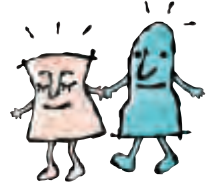


THE ライフルスポーツ RIFLE SPORTS

2020 **5**
第444号



- 2020 年度会長表彰
- 日本代表コーチからの寄稿
(エミールコーチ、エリックコーチ、ゴランコーチ)
- 2019 年度事業報告



スポーツくらぶ





つなげています スポーツへの想い

スポーツくじの収益は、
日本のスポーツを育てるために
使われています。

スポーツくじ  

THE RIFLE SPORTS ライフルスポーツ

巻頭言

副会長兼専務理事 袴田登喜造

射撃競技はコロナに強い

世の中は大変な事になっているが、我々の射撃はどのスポーツと比べても、この厳しい状況に対して一番柔軟に対応できる競技ではないだろうか。隣の人と間隔をあげ、声を出すことなく、動かずに撃つのであれば大会は開ける。

問題は全国大会だ。各地から一堂に会して行うにはリスクが大きい。これは、通信大会で解決できる。古い話だが公式日本競技規則が出来た昭和29年から10年以上盛んに行われていた。国内ではエア・ライフル種目の全国通信射撃競技大会がはじまり、海外とは世界射撃通信競技へ参加するとともに、各国と対抗通信競技を行った。東京都対デンマークのソレ市、日本・比律賓・香港対抗、日本対ドイツ、対オーストラリア、対カナダ、対スウェーデンと枚挙に暇が無い程である。しかしこれらの成績通知は郵便だったそうで、今では考えられない程のんびりしていた。

さて、今年中止となった高校選手権大会を何とかしたいという関係者の熱意で、このたび通信・オンライン全国高校大会が実現した。一定期間に10m各種目を全国100校以上の高校から800名超の高校生が参加して本選を実施。そして上位8名は指定日にファイナルマッチへ出場する。

詳細は次号での報告となるが、Wi-Fi環境を整えファイナリストの会場と大会本部をネットにつなぎ、画像と音声を共有する。本部のファイナル射場長が号令をかけ、一発ごとにアナウンサーが結果発表と場を盛り上げる。実際は遠隔地でありながら臨場感たっぷりの、世界初のリモートファイナルである。

オンライン動画配信による実況中継を実施、ライブで見た人も感じたと思うが、この時代に即した新様式の全国大会が完成した。高校生の大会だけでなく、ほかの全国大会にも広げて行きたい。



今月の表紙

8月1日に開催された、2020年度第1回総会にて、左から会長表彰を受賞した自衛隊体育学校（上之園正一さん）、東京都ライフル射撃協会（岡本盛幸会長）、松丸喜一郎日ラ会長、高橋眞さん（東京都ラ）。新型コロナウイルス感染防止のため、マスク着用にて記念撮影。

目次

2020年度会長表彰	2
ピストル日本代表コーチ	
エミール・ドゥシャノフ氏より寄稿（番外編）...	4
ピストル・ジュニア日本代表コーチ	
エリック・エグルト氏からの寄稿（3）.....	9
ライフル日本代表コーチ	
ゴラン・マクシモヴィッチ氏より寄稿（3）...	15
新チームピストル射撃照準軌跡システムの	
紹介記者会見.....	18
「アスリートパスウェイの戦略的支援」	
委託事業の実施.....	20
2019年度事業報告書	22

2020年度会長表彰

去る8月1日（土）JAPAN SPORT OLYMPIC SQUAREにおいて、2020年度第1回社員総会が開催され2020年度会長表彰が行われた。

2020年度表彰者（敬称略）

会長表彰	【団体】 東京都ライフル射撃協会、自衛隊体育学校
	高橋眞（東京都）、大塚康秀（兵庫県）、西田公也（兵庫県）、前田俊博（熊本県） 小澤常雄（神奈川県）
年間活動賞	秋山輝吉（宮城県警察）、平田しおり（明治大学）



会長表彰の東京都ライフル射撃協会（岡本盛幸会長）。約50年間の長きにわたり、日ラ主催春夏秋冬ピストル大会の主管として大会運営をはじめ、数少ないピストル種目の競技会開催に尽力し、射撃競技の発展に大きく貢献。右は日ラ松丸会長。



会長表彰の高橋眞さん（東京都）。平成5年より東京都協会副理事長・理事長・副会長を務め、昭和62年から令和元年度まで31年間以上日本ライフル射撃協会の推薦委員として活躍。



会長表彰の自衛隊体育学校（上之園正一さん）。約50年間の長きにわたり、日ラ主催春夏秋冬ピストル大会の施設提供をはじめ大会運営に協力し、射撃競技の発展に大きく貢献。



会長表彰の大塚康秀さん（兵庫県／現静岡県）。平成9年より兵庫県協会の理事、副理事長歴任、令和元年に至るまで協会発展に尽力。



会長表彰の西田公也さん（兵庫県）。昭和50年より兵庫県協会の理事、理事、理事長、副会長歴任、令和元年に至るまで協会発展に尽力。

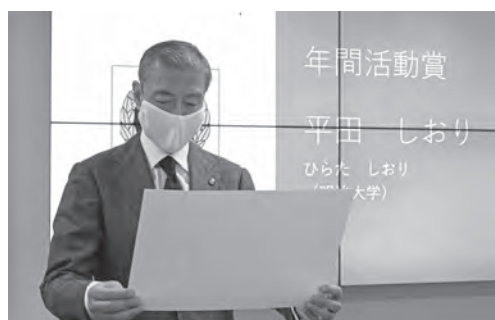


会長表彰の前田俊博さん（熊本県）。熊本県協会の監事として、平成9年から現在まで23年間の永きにわたり、協会の適正な運営を支える。公認審判員としても、H11熊本国体、R1鹿児島国体リハースル大会等、県内外の競技役員として尽力。



会長表彰の小澤常雄さん（神奈川県）。平成16年5月より神奈川県協会の理事長に就任、現在副会長として尽力。県ラ役員として

伊勢原射撃場の再開等、ライフル射撃競技の発展に寄与。



年間活動賞受賞選手。2019年度の男子選手として最も活躍した秋山輝吉選手（宮城県警察）。女子選手として最も活躍した平田しおり選手（明治大学）。

感謝状贈呈

ロキ・コンサルティング株式会社 様



NTCでの新型コロナウイルス感染症対策に抗体検査キット200検体を無償にて提供。選手・役員一同の安心・安全な活動に大きく貢献。

ピストル日本代表コーチ エミール・ドゥシャノフ氏より寄稿（番外編）

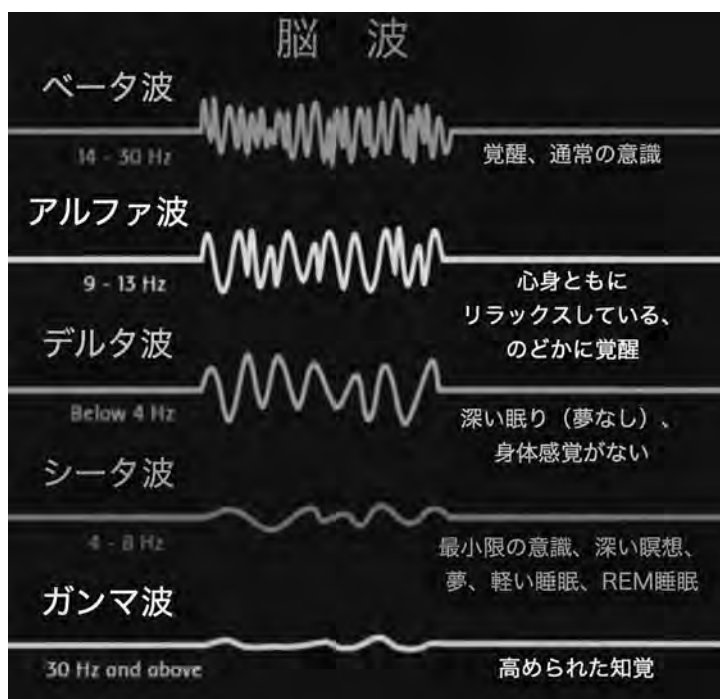
訳者：日本ライフル射撃協会事務局長 藤井 彌（わたる）



今回は、先にすすむにあたり、番外編として「脳波」と「呼吸の技術」について解説します。



エミール・ドゥシャノフコーチ



（図）出典：'Natural medicine center of Lakeland' "All about brainwaves"
（訳：藤井 彌）

(番外編 I)

脳 波

私たちの体はそれぞれ特定の周波数を持って振動しています。脳もその例外ではありません。脳も振動し続け、さまざまな周波数を脳波として作り出しています。脳波は、ヘルツ (Hz) で測定される周波数帯によって、5つに分類できます。これは意識の特定の状態と結びつき、この分類のいずれかがその時々で支配的な状態になります。1日を通して脳波は、この分類の間を行き来します。日常生活における脳波は、ベータ波に分類される帯域で活動しています。

