/3/20（水・祝）

\*小雨決行・荒天の場合は中止

## 時間

受付 08:30～9:00

開会式 09:00～

競技開始 09:30～

## 会場

長崎総合運動公園陸上競技場（長崎市柿泊町2079）

## 参加費

無料

## 開催種目・スタート予定時刻

順	種目	組	種目コード	距離	スタート時刻
1	小学生1・2年生 (女子)	1	A	800m	9:30
2	小学生1・2年生 (男子)	1	B		
3	小学生3・4年生 (女子)	1	C	1000m	9:55
4	小学生3・4年生 (男子)	1	D		
5	小学生5・6年生 (女子)	1	E		10:20
6	小学生5・6年生 (男子)	1	F		
休憩15分 (10:45~11:00)					
7	マラソン部と勝負 小学生の部 (女子)	1	G	800m	11:05
	マラソン部と勝負 小学生の部 (男子)	1	H		
8	イベント	-	-	-	11:30
9	中学生1年生 (女子)	1	I	1500m	12:00
10	中学生2・3年生 (女子)	1	J		
11	中学生1年生 (男子)	1	K		12:30
12	中学生2・3年生 (男子)	1	L		
13	中学生共通 (女子)	1	M	3000m	13:00
	高校・一般 (女子)		N		
14	中学生共通 (男子)	1	O		13:30
	高校・一般 (男子)	1	P		
休憩15分 (14:10~14:25)					
15	マラソン部と勝負 中学生以上の部 (女子)	1	Q	1600m	14:30
	マラソン部と勝負 中学生以上の部 (男子)	1	R		

## 申込方法



以下から2/25 (日) までにお申込ください。(Excelのアップロードも可能)

### - WEB申込



## その他

1. 陸上経験のない方も楽しめるイベントを予定しております。（参加者は当日受付）
2. 観戦・応援のみのご参加も可能です。（入退場自由）  
（陸上トラックへの入場は運動靴を着用された方のみとなります）
3. 種目・スタート予定時間は変更となる可能性があります。最終版は本サイトに掲載しますのでご確認ください。

## お問い合わせ先



1. 申込システムに関するお問い合わせ  
MAIL : [dmos-service@mhi.com](mailto:dmos-service@mhi.com)
2. 大会に関するお問い合わせ  
三菱重工（株）三菱重工マラソン部事務局 久保  
TEL : 095-828-4031（内線）358829 / MAIL : [kanako.kubo.jk@mhi.com](mailto:kanako.kubo.jk@mhi.com)

## 昨年の様子





[ニュース一覧](#)

[三菱重工マラソン部](#) | [サイトマップ](#) | [個人情報保護方針](#) | [お問い合わせ](#)

[サイトのご利用条件](#)

© MITSUBISHI HEAVY INDUSTRIES, LTD.

MOVE THE WORLD FORWARD  MITSUBISHI  
HEAVY  
INDUSTRIES  
GROUP

## 2023年度版 社会貢献活動報告書

(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	鹿児島銀行陸上部	記入者名	
		連絡先☎	
		メルアド	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

① 活動名 鹿児島銀行陸上部「出張ランニング教室」 in清水小学校	実施日/期間	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり

【期日】 2023年10月18日(水)

【会場】 鹿児島市立清水小学校 体育館

【対象】 6年生 3クラス

【人数】 93人

【参加者】 選手1名

【内容】

鹿児島市スポーツ振興協会からご依頼を受け、清水小学校6年生へ陸上教室を行いました。授業の一貫ということで、1クラス45分間を3コマ、動きづくりや跳躍の仕方、跳躍するとき意識することなどを紹介させていただきました。



② 活動名 鹿児島銀行陸上部「出張ランニング教室」 in喜入小学校	実施日/期間	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり

【期日】 2023年11月1日（水）

【会場】 鹿児島市立喜入小学校 グランド

【対象】 6年生

【人数】 42名

【参加者】 選手4名・監督・マネージャー

【内容】

鹿児島市スポーツ振興協会からご依頼を受け、喜入小学校6年生へ陸上教室を行いました。走り方の基礎や走る時に意識していることなどを紹介させていただきました。

- ① 《ウォーミングアップ》 全員で体操とランニング
- ② 《ワンポイントアドバイス》 前傾姿勢・呼吸法・接地位置・肩甲骨の重要性など
- ③ 《動きづくり・ラダー・ハードル》 ②で紹介したポイントを意識しながらの動きづくりやミニハードル&ラダーを実施
- ④ 《ミニ駅伝》 襷を使って、全員でミニ駅伝
- ⑤ 《質疑応答》 ポイントを意識しながら走ることができたかの確認や質疑応答



③ 活動名 鹿児島県高校駅伝2023 ゲスト解説として出演	実施日/期間	
	対価の有無*	<input type="checkbox"/> 無償 <input checked="" type="checkbox"/> 報酬あり

【期日】 2023年11月2日（木）

【会場】 指宿市宮陸上競技場

【番組】 KTS鹿児島テレビ特別番組

【解説】 坂口 日菜子選手

【内容】

KTS鹿児島テレビ特別番組「櫛をつなぐ～鹿児島県高校駅伝2023」にゲスト解説者として、坂口日菜子選手が出演しました。昨年までこの大会に出場しており、チームの立役者として活躍した経験をもとに高校生の熱い戦いを選手目線で解説させていただきました。



④ 活動名 鹿兒島銀行陸上部「出張ランニング教室」 in河頭中学校	実施日/期間	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり

【期日】 2023年11月24日（金）

【会場】 鹿兒島市立河頭中学校 グランド

【対象】 全校生徒

【人数】 78名

【参加者】 選手4名 監督・コーチ・マネージャー

【内容】 鹿兒島市スポーツ振興協会からご依頼を受け、河頭中学校の全校生徒へ陸上教室を行いました。走り方の基礎や走る時に意識していることなどを紹介させていただきました。

- ① 《ウォーミングアップ》 全員で体操とランニング
- ② 《ワンポイントアドバイス》 前傾姿勢・呼吸法・接地位置・肩甲骨の重要性など
- ③ 《動きづくり・ラダー・ハードル》 ②で紹介したポイントを意識しながらの動きづくりやミニハードル&ラダーを実施
- ④ 《ミニ駅伝》 櫂を使って、全員でミニ駅伝
- ⑤ 《質疑応答》 ポイントを意識しながら走ることができたかの確認や質疑応答





⑤ 活動名  鹿兒島銀行陸上部「出張ランニング教室」 in八幡小学校	実施日/期間	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり

【期日】 2023年11月29日（水）

【会場】 鹿兒島市立八幡小学校 グランド

【対象】 6年生 3クラス

【人数】 114名

【参加者】 選手4名 監督・コーチ・マネージャー

【内容】 鹿兒島市スポーツ振興協会からご依頼を受け、八幡小学校 6年生へ陸上教室を行いました。授業の一貫ということで、1クラス45分間を3コマ、走り方の基礎や走る時に意識していることなどを紹介させていただきました。持久走大会も近いということもあり、子供たちからは、大会前の練習方法や食事など個別での質問が多くありました。一つの行事ではありますが、何事にも一生懸命で真剣な姿勢の子供たちから、刺激を受ける部分も多くありとても貴重な時間を過ごさせていただきました。

- ① 《ウォーミングアップ》 全員で体操とランニング
- ② 《走り方の基礎基本の紹介》 前傾姿勢・呼吸法・接地位置・肩甲骨の重要性など
- ③ 《動きづくり》 ②で紹介したポイントを意識しながらの動きづくりやミニハードル&ラダーを実施
- ④ 《確認・質疑・応答》 ポイントを意識しながら走ることができたかの確認や質疑応答