この時は、自分が覚醒していて、注意していたり、論理的に考えたりしている時です。

脳がデルタ波で活動している時は、私たちは深い眠りについています。脳も体も完全な休息モードに入っており、外界とのアクセスを遮断しています。浅い眠りのときは、私たちの脳はシータ波で活動しています。

30ヘルツ以上の帯域は、ガンマと呼ばれています。ガンマ波は新しく発見された領域です。脳がガンマ波で活動している時はニューロン群が新しい神経ネットワークを構築するために初めて接続している時です。これは新しいアイデアが生まれたり、ひらめきが人間の頭の中で起こったりしている時です。

脳がアルファ波の状態にある時は、寝る直前や起きた直後に発生します。この状態が脳にとって最も心地よい活動で、内なる平安と同時に明確さも持っています。精神がフレッシュに覚醒しており、同時にリラックスしていて心地よいワクワク感がある、大いなる力です。この状態は、あなたの強さが存分に発揮される時です。自分の想いを明確にし、自分の人生を作り上げていく時です。自分の成功をプログラミングしていく時として、最良のタイミングです。

なぜならば、アルファ波の状態では想像力、創造性、イメージする能力が強化されるからです。

アルファ波の状態は「いまここ」(Here and Now) に目的を持って集中することを実現します。瞑想や呼吸法は、速やかにアルファ波の状態に入っていくために使われています。

アルファの周波数帯の特徴は何でしょうか。アルファ波の中でも高中低と分けることができます。実践の中で違いを理解していくことが出来、かつ必要です。この形状の脳波は、繰り返しの訓練と目的を持ったトレーニングを通して獲得され、完成していきます。ここでは、目を閉じて外部の刺激を減らしたり、心地よい思い出や映像を思い出したりすることも、初歩的な意味でのアルファ波の状態を作り出す実践となります。

脳波と活動のバランスが取れていて、かつ身体、環境、精神、身体コンディションの要件を満たすとき、私たちは最高の状態にいます。あらゆる器官と機能が最適にバランスよく管理され、すぐれた集中力に導かれ、作業パターンに焦点をあてます。私たちは生き生きとして、エネルギーに溢れています。

これは、私たちの行動の助けとなり、私たちが設定した目標達成への助けとなります。

慢性的なストレス、精神的疲労、不快な経験、散漫な注意力、疲労は、テストや試合において時折未知のことを私たちに引き起こします。柔軟に別の脳波へとスイッチを切り替えることによって、私たちはこれらを軽々と乗り越え、管理していくことができます。アルファ波の割合を

増やしたり、脳の活動にバランスを取ったりする手段として、リラクゼーション、瞑想、有酸素の呼吸法、ビジュアライゼーション、バイオフィードバックトレーニング等があります。これらすべては、望ましいアルファ波の活動を柔軟に管理するための、脳への刺激といえます。

この事柄について、私の経験から、これは簡単に獲得できとても楽しいものであり、私たちの活動に自信を与え、精神的・情緒的に緊張している中での決断力を高めます。脳波のトレーニングを通して、あなたは高いレベルのスポーツと人生での成功を獲得する全ての操作レバーとチャンスが得られます。

試合に於いて、自分の高いパフォーマンスが発揮されないと言う、偏見や嘆きは捨ててしましましょう。失敗の後ろに隠れたり、失敗によって自分のやる気を削がれたりしないようにしましょう。強い願望を持って、自らの専門分野と内なる自分のアップグレードを成功させることを目指します。過去にかかわらず、いつでも変わり始めることができます。なぜならば、あなたは目的を持った強い努力を通して刻まれ、磨かれるべきダイヤモンドなのですから。

(番外編Ⅱ)

呼吸の技術 呼吸法 ; 制御と効果

呼吸の制御

呼吸は中枢神経系によって制御されています。2種類の方法で制御しています: 自発的なものと自動的なものです。我々各個人は、自発的に自らの呼吸を止めたり、呼吸の頻度や深さを変えたりすることができます。これは自発的制御と呼ばれ、大脳皮質によって行われています。自動的制御は、脳幹にある呼吸中枢によって実行されています。自動的制御のおかげで、体は必要な酸素を取り入れ、必要な二酸化炭素を排出します。

呼吸器系と呼吸について

呼吸は、私たちが生まれてすぐに行ってきたことの1つです。呼吸について教えられたり、考えたりすることなく、自然のプロセスとして受け入れてきました。しかし、正しい呼吸は、日々の生活でも、トレーニングにおいても、大切な事です。

不完全で浅い呼吸は、あらゆる肺の機能不全の温床となり、正しくない呼吸をトレーニング中にすることは、効果を低減させるだけでなく、精密なパフォーマンスの構築を阻害し、射撃中の不必要な動きを引き起こす場合もあります。

浅くて短い呼吸をする人は、体に必要な酸素を慢性的に奪います。酸素が不足し続けると、不安や不快感などの強迫観念につながるといわれています。深呼吸は血中の酸素を増加させ、恐怖感の発症を防ぐことに貢献します。数回の深呼吸で体にある800万個の細胞に酸素を供給します。意識的に呼吸をすることは、思考の冴えにつながり、心を解放します。それはストレスの多い状況でリフレッシュして安心をもたらします。呼吸は魂と体の間の架け橋です。

完全な呼吸

これは、ゆっくりと吸い込み、吸い込んだ空気をため、吐き出す、深い呼吸です。完全な呼吸

は、肺全体を調和させ、総動員します。これを行うためには、まずは横隔膜とお腹を使った呼吸を身に付けましょう。完全な呼吸は、次のような流れで行われます。吸気は、横隔膜を下に向かって押し、腹部を膨らませ、胸部の中部と上部を膨らませます、最小限の努力で息をそこに溜め置きます。呼気も同じ箇所を使います：横隔膜が動き、腹部がゆるみ、胸部が縮みます。

完全な呼吸は、立っていても、座っていても、仰向けの姿勢でもできますが、歩きながらもできます。1日数回、出来るならば新鮮な空気のもとで、2～5分かけて行います。

腹式呼吸

横隔膜は、肋骨の下部とくっついた薄い筋肉で、腹部の器官と肺をわける役割を果たしています。パラシュートのような形で、吸気の際は腹部の方向に向かった下り、肺のための場所を増やします。これにより、肺の下部に至るまで酸素を取り込むことができるようになります。胸部上部のみの呼吸だと不十分な呼吸になる場合があります。

なぜ腹式呼吸を練習する必要があるのでしょうか。日々の生活では、ほとんどの人が肺の10%程度の能力のみを使っており、横隔膜もほとんど動きません。腹式呼吸のメリットは次のように言われています：

- 腹式呼吸により、内臓（肝臓、脾臓、膵臓、胃、心臓など）がマッサージされる。
- 横隔膜がポンプのように働き、血流を助ける。
- 胃腸を刺激し、消化と新陳代謝の改善をする。
- 肺下部に溜まった二酸化炭素を換気し、落ち着きやメンタルヘルスの改善をもたらす。
- 肺により多くの酸素を供給し、血中の酸素濃度が高まり、体全体の細胞が満たされ、効率が最適化される。

3 パターンの意識的に行う呼吸法を記します。

4-7-8

4秒 - 鼻から吸って（吸気）

7秒 - 息を止める

8秒 - 口から吐き出す（呼気）

6-6-6

6秒 - 鼻から吸って（吸気）

6秒 - 息を止める

6秒 - 口から吐き出す（呼気）

6-12-6

6秒 - 鼻から吸って（吸気）

12秒 - 息を止める

6秒 - 口から吐き出す（呼気）

これらの呼吸法のような、正しく、目的に叶った呼吸パターンを継続することにより、情緒の

耐久性が向上し、自信と集中力が増し、エネルギーのバランスが与えられます。また、試合中に高い成果をだせるように健康を維持してくれます。

これらの呼吸のエクササイズは、私個人では「大いなる刺激」と定義しています。これは、日々のトレーニングに含まれ得ることにより、信じられないほど大きな成果をもたらしてくれます。呼吸の制御は、射撃技術の習得と並行して獲得していくものです。射撃技術が機能的に発揮される事に深く関連し、最後の要素とも言えます。

呼吸のやり方は、伏射、膝射、立射、速射（RFP など）の射撃姿勢によって、差異が生じます。大切なことは、呼吸を通して心身が回復することを実感する事です。

プロの選手としては、息を止める技術のバリエーションとして、息を止めている間も（体の動きに影響を与えることなく）微妙に吸気と呼気を続ける方法があることは理解しておく必要があります。トリガリングの間も銃を安定させ続け、グルーピングを改善し、1発1発に再現性をあたえるためです。この呼吸技術は、姿勢の安定から撃発が終わるまでの一連の流れと連携して、しだいにゆっくりと行なわれるものです。

当然ながら、呼吸法としては、ヨガをはじめとした多くのものが存在しています。あえて私が前述の3パターンの呼吸法を紹介したのは、この方法が射撃スポーツにおいて適切であることが確認されているからです。まずは、4-7-8と6-6-6を試してみてください。その後、6-12-6を実践してみてください。トレーニングの後に行なうのがおすすめです。

是非楽しんでください！

（次回へつづく）



無断転載・無断使用を禁じます。

All rights reserved.

ピストル・ジュニア日本代表コーチ エリック・エグルト氏からの寄稿（3）

訳者：日本ライフル射撃協会事務局長 藤井 彌（わたる）

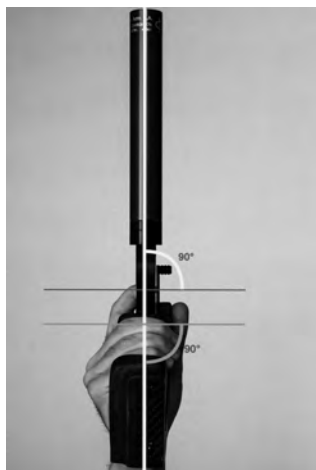
今回は、前号掲載のグリップの握り方の続きです。



トリガーフィンガー（人差し指）

トリガーフィンガー（人差し指）は、引き金に直接力を加えるため、射撃を成功させる上で非常に重要な役割を果たします。効率の良いトリガリングをするためには、トリガーフィンガーは自由に動くことが必要があります。それ故、最初の2つの指骨（第一と第二）は、ピストルの不要な横揺れを回避するためにグリップと接してはなりません。トリガーフィンガーが銃身の軸方向に沿って動くことを可能にするためです。最後の指骨のみ、銃身と90度の角度を保ち、引き金を引く力の方向が銃身と同軸であるようにします。

グリップの構造は、トリガーフィンガーを適切に配置できるように、これらの要件に従う必要があります。



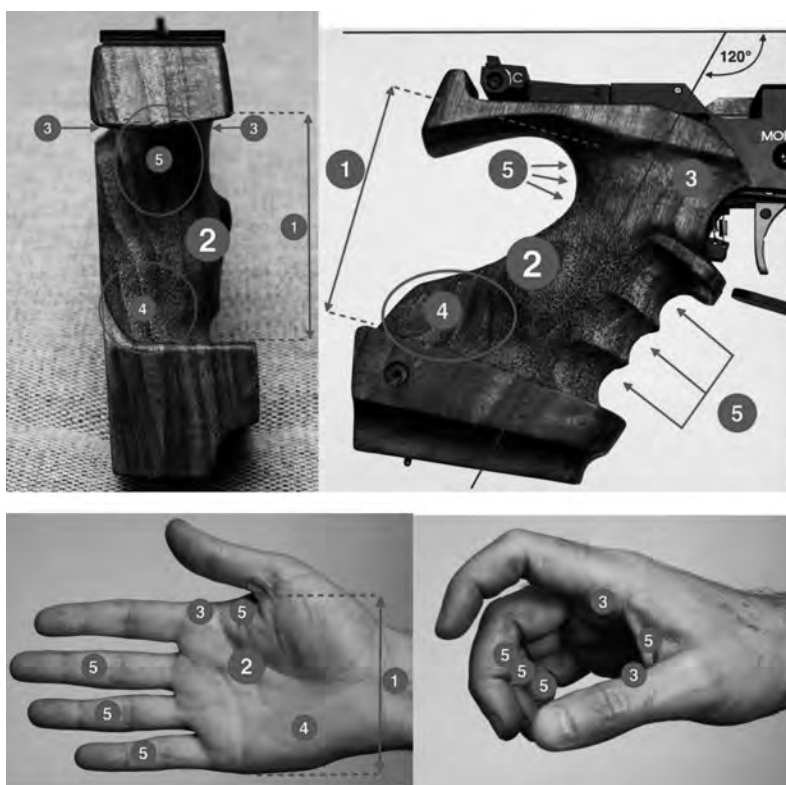
グリップを（選手の手に）あわせる

上記の要件に従って手と指の力が加わるように、グリップの効率を最適化しなければなりません。そのためには、グリップが選手の手にあった形に改良され、照準のための各要素が特別な努力なく、完璧な形で揃わなければならなりません。いくつかのピストルは、グリップを水平方向と垂直方向の両方で、ある程度調整できます（Steyr, Walther, new Morini CM 200EL, など）。もしこれが可能な場合は、フロントサイト・リアサイトを合わせるためにグリップを改造してしまう前に、考慮できる選択肢です。



必要に応じて、グリップを次のように変更する必要があります。

- 人差し指の最後の2つの指骨（上記を参照）と親指の後ろにある母子球の上部を除いた、手の内側全体をグリップと完全に接触させる。



- リアサイトの真ん中にあるフロントサイト
三角形サポートを使い、それ以外の余分な努力をすることなく、フロントサイトがリアサイトの真ん中に「自然に」来るように調整をする必要がある場合、No. 4の部分（上記参照）を次のように調整する必要があります。
- No. 4の箇所を薄くする→フロントサイトが左へ行きます。
- No. 4の箇所を厚くする→フロントサイトが右へ行きます。



フロントサイトを正しい高さにする

この改造は、三角形サポートの角度を変え、手とグリップのすべての接触を変えることにより、グリップをより深く改変します。グリップの改造の経験が豊富ではない場合、これは少々難易度が高いかもしれません。

選手が自らの手首を調節することなく三角形サポートを使ってフロントサイトの高さを正しくするためには、A、B、Cの箇所に改良を加えてグリップの向きを変えて、結果としてピストル（銃身とフロントサイト）の向きを改変することができます。

フロントサイトが高すぎる場合、グリップは次のように改変されるべきです。

- まずCの箇所の厚みを減らします。
- その次に、Bの箇所の厚みを減らします。
- そして、Aの箇所の厚みを増します。木工用のパテやその他の材料を使って、前述の2作業によって作られた空間を埋めるようにします。
- 「自然に」フロントサイトとリアサイトが揃う、新しい三角形サポートを作り終えた後、手とグリップのコンタクト全体が満足いくように、前述（力の加わり方）の要件にしたがってグリップの形を改良してください。



フロントサイトが低すぎる場合は、最初の3つのステップ（の増減）を逆にし、4番目のステップを同じにする必要があります。

注意！

グリップの調整作業を行う前に、当該の選手が最低限の経験とレベルを持ち合わせており、ルーチンとして握り方が一定になっていることを確認してください。そうでない場合、握り方が一定でないため、グリップの調整に時間を費やしても意味がありません。

グリップを変更する前に、ルールブック（前述を参照）と競技に関連する特定の要件も参照してください。

成長期にある人は、少なくとも年に1度はグリップをチェックして調整する必要があります。成人に達するまで、手のサイズは急速に変化することがあります。

また選手が体重を増やしたり減らしたりすると、手の形状に影響が出る可能性があり、これによって接触面の精度が変わる可能性があります。

握る動作（グリップング）

グリップングとは、照準と撃発を最適な条件で行うために、ピストルのグリップを握る動作のことです。このステップは、姿勢作りのとても重要な部分です。なぜならば、体とピストルの連携の質を決定づけるものであり、1発の質に対して根本的な影響を与えるものだからです。

ピストルを正しく握るために、まずは反対向きに立ちます。左手で銃身を握りながらにグリップに右手を挿入します。この方法は、快適さだけでなく、（銃口を常に標的側に向け続ける為の）安全確保の観点から適切なやり方です。

銃を握る事は、無作為に行われるべきではありません。十分な注意と正確な方法論が必要です。一貫して再現可能な方法で、手の各箇所をグリップに適切に配置しなければなりません。姿勢作りに当たり、次の5つのステップに従って行うことをお勧めします。

- 1) 親指と人差し指の間にある手のひら部分を、グリップ上部にあてます。銃身の軸と同一線上であり、リアサイトの下にある必要があります。また、銃身と前腕は同一軸上にあります。





2) 手のひらの下の部分をグリップのくぼんだ部分に当てます。



3) 中指、薬指、小指の中指骨を銃身軸に対して直角に整列させるために、手を握り指をグリップの前部分に配置します（上記トリガーフィンガーの箇所を参照）。



4) 引き金にトリガーフィンガー（人差し指）を正しくかけます。人差し指は、引き金を引く動作の間、効率的な動きをするために、自由に動く必要があります。指先の指節が引き金にか

かった状態で、ピストルの安定性に影響を及ぼさないように、銃身の軸方向に沿って引く動作を行う必要があります。



引き金上の人差し指の位置も含め、視覚と感覚を使って、握り全体を確認します。（最初に握る時にも行いますが、射撃中にも時々行います。）

この確認は、照準姿勢にある時に目を閉じることによって行うことができます。三角形サポートがしっかりと構築されている事を確認し、目を再び開いたときフロントサイトとリアサイトの位置関係が保たれていることを確認します。