⑥ 活動名  鹿児島マラソン2024ランニングクリニック	実施日/期間	
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり

**【期日】** 2024年1月13日（日）  
**【会場】** かんまちあ  
**【人数】** 約50名  
**【参加者】** 選手4名 監督・コーチ  
**【内容】** 鹿児島マラソン2024ランニングクリニック「千葉ちゃん流 走る裏ワザ教えます！」に鹿児島銀行陸上部もサポートとして参加させていただきました。オリンピックや世界陸上で活躍された千葉真子さんのご指導の下、鹿児島マラソン2024を控えられた方々とともに、選手目線での走りのコツ等をお話させていただきました。



⑦

活動名

実施日/期間

トップアスリート大運動会

対価の有無\*



無償



報酬あり

【期日】 2024年2月4日（日）

【会場】 西原商会アリーナ

【人数】 約200人

【参加者】 選手2名・コーチ

【内容】 鹿児島市スポーツ振興協会主催の「鹿児島のトップアスリートと大運動会」に鹿児島銀行陸上部の2名の選手が参加しました。鹿児島市のお子様からご高齢の方まで、幅広い年代の方々と、異なる競技のアスリートたちが「スポーツ」を通して交流を図りました。アスリートと対戦をしたり、協力したりと、交流を図りながらスポーツを楽しんでいただけました。今回のイベントに参加することで、鹿児島に拠点をおくアスリートを知ってもらい、応援していただけるきっかけになれたのではないかと感じました。



## 2023年度版 社会貢献活動報告書

(2023.4.1-2024.3.31)

報告チーム or報告者	西鉄	記入者名	
		連絡先☎	
		メールアドレス	

\*後日、確認の連絡を入れる場合がありますので記入者名と連絡先は必ず記入してください。

活動名	実施日/期間	2023年9月10日(日)
にしてつ「かけっこ教室」	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償
		<input type="checkbox"/> 報酬あり

概要：西日本鉄道(株)では、今年度より「次世代を担う子どもたちへの支援」を目的にサッカーや野球、陸上などのプロスポーツに実際に携わる人たちが、子どもたちに夢を持つことや仲間と協力することの大切さを伝える「にしてつキッズスポーツ教室」を実施しております。今回は陸上競技部が速く走るコツや走る魅力・楽しさを学んでもらえるよう、にしてつ「かけっこ教室」を実施いたしました。参加者の皆さまには概ね喜んでいただき、笑顔で楽しく走ることができたなどのご意見をいただきました。

場所：福岡大名ガーデンシティ・パーク

対象：小学校1年生～6年生

参加人数：40組80名 ※当日欠席があり35組70名で開催

内容：

10:00～ 集合・開会挨拶	11:05～ みんなでリレー！
10:10～ ウォーミングアップ・準備体操	11:25～ 休憩 (10分間)
10:20～ まずは走ってみよう！	11:35～ 集合・挨拶・写真撮影
10:25～ 休憩 (10分間)	11:55～ 閉会挨拶
10:35～ 動きづくりを教わって走ってみよう！	12:00～ 終了
10:55～ 休憩 (10分間)	



活動名 大濠ランニングクリニック	報告日	2024年2月26日
	実施日/期間	2023年9月10日(日)
	対価の有無*	<input checked="" type="checkbox"/> 無償 <input type="checkbox"/> 報酬あり

概要：走る魅力や楽しさを伝えることは勿論、健康促進や走るきっかけづくりとなること、少しでも速くなるアドバイスをよりパーソナルトレーニングに近い形で伝えることを目的としているランニング教室です。

大濠・西公園管理事務所主催、西鉄陸上競技部協力で毎年、春と秋の年に2回実施しております。

場所：大濠公園

対象：一般市民の皆さま

参加人数：18名

内容： 体操

ファンラン

動きづくり（みんなで大濠公園を1周）

グループプラン（各レベルに応じて、大濠公園を1～3周）

その他、個別アドバイス・質問タイム

記念撮影