結論

このように、グリップとその握り方はそれほど単純ではありません。選手とその銃の連携を最適にするために、丁寧に考慮する必要があります。

選手は、グリップを自らによく合わせ、正しい三角形サポートと力を効率よく伝えることによって身体的・技術的要件をみちめます。

その後、選手は、余分な努力をすることなくフロントサイト・リアサイトを揃えることができるように、その握りに一貫性を確保しなければなりません。

これらのことを実践することにより、選手のスキルも射撃も向上させることができます。

ライフル日本代表コーチ ゴラン・マクシモヴィッチ氏より寄稿（3）

訳者：公益社団法人 日本ライフル射撃協会事務局長 藤井彌（わたる）

ライフル日本代表コーチのゴラン・マクシモヴィッチ氏から記事が届きました。

今回は「立射姿勢におけるよくある技術的な問題」についての記事です。



ゴラン・
マクシモヴィッチ

立射姿勢におけるよくある技術的な問題

もっとも不安定な射撃姿勢であることから、立射姿勢は選手にバランス感覚と筋力コントロールを特に要求します。筋肉は、比較的にリラックス出来てなければなりません、それと同時に銃が最小限の動きで安定するようにしなければなりません。

選手とライフルが一体となったバランスは、ライフルの重さが骨を通じて地面に伝わっていくような状態です。

よくある問題（右利きを前提とする）：

足と骨盤

足の位置は安定性を最大限引き出す必要があります。また、両足の位置は、標的に対する自然狙点の方向を修正する役割も果たしています。一般的に左足は、（標的から射座の真ん中までをつないだ）射撃線の上に固定され、右足が（自然狙点の）修正のために動きます。左右の足の間隔を広げることにより、自然狙点は上がります。左右の足の間隔を狭めることにより、（自然狙点）下がります。右足を前に出すと、自然狙点は左へ移動し、後ろに動かすと、自然狙点は右に行きます。銃の安定性は、両足への体重の配分にも影響されます。配分は、両足均等か、若干前（左足）のほうに偏る程度にします。前（左）足に重さが集中しすぎると、ライフルは水平方向に揺れ、後ろ（右）のほうにありすぎると垂直方向に揺れます。足が正しく配置されているかどうかを確認する方法としては、選手が軽くつま先立ちして後、かかとをおろしていくことでわかります。もしライフルが前や後ろに倒れない場合、その姿勢は良い姿勢です。体重のバランスのかかり方は、バランス測定器を使ったり、2つの体重計を使ったりすることによってわかります。足はまっすぐで、姿勢をしっかりとさせるための最低限の筋緊張が加わっています。選手にとっては、姿勢を構えた段階で目を閉じて足に集中する事は、良いことです。この方法は、つま先とかかとに均等にバランスが取れているか、足の筋肉がリラックスしているかどうかを探す、最も簡単な方法です。骨盤は射撃線に沿っていなければなりません。骨盤が左右に向いてしまっていると、両足に対して不均等な圧力がかかり、背中の筋肉には緊張がはしり、姿勢と集中の妨げになります。なぜならば、ライフルが動き、筋肉がより早く疲れてしまうからです。

上半身

立射において選手は、ライフルを構え、4つの接点があります：肩、頬（顎）、ピストルグリップ

プそしてフォアエンドです。良い一発のための最良の状態を獲得する基本原則は、選手とライフルができるだけ良い形で接していることです。このような条件であれば、撃発時のライフルのジャンプは低減され、トリガリングの間の邪魔は最低限になります。

多くの選手は、バットプレートの下部のみが肩に接している、という間違いを犯します。頭の位置は楽になりますが、肩付は、弱く不安定になります。肩とバットプレートの接点が、少なくとも5から10センチになるように、バットプレートを下げなければなりません。肩とバットプレートが十分に接する事により、銃が（バットプレート上部が接していない故に）倒れてしまったり、トリガリング中にジャンプしたりする事を防ぎます。肩付の接地面が十分かどうかのチェックは、選手が構え、コーチがバットプレートの上部を左右に動かそうとすることにより、確認することができます。もし簡単にライフルストックが動いてしまうのであれば、肩とバットプレートの接触（肩付）が弱く、バットプレートと肩がより広く接触するようにしていく必要があります。

肩付の位置とかかる圧力は、共にとても重要です。それは、バットプレートと体がよく連携 coming いていない事にもつながることがあります。言うまでもなく、肩にかかる圧力は、左手にかかるストックの重さと同じであるべきですが、重要な問題はこの圧力がどこから来るのかと言うことです。この圧力は、筋肉に由来するものであってはなりません。例えば、肩をバットプレートの方向に向けて押したり、右手でバットプレートに強く引きつけたりするものであってはなりません。筋肉の緊張により、それらの方法は、制御しきれない動きを引き起こし、トリガリング中に有害な反応をもたらします。肩付の正しい圧力は、バックストックの長さが正しいことによってもたらされます。言い換えれば、ピストルグリップとバットプレートとの間の距離です。正しい距離になることによって右腕はリラックスし、ひじを受動的に下ろしていくことにより肩が押され、必要な圧力をもたらします。バックストックの正しい長さは、右肘を折り曲げたところにバットプレートを差し込むことによってわかります。バットプレートを右肘の凹みに当てたまま、右肘を折り曲げた時、右手はピストルグリップを握り、引き金には正しく人差し指がかかっている必要があります。もし（ピストルグリップを握った際に右肘の凹みに対してバットプレートが当たる）圧力が弱い場合、バックストックは引き延ばされるべきです。逆に右肘の凹みに対する圧力が強すぎる場合は、バックストックを縮める必要があります。ただし、右腕をリラックスさせることによって肩付がしっかりと強くなることを頭に留めおかねばなりません。右肘の位置が高ければ高いほど、肩付の圧力は低減します。

右手の握る力はしっかりしている必要がありますが、同時に正しいトリガリングもできなければなりません。多くの選手にとって、これは問題を引き起こします。なぜならば、がっちりピストルグリップを握った場合は引き金の指の動きを妨げ、握り方が弱かった場合は銃器の制御が不十分になるからです。選手は、正しいトリガリング、及びトリガリングをしている間ライフルをコントロールできるような、ちょうど良いグリップ加減を見つける必要があります。人差し指は、グリップを握る指達からは独立し、重心の軸に沿ってまっすぐ引き金を引く事が出来る位置になればなりません。これらのことを満たすために、ピストルグリップの大きさや形状に注意を払わなければなりません。もちろんルールに従う必要はあります。ピストルグリップのサイズと位

置は、人差し指の位置が正しく、かつグリップの握りが十分である必要があります。

次の（選手とライフルとの間の）接点は、チークピースへの頬付です。頬付には2つの役割があります：1番目は、更なるライフルストックのコントロールを実現することです。2番目は、頭を載せることにより、眼が照準線と並ぶ事です。頬付をした際に、首の筋肉はリラックスしている必要があります。この場合、眼が照準線と一致していない場合があります。頭を持ち上げたり、チークピースに強く顔を押し付けたりするのは良くありません。頭は自然に頬付をし、チークピースそのものを水平方向や垂直方向に調整して、目が照準線と合わせるようにします。

4番目のポイントは、ストックの前方部分が（左前腕のサポートを経て）腰に載っていることです。左肘は、骨盤の上に乗れ、射撃線の方に向いている必要があります。左肘をお腹の上や左側に持っていく事は、姿勢の不安定化につながり、照準をするにあたって不必要な筋肉の緊張をもたらします。左手首はまっすぐで、左の前腕はライフルの中心軸に沿って、ライフルの真下になればなりません。ライフルの重心は、ライフルを支える左手の上になればなりません。左手よりも前にあると、重心が前になるため、ゆっくりでありながら、止めることのできない銃口の動きが発生します。左手よりも手前にあると、左手にかかる圧力が弱まり、トリガーリング中にコントロールできないバレルジャンプが発生します。立射姿勢は次の条件を満たす必要があります：トリガーリング中の震えや動きを予防するため、左肩、手、腕の筋肉はリラックスしている事です。

姿勢を点検するためのエクササイズ

立射姿勢において意識的に左の上腕の筋肉を緊張させ、これがどのように姿勢に対して影響するかを観察します。

照準中のライフルの動きが変わりましたか。撃発の時にいつもと違う動きをライフルがしますか。この条件で5発撃ってください。

再び立射姿勢をとり、標的に向いたら、目を閉じます。呼吸に集中し、息を吐き出す時に左肩、手、腕を意識的にリラックスさせてください。

目を開いてください。ライフルは、標的を狙っていますか。

このテストを10回行ってください。目を開くたびに発見したズレは、通常であるならば筋肉の力によって修正されていたものです。ズレが大きいほど、より多くの筋肉を緊張させて修正しており、結果として不安定さや反射的な動きにつながっていきます。

このエクササイズは、姿勢の完成度を確かめる最も大切なチェック方法の1つです。この確認は、筋肉の緊張による修正を排除するため、すべての練習と試合において実施されるべきです。

自分の姿勢を正しく理解しあらゆる要素を確認するために、鏡の前での据銃や空撃も有効です。選手自身が毎回同じ姿勢を再現できているのか確認するために良い方法です。

新ビームピストル射撃照準軌跡システムの紹介記者会見

普及・生涯スポーツ委員会

2020年7月11日、新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言を受けて、延期されていた理事会が開催され、その後にビームピストル競技のファイナルにおける照準軌跡表示システム完成披露記者会見が行われました。

松丸会長より、まず初めに射撃界の状況から開発に至った経緯の説明がありました。

「私はライフル射撃協会の将来に大きな危機感を持っています。

それは会員の高齢化による会員減少に伴い、協会の存続が困難になる危機と、ライフル射撃競技が日本から消滅する危機です。現在会員の半数は高校生と大学生であり、半数が社会人となっていますが社会人の会員が漸減しており平均年齢が上昇しています。このままの状態が進みますと2030年には社会人会員

の平均年齢は60歳になってしまいます。また、ライフル射撃競技は他の競技と比べて特殊な背景があります。それは競技を楽しむ競技者数に占める競技団体に登録する会員数の割合です。例えば陸上は1.9%、水泳は1.2%、これに比較しライフルは95%であり、会員が国内の競技者の全てになっています。会員が高齢化して減少していけばライフル競技をする人がいなくなる。なんとしても、ライフル競技の普及を図り協会とライフル競技を存続させなければなりません。」

「他方、コカコーラが実施した10万人対象のアンケート調査によると「PLAY! してみたい競技」の1位が射撃でした。普及に繋がらないのは、危険な競技、簡単にはできない競技との印象が理由です。ネガティブな印象を払拭し普及を推進するためには、脳老化防



松丸会長

止に役立ち、ジェンダーフリー、健常者と障害者が一緒に競技できることなど、ライフル射撃競技の利点をしっかりPRする必要があります。特に安全で銃刀法の規制対象とならない光線銃（レーザー銃やカメラガン）射撃の普及が重要です。」

「IOCはオリンピック競技に対し観客が楽しめるようにルールや競技内容を変更すること、若者に普及しやすい競技にすることを国際競技団体に求めています。その意味で各国の法規制の対象とならず、普及の可能性がある光線銃射撃は、近代五種競技に導入し成功していることからIOCも注目しています。今回の観客向け照準軌跡表示システムは光線銃で開発をしています。選手の照準と着弾点をリアルタイムで観ることができ、観客も一緒に楽しめるシステムです。IOCが求める射撃競技として一歩前進したと考えています」

記者会見では、松丸会長自ら実際に撃って

みて、軌跡表示がどのように表示されるのかをデモンストレーションされました。

その後、記者の皆さんに実際に撃っていただき、射撃競技の難しさも、楽しさも体験していただけたと思います。

新型コロナウイルスによって、活動の自粛を余儀なくされ、自宅等で競技を楽しむことができるようにすることは、これからのスポーツにおいては必須の条件になってくると考えられます。

コンタクトスポーツでもなく、激しい動きも伴わないライフル射撃は、自粛期間にこそ、本来楽しむことが出来る可能性を秘めていると思います。

今回の取り組みが、多くの競技者への訴求効果を期待するとともに、ニーズをつかみ、新しい提案ができるように、取り組んでいきたいと考えております。

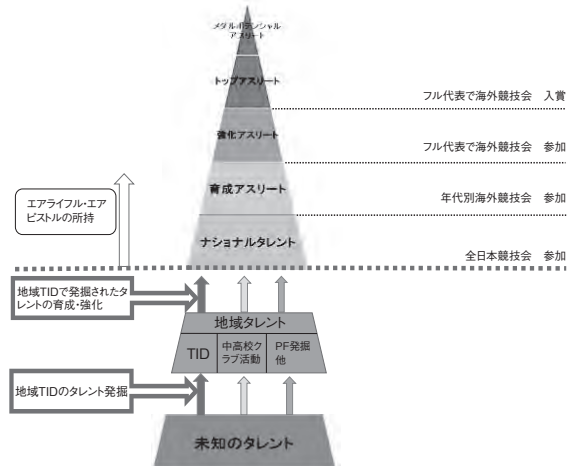


「アスリートパスウェイの戦略的支援」 委託事業の実施

アスリートパスウェイ事業コーディネータ 三野卓哉

多くのオリンピック競技がありますが、一部の競技を除けば、ジュニア期に競技に入ってくるタレントが非常に少ないことが共通の悩みとなっています。ライフル射撃でも同様で、競技に入ってくるジュニア期のタレント数が非常に少ない状況です。このことは、永年の課題で有り、また現在も解消されていない課題です。

アスリート育成パスウェイと育成・強化事業



一方、東京オリンピックを控え、多くの都道府県では、都道府県のスポーツ課やスポーツ協会が主体となってタレント発掘事業が行われており、地域の優秀なタレントが集まってきていますが、タレント各人に適する競技種目を見いだし、専門競技に導くことが課題となっています。そこで、両者を結びつけて、双方にウィンウインの関係を構築するモデルとして実施されているのが本事業です。日本スポーツ振興センターの委託を受けて、2019年と2020年の2カ年事業として実施しています。

事業は、「ビームライフル、ビームピストルでスタートするが、早く五輪種目のエアライフル、エアピストルに飛び上がって欲しい」という意味でジャンプアッププログラムと名付け、山形ドリムキッズ（山形県）、彩の国プラチナキッズ（埼玉県）、あいちトップアスリート（愛知県）の3県のタレント発掘事業と協働して実施しています。

これら3箇所では、タレントの発掘、育成、強化の一連の流れを地元のスポーツ課、スポーツ協会、地元ライフル射撃協会が協働して実施しており、2019年度のタレント（第1期生）からは既にエアライフル、エアピストルを所持して競技会に出場し活躍するアスリートも出てきています。

プログラムの方針は、①毎年5名程度を受け入れ、2年という期限の中で集中的に育成、強化を行い、2年後の卒業時には空気銃、空気けん銃を所持する。卒業後のタレントは、地元ライフル射撃協会の選手強化システムに引き継がれて年代別NTを目指して強化を図る。②指導には、日ラコーチが地元コーチと協力してあたる。現在は、エリックコーチ、松島コーチが指導にあたっています。③トレーニングは、タレント自身が日々自宅で実施する課題トレーニングと、1ヶ月に1回程度の日ラコーチと地元コーチによる集合プログラムで構成しています。折しもコロナウイルス感染予防への対応も重要な事項となりましたので、ウィズ・コロナを前提に「タレントが希望するときにすぐにコーチから個別指導を受けられること」「競技を始めた時から、間違いの無い技術を身に付けることができること」「悪癖が定着化するまでにコーチが修正すること」を

実施しています。

今後の課題は、この種の事業で常に言われることではありますが、事業終了後も継続して実施して行けるかということです。タレント発掘事業のスポーツ課やスポーツ協会の担当者との話の中では、タレントの中には毎年一定数が「射撃競技を行ってみたい」という希望を出しているとのことです。このニーズをくみ取り、地元のライフル射撃協会がタレントを受け入れることができるか？ また受け入れた後にタレントが満足できるプログラムを提供できるか？ がこのプログラムの定着化の要点と考えています。

幸いなことに、3県共にタレントを受け入れ、育成、強化を図ることに地元コーチ陣も注力いただいております、またタレント発掘事業の主催者との良好な関係も構築できてきておりますことから、次年度以降も地元に適したシステムで継続実施していただけると考えております。また、今回の経験から他の都道府県においても、これに準じたシステムを実施することで、タレント発掘事業からライフル射撃競技へ続く新しいルートが開発され、毎年、元気なジュニアタレントを迎えることができるようになって感じております。



愛知タレント発掘事業のオーディション
(55名参加、6名を選抜)



NTC での中央合宿（2019年12月実施時の様子）

2019年度事業報告書

はじめに

本会は、ライフル射撃界を統括する団体として、国内における健全なライフル射撃競技の普及と振興に努め、国際的競技者の発掘及び育成を重視するとともに、東京2020オリンピック競技大会でのメダル獲得を目標として2019年度の事業を実施した。新型コロナウイルス感染症の影響により、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催が約一年延期されたことから、日本代表選手最終選考会の延期を決定した。

選手強化事業については、国内強化拠点となるNTC屋内トレーニングセンター・イースト射撃場が完成したことから、拠点を活用した合宿を強化事業の主軸とするとともに、中国・韓国等の強豪国ナショナルチームとの合同合宿及び親善試合を実施し、世界トップレベルへの競技力向上に努めた。第14回アジア選手権大会では、平田しおり選手が銅メダルを獲得し、秋山輝吉選手、遠藤雅也選手、山田聡子選手と合わせて4個の東京2020への出場権を獲得した。

ジュニア育成事業では、JOCエリートアカデミー第4次事業への参画が承認され、2024年度までのエリートアカデミー事業の継続が認められた。強化拠点のNTCイースト射撃場において、アメリカ・ウエストバージニア大学射撃部と合同合宿及び親善試合を実施した。

人材育成では、東京2020大会のレガシーを後世に残すため、競技運営を行う役員養成のためのISSF国際審判資格取得講習会の開催及び主要スタッフの国際大会及び国内主要大会への派遣を実施した。

スポーツ団体及び公益法人としての社会的責任を果たすべく、求められる適正なガバナンス確保の取り組みに着手した。全ての指導者及び選手へのスポーツ・インテグリティ教育を実施した。会務運営では、協会事務所を岸記念体育会館の解体に伴い、Japan Sport Olympic Squareに移転するとともに、NTCイースト射撃場に強化スタッフを配置し、強化拠点の管理体制を整えた。更に、事務の効率化と経費節減を図り、延期された東京2020関連事業の支出増加に備えて安定的な財務運営を行った。

銃器実包等の法的規制への対応については、「スポーツ射撃を考える議員連盟」を通じて関係省庁に強く要望を行い、東京2020大会開催に係る法的課題については解決を図った。更に、継続して空気けん銃500人枠等の各種規制緩和を働きかけた。

以上こうした状況の中、統括競技団体としての責務を遂行できたことは、スポーツ射撃を愛し、ご理解を頂いている加盟団体のご協力と諸官庁、関係諸氏のご指導、ご支援の賜物であると感謝しつつ、本会の事務報告書を提出する。

現在、世界的な新型コロナウイルス感染症により国内外の主要競技会の延期、中止をはじめ、競技活動に大きな影響が生じている状況で一日も早い収束を願うとともに皆様のご協力を重ねてお願いいたします。

2020年8月1日
公益社団法人 日本ライフル射撃協会
会 長 松丸 喜一郎

2019年度事業実施状況 (定款第4条1項～6項関係)

1 ライフル射撃スポーツの普及及び指導

- ・銃刀法および関連法令の改正を「射撃を考える議員連盟」を通じて警察庁および国土交通庁に働きかけ、鉄道、バス、タクシーへの競技用22口径弾の持ち込み上限数の緩和等を省令改正により実現させた。エアピストル所持の500名枠撤廃については、引き続き働きかけている。
- ・低年齢向けの体験射撃会や見学会等普及活動を実施した。
- ・競技力向上に資するスポーツ医科学サポートを関係機関と実施した。
- ・推薦銃の使用状況を審査し競技者適格証明書を発行した。
ライフル射撃競技者適格証明161（大口徑 22、小口径 114、大口徑・小口径 25）
- ・2019年の ISSF ルール一部改定に準じた国内競技規則の改定及び普及に努めた。
- ・スポーツ振興くじ助成をうけて、ドーピング防止啓発活動として、学生向け AD 講習会を計3回、日本小中学生エアライフル射撃競技選手権大会、マスターズジャパンカップおよび全国高等学校ライフル射撃選手権大会それぞれの会場におけるアウトリーチプログラム活動を実施した。
- ・日本アンチ・ドーピング機構と協力して、選手向け情報提供および AD 研修を行った。
- ・協会公式ウェブサイトにおいて時事に応じた記事や写真を積極的に掲載した。各種媒体やアニメ放映の告知、体験射撃会等の情報提供に努めた。
- ・スポーツ振興くじ助成をうけ、広報誌「ライフルスポーツ」を6回発行した。
- ・ジュニア選手の発掘、育成を図る為にナショナルタレントハブを4ブロックで計16回実施した。

2 ライフル射撃スポーツの日本選手権大会及びその他の競技会の開催

- ・東京2020五輪大会からの新種目エアライフルおよびエアピストルのミックスチーム競技について、ISSFのルール変更に合わせて新ルールでの第2回の全日本選手権大会を開催した。
- ・茨城国体を地元自治体及び出役役員等の尽力により成功裏に実施できた。
- ・各加盟団体の協力を得て、全日本選手権大会をはじめ国内各種大会を開催し、ライフル射撃スポーツの競技力向上並びに普及振興に着実な成果を収めた。2020年2月下旬以降は、新型コロナウイルス感染拡大のため、大会開催を中止することとなった。
- ・主催競技大会記録を管理・保存すると共に、公式ウェブサイトにて公表した。

3 ライフル射撃スポーツに関する競技力の向上を図ること

- ・東京都北区西が丘に国内強化拠点射撃場となる NTC 屋内トレーニングセンター・イースト射撃場（10m 射場25射座・25m 兼 50m 射場15射座）が完成した。
- ・NTC 射撃場を活用した選手強化事業に主軸を置き、日本代表及び候補選手の強化合宿を実施するとともに中国 NT 選手、韓国 NT 選手、ハンガリー NT 選手及びウエストバージニア大学射撃チームを招聘し、日本選手との合同合宿並びに国際親善試合を開催した。
- ・東京2020オリンピック競技大会日本代表選手を決定するために公正な選考会を開催し、50m 種目については、男女各1名の選手を内定した。他の6種目については、最終選考会へ出場する種目各3名の選手を決定した。
- ・東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催が、新型コロナウイルス感染症の影響により約一年延期になったことから、東京2020日本代表選手最終選考会を急遽中止し、延期となった東京2020に向けての選手選考方法等、調整、検討することとした。
- ・東京2020オリンピック大会でのメダル獲得を目標として、ワールドカップ3大会（北京・ミュンヘン・リオデジャネイロ）及びアジア選手権大会（カタル・ドーハ）で QP を獲得することに全力で取り組んだ。結果、平田しおり選手がアジア選手権大会において50m 三姿勢女子種目で銅メダル及び QP を獲得した。10m エアライフル男子では遠藤雅也選手、10m エアピストル女子で山田聡子選手、25m ラビットファイアー・ピストルで秋山輝吉選手が QP を獲得した。

- ・日本代表及び候補選手の専任コーチとして、ピストル種目はエミール・ドシャノフ、ライフル50m 種目にゴラン・マキシモビッチ、10m 種目にマティアス・スーチャックを登用した。
- ・ナショナルチーム及びジュニアチームの海外派遣、国内外合宿等の強化事業を実施した。
- ・第30回ユニバーシアード競技大会（2019／ナポリ）にユニバ代表選手6名を派遣した。島田敦選手が日本選手団の旗手を務めた。
- ・ジュニアワールドカップ ズール大会（ドイツ）に、ジュニアライフル選手5名、ジュニアピストル選手5名を派遣した。25m ならびに50m 種目に育成基準点を超えた選手3名を初めて出場させた。
- ・東アジアユース大会（韓国・瑞山市）にユース代表選手8名を派遣した。10m エアライフル女子種目で平野真歩選手が銅メダル、10m エアライフルミックス種目で高木葵選手・橋本昂希選手ペアが銅メダルを獲得した。
- ・JSC から受託した「アスリートパスウェイの戦略的支援」事業として、地域 TID（都道府県スポーツ課やスポーツ協会が実施しているタレント発掘事業）で発掘されたタレントを競技団体に繋げるため、埼玉県・山形県・愛知県と協働しモデル事業を開始した。
- ・日本新記録を公認した。

4 ライフル射撃スポーツに関する指導員及び審判員の養成及び資格認定

- ・ライフル射撃に関する講習会を各都道府県で開催した。
- ・NRAJ 認定コーチ制度を改定した。
- ・認定コーチ向けに e ラーニングシステムを構築し運用を開始した。
- ・選手向けのインテグリティ講習会を認定コーチにより開催し、1041名が受講した。
- ・NRAJ 認定 C 級コーチ取得講習会兼日本スポーツ協会公認ライフル射撃コーチ専門科目講習会をナショナルトレーニングセンター東館研修室において実施し、認定 C 級コーチとして29名、公認コーチ専門科目として13名を認定した。
- ・ミズノスポーツ振興財団の助成をうけ、全国高校指導者研修会を福岡県福岡市で開催し、40名が参加した。
- ・年間を通じて審判部会を開催し、新たに本部11名、地方30名の公認審判員を承認した。名誉審判員胸章を10名に贈呈した。
- ・審判講習会を2月に国立スポーツ科学センターにて開催し117名が出席した。競技運営ルールの周知徹底と、競技役員向けのインテグリティ講習を行った。新型コロナ感染対策のため参加を制限した、また後日映像による配信も行った。
- ・競技運営で必要となる音楽機器、計測機器を加盟団体へ貸し出した。
- ・段級審査を実施し、1658件（内生徒1173件）の級位を授与した。
1644件（内生徒1063件）の段位を授与した。
- ・年間を通じて下記の通り国際審判員を海外競技大会に派遣した。以下敬称略
4月 ISSF ワールドカップ 北京大会：平井宏治
8月 ISSF ワールドカップ リオデジャネイロ大会：馬渡崇、酒寄貴瀬
11月第14回アジア射撃選手権 ドーハ大会：藤井彌
- ・ISSF 国際審判講習会 EST コースを実施した。（4月）
11名が受講し、10名が合格した。
- ・東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を見据えた NTO（競技役員）養成のため、下記の通り、年間を通じて国内・海外の競技大会で実務トレーニングを行った。
4月 ISSF ワールドカップ 北京大会：長宗祐二、中尾乾
5月 ISSF ワールドカップ ミュンヘン大会：深澤佑樹、山下翼
7月 ISSF ジュニアワールドカップ ズール大会：山下せろな、岡田亜美
11月アジア射撃競技選手権大会（ドーハ）：中尾乾、鈴木慎平、岡田亜美
国内大会派遣：13大会 延べ103人
- ・上記東京2020オリンピック・パラリンピック競技役員内定者を招集し、チームビルディングを兼ねた講習会を行った。（2月 JISS）
- ・東京2020オリンピック・パラリンピックを見据え、空港スタッフによる外国チームの受け入れにかかる銃器輸出入手続きのトレーニングを行った。

5 ライフル射撃スポーツの普及・発展に資するための補完事業として事業運営上必要な物品の販売

- ・年間を通じ公認標的の製作・販売を実施した。
- ・公認射撃場について以下の射撃場を公認した。
 - ・東京都屋内トレーニングセンター・イースト射撃場の新規公認
 - ・高知県立春野総合運動公園射撃場の新規公認
 - ・鹿児島県警察学校射撃場の新規公認
 - ・沖縄県ライフル射撃場の変更
 - ・鹿児島県ライフル射撃場の変更
 - ・佐賀県エアライフル射撃場の新規公認
- ・電子標的の検定について以下の再検定を行い公認した。
 - ・広島県つつがライフル射撃場 10m・50m 射場
 - ・千葉県総合スポーツセンター射撃場 10m・50m 射場
 - ・神奈川県伊勢原射撃場 50m 射場
 - ・長崎県小江原射撃場 10m・50m 射場
- ・競技用銃砲、ゲージ等の検定・公認を行った。
- ・加盟団体の行う普及事業のうち4都道府県の事業に対し普及活動助成を行った。
- ・加盟団体の行う競技会・イベント等にデジタルピストルの機材を貸し出した。

6 その他目的を達成するために必要な事業

- ・国際射撃スポーツ連盟（ISSF）に引き続き加盟した。
- ・アジア射撃連盟（ASC）に引き続き加盟した。
- ・公益財団法人日本スポーツ協会に引き続き加盟した。
- ・公益財団法人日本オリンピック委員会に引き続き加盟した。
- ・公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構に引き続き加盟した。
- ・アジア射撃連盟（ASC）の役員改選（11月）にて松丸喜一郎会長が副会長に就任した。
- ・藤井彌理事がISSFのライフル委員を、エミール・ドシャノフコーチがコーチアドバイザー委員を継続して務めた。
- ・銃砲刀剣類所持等取締法に定められる銃器の所持に関する推薦書を（公財）日本スポーツ協会の委託を受け発行した。

けん銃	9（更新 9、新規 0）
空気けん銃	250（更新 198、新規 52 [内低年者30]）
指導用空気けん銃	3
空気銃	131
ライフル銃	194（大口徑 26、小口径 168 [内低年者44]）
年少射撃資格	168（空気銃 160、空気けん銃 8）
技能講習免除	281
- ・以下の方々の表彰を実施した。
 - ＜会長特別表彰＞
 - 該当なし
 - ＜会長表彰＞
 - 戸田 至（鳥取県ライフル射撃協会）
 - 高橋 耕治（秋田県ライフル射撃協会）
 - 沖縄県ライフル射撃協会
 - ＜年間活動賞＞
 - 松田 知幸（神奈川県警察）
 - 清水 綾乃（自衛隊体育学校）

以上

2019年度収支計算書総括表

2019年4月1日から2020年3月31日まで

単位 (円)

科 目	合 計	一般会計	選手強化事業	ジュニア育成事業	内部取引消去
I 事業活動収支の部					
1. 事業活動収入					
基本財産運用収入	610	610			
会費・入会金収入	40,245,500	40,245,500			
事業収入	41,718,139	40,131,109		1,587,030	
補助金等収入	51,086,965	51,086,965			
寄付金収入	3,400,000	3,400,000			
スポンサー関係収入	11,070,961	11,070,961			
JOC 選手強化事業補助金収入	33,216,000		33,216,000		
選手強化事業補助金収入	4,339,686		4,339,686		
競技会参加料収入	2,599,000		2,599,000		
JOC ジュニア育成事業補助金収入	26,314,000			26,314,000	
JSC アスリートパスウェイ事業委託金収入	19,110,206			19,110,206	
雑収入	703,623	703,623			
繰入金収入			21,215,418	5,333,061	△ 26,548,479
事業活動収入計 (A)	233,804,690	146,638,768	61,370,104	52,344,297	△ 26,548,479
2. 事業活動支出					
事業費	152,586,309	41,021,008	59,974,504	51,590,797	
管理費	62,927,648	62,927,648			
繰入金支出		26,548,479			△ 26,548,479
事業活動支出計 (B)	215,513,957	130,497,135	59,974,504	51,590,797	△ 26,548,479
事業活動収支差額 (A) - (B)	18,290,733	16,141,633	1,395,600	753,500	0
II 投資活動収支の部					
1. 投資活動収入					
2020東京オリパラ対策準備基金取崩収入	6,700,000	6,700,000			
ライフル射撃振興基金取崩収入	0	0			
敷金戻り収入	1,440,000	1,440,000			
投資活動収入計 (C)	8,140,000	8,140,000	0	0	
2. 投資活動支出					
職員退職積立預金積立支出	200,000	200,000			
2020東京オリパラ対策準備基金積立支出	10,000,000	10,000,000			
2024パリオリパラ対策準備基金積立支出	12,000,000	12,000,000			
ライフル射撃振興基金積立支出	1,055,633	1,055,633			
敷金支出	1,026,000	1,026,000		0	
什器備品購入支出	2,149,100	0	1,395,600	753,500	
投資活動支出計 (D)	26,430,733	24,281,633	1,395,600	753,500	0
投資活動収支差額 (C) - (D)	△ 18,290,733	△ 16,141,633	△ 1,395,600	△ 753,500	
当期収支差額	0	0	0	0	0
前期繰越収支差額	69,144,751	69,144,751	0	0	
次期繰越収支差額	69,144,751	69,144,751	0	0	0

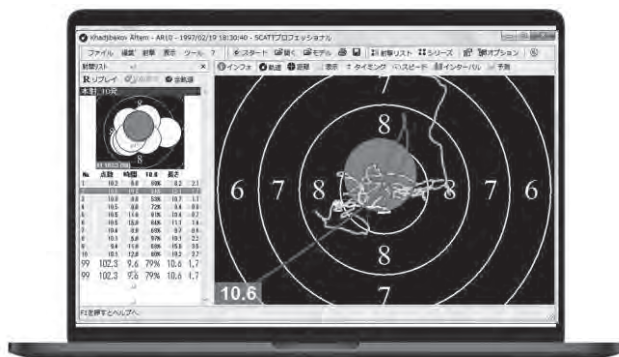
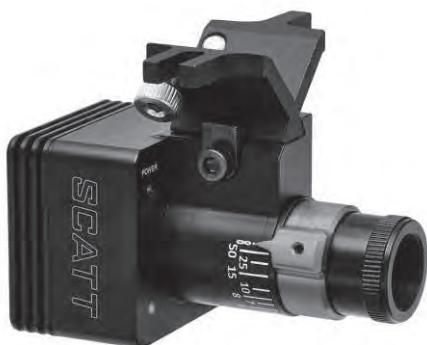


SCATTは自宅や射場での練習の質を大幅に向上させます！

ワイヤレスで最新のソフトウェア対応の MX-W2

有線で従来のソフトウェアも使用できる MX-02

どちらも大好評販売中です！



Facebook 始めました！

お得なセール情報を発信しています！



(公社) 日本ライフル射撃協会オフィシャルサプライヤー

株式会社 **國友銃砲火薬店**

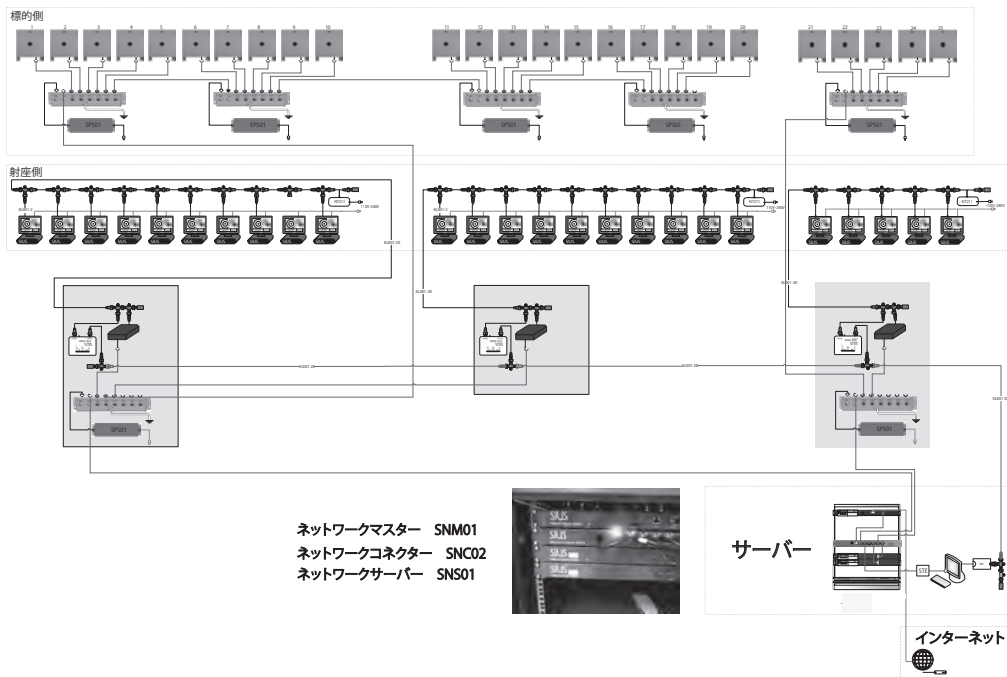
〒600-8032 京都市下京区寺町通仏光寺東入 國友ビル3F

ワルサー社日本代理店

TEL(075)351-3037 FAX(075)351-3041

<http://www.kunitomogs.co.jp> E-mail: shooting@zj8.so-net.ne.jp

50m STYX ネットワークシステム



Olympics & Paralympics

SIUS 電子標的が採用されています

- 1992 Barcelona
- 1996 Atlanta
- 2000 Sydney
- 2004 Athens
- 2008 Beijing
- 2012 London
- 2016 Rio de Janeiro
- 2021 Tokyo



リオデジャネイロ五輪 決勝会場

ISSF公認 (Phase III・最高評価の公認)

光学式電子標的・超音波式電子標的

SIUS 社 日本総代理店
日本ビーム株式会社
www.japanbeam.com



ビーム ライフルで射撃スポーツを始めましょう！

BEAM·RAIFLE SHOOTING SYSTEM

ビーム・ライフルの特徴

- ビーム・ライフル／ピストルの光源はキセノン管発光で、人体には影響のない安全な光です。
- 標的装置の設置は水銀灯、白熱灯、蛍光灯などを使用する体育館や教室で利用できます。



ビームライフル ジュニア用 型式 MBR-203J

この銃は 3.0 k g と軽量で、全長も小中学生などに合わせた入門者向けのモデルです。
バットプレートは体格に合わせて、前後に調整できます。
バッテリー、サイトセット、ハードケースが付属します。



ビーム・ライフル 型式 MBR-201

この銃はチークピースの調整を容易にした、バランサー付の競技者向けのモデルです。

ビームライフル・システム



ターゲット装置
型式 MT-201



ディスプレイ装置
型式 MD-201L



プリンター装置
型式 MP-216

〔 製造・発売元 〕

＝KOTO＝ 興 東 電 子 株 式 会 社

本 社 〒306-0232 茨城県古河市東牛谷 603-2

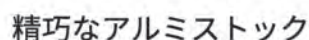
電話 0280-98-3387 FAX 0280-98-1180

<http://www.kohto.co.jp> E-mail: info@kohto.co.jp



ファインベルクバウ

手を伸ばさなくても、とどく。



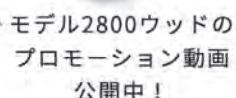
M2800 ALU

モデル 2800 アルミ

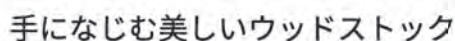
革新的なショートボルトアクション
工具を使わずにボルトの左右切り替えが可能

新開発のバレルチューナーを標準装備

人間工学に基づき新設計されたフォアエンドレーサー

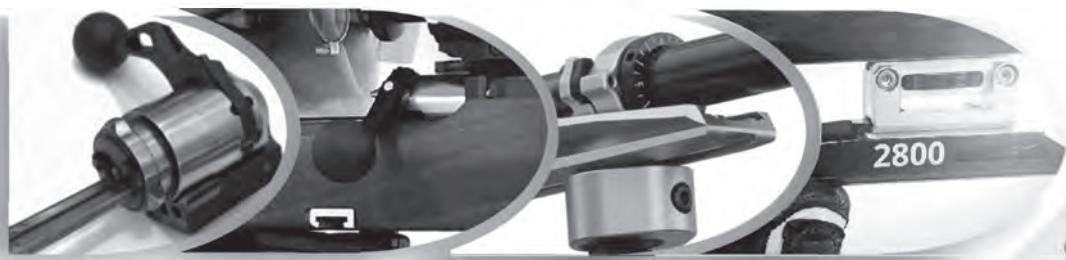


(YouTubeが開きます)



M2800 W

モデル 2800 ウッド



株式会社銀座銃砲店

〒104-0061 東京都中央区銀座6丁目
13番7号(新保ビル2階)
TEL:03(6226)6133 FAX:03(3543)1444
Mail:info@ginzagun.com

<http://www.ginzagun>



www.kanagawa-color.com/catalog.htm
 弊社カラーカタログ
 はこちらから
 ご覧いただけます
 <<<<<<<<<<

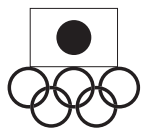
来たとき よりも キレイに!

世界に示す、クリーンジャパン



KEEP EVERYTHING
MORE BEAUTIFUL
THAN IT WAS.

Show the world, CLEAN JAPAN!



JAPANESE OLYMPIC COMMITTEE
公益財団法人 日本オリンピック委員会



2020年より日本全国へ販売致します。

■Meyton(マイトン)電子標的システム



電子標的の特徴：

- ・赤外線バリヤを通過した位置を測定
- ・センターは常に一定
- ・測定精度は1/100mm
- ・ワークステーションによる一元管理
- ・1台から利用可能
- ・10m, 50m競技用 (25mは別製品)
- ・測定用消耗品は不要

Meyton(マイトン)電子標的導入射撃場(順不同)：

新潟県立胎内ライフル射撃場(10m, 50m)、茨城県営ライフル射撃場(10m, 50m)、福井県立ライフル射撃場(10m, 50m)、神奈川県立伊勢原ライフル射撃場(10m, 50m)、くりはま花の国エアライフル場(10m)、宮城県ライフル射撃場(10m, 50m)、沖縄県ライフル射撃場(10m, 50m)、高校・大学など

有限会社 三和管財

〒277-0862 千葉県柏市篠籠田1316 TEL: 04-7143-6122 Fax: 04-7147-0745
Meyton社製品 日本ディストリビューター / Noptel社製品 輸入代理店

ライフルスポーツ 購入申込方法

◆お申し込みは郵便振替または現金書留で下記の宛先までお願いします。

⇒郵便振替の場合

郵便振替 00140-0-707998 公益社団法人日本ライフル射撃協会

⇒現金書留の場合

〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町4番2号 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 公益社
団法人日本ライフル射撃協会ライス担当

◆価格(送料込み)

⇒一部300円、年間1,800円 学生・生徒一部200円、年間1,200円

◆会員への配布

⇒会員(デジタル会員を除く)については、会費に含まれていますので、自動配布となります。
ただし、大学生及び中高生会員への配布は、当協会の規程によります。



●発行人 ——— 松丸 喜一郎

●編集 ——— 総務委員会

●発行所 ——— 公益社団法人日本ライフル射撃協会

(2019年7月より 東京都新宿区霞ヶ丘町4番2号 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE
新住所) 電話 03-6721-0792 / FAX 03-6721-0793

E-mail: rifle@japan-sports.or.jp

https://www.riflesports.jp/

●印刷所 ——— 広研印刷株式会社

〒171-0033 東京都豊島区高田 3-3-16

電話 03-3208-8273 / FAX 03-3208-8244

本誌は、スポーツ振興くじ助成金を受けて発行しています。

もしものときの、
おうちの味方。



今こそ、うちに。
ALSOK



東京2020オフィシャルパートナー(セキュリティサービス&プランニング)

24時間
365日受付



0120-39-2413

ALSOK

検索





ライフルスポーツ 2020.5

第444号

令和二年九月一日発行 隔月(奇数月)一日発行
昭和五十三年二月二十五日第三種郵便物認可

発行人・松丸喜一郎
発行所・公益社団法人日本ライフル射撃協会

東京都新宿区霞ヶ丘町4-1-2

MIZUNO TRAINING



REACH BEYOND

定価 300 円