



第13号

平成28年(2016年)
7月1日

夏きたいなば・・・

七夕が近づき、梅雨明けも間近。いよいよ本格的な夏を迎えます。ファンクラブの皆様にはお変わりありませんか。めぐる季節のなかで、今回は夏にちなんだ各種情報をお届けします。

スポーツや文化に関する真夏のイベント、夕涼みを兼ねての園内散策など、皆様方それぞれの楽しみ方でご満喫ください。今回の「青木教授の健康教室」は時節柄『熱中症の予防について』です。

今年の夏も元気に乗り切りましょう。

さて、先の熊本地震での被災者に対する義援金につきましては、多くの方々から多大なご寄付をいただき、誠にありがとうございました。心から感謝申し上げます。この義援金は、過日、日本赤十字社山口県支部を通じ被災者の皆様方にお届けしましたので、ご報告いたします。

一般財団法人山口県施設管理財団 理事長 平尾幸雄

主な大会・イベント情報

【H28.7~9】

凡例	ア：アリーナ	シ：レクチャー	テ：テニス場
	武：武道館	弓：弓道場	野：野外音楽堂
	陸：陸上競技場	補：補助陸上競技場	球：球技場
	ち：ちよるる広場	ラ：ラグビー・サッカー場	

インターハイ (2016 情熱疾走 中国総体)

7月30日(土)~8月6日(土) 全国高等学校総合体育大会：バレーボール(男女)(ア・シ)

山口県で開催されるインターハイは、昭和61年、平成7年及び平成16年以来4回目です。

今回、全30競技のうち6競技(バレーボール、ハンドボール、フェンシング、空手道、なぎなた、カヌー)が本県開催で、**維新公園スポーツ文化センター**では「**バレーボール(男子及び女子)**」が実施されます。山口県を代表して、男子は高川学園高校と宇部商業高校、女子は誠英高校と山口鴻城高校の4校が出場します。全国制覇を目指す選手たちに熱い声援を送りましょう。



シンボルマーク

陸上競技

7月21日(木)・22日(金)	第62回全日本中学校通信陸上競技大会山口大会	(陸・補)
8月6日(土)	第71回いわて国体・陸上競技山口県代表最終選考会	(陸・補他)

※レノファ情報は次頁に掲載しています。

サッカー

7月2日(土)・3日(日)	全中記念中学生サッカー大会	(補・ラ他)
7月23日(土)~25日(月)	第53回山口県中学校サッカー選手権大会	(陸・補他)
8月20日(土)	平成28年度山口県サッカー選手権大会(決勝)	(陸)
8月27日(土)	第96回天皇杯全日本サッカー選手権大会	(陸)

主要競技大会等

7月2日(土)・3日(日)	全日本テニス選手権山口県大会	(テ)
7月16日(土)・17日(日)	第50回山口県中学校体操競技選手権大会[体操・新体操]	(ア・シ)
7月17日(日)	第71回いわて国体・弓道[少年]山口県選考会	(弓)
7月18日(月)	第28回全日本エアロビクスコンテスト中四国大会	(ア)
7月25日(月)	第51回山口県中学校バレーボール選手権大会	(ア・シ)
8月29日(月)~9月2日(金)	第56回西日本学生バドミントン選手権大会	(ア・シ)
9月11日(日)	平成28年度社会人・クラブ・大学Aリーグラグビー大会	(ラ)

障害者スポーツ

7月9日(土)・10日(日) 第18回日本ボッチャ選手権大会山口県予選会 (ア・シ)

「ボッチャ」とは、ヨーロッパで考案された四肢機能障がい者のためのスポーツで、パラリンピックの正式種目です。ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。

競技への理解を深めるとともに山口県を代表して出場しようと健闘する選手の皆さんにエールを贈りましょう。本年の全国大会「第18回日本ボッチャ選手権大会」は11月25日から石川県で開催されます。



RENOFA コーナー

【戦績】

H28.6.19現在

節	日程	勝敗	対戦	節	日程	勝敗	対戦
1	2/28	△	岡山	11	5/ 3	○	群馬
2	3/ 6	○	北九州	12	5/ 7	×	金沢
3	3/13	×	町田	13	5/15	○	C大阪
4	3/20	×	横浜FC	14	5/22	×	長崎
5	3/26	△	松本山雅	15	5/28	×	札幌
6	4/ 3	○	讃岐	16	6/ 4	○	東京
7	4/ 9	○	熊本	17	6/ 8	△	愛媛
8	4/17	△	徳島	18	6/12	×	京都
9	4/23	○	千葉	19	6/19	○	水戸
10	4/29	○	FC岐阜	20	6/26	()	清水

Challenge to J2 !

維新スタジアムで熱い声援を送りましょう!!

本年を「J2元年」と位置付け、新たなステージに立ったレノファ山口。6月19日現在、勝ち点31で22チーム中7位と快進撃を続けています。

J1 経験チームをも圧倒する攻撃的なサッカーを展開。リードしてなお攻撃に徹するプレースタイルが多くのファンを魅了しています。

【今後の日程】(7月~9月)

7/10(日)	18:00	ギラヴァンツ北九州	維新公園
7/24(日)	19:00	京都サンガF.C.	維新公園
7/31(日)	19:00	北海道コンサドーレ札幌	維新公園
8/11(日)	19:00	セレッソ大阪	維新公園
8/21(日)	19:00	松本山雅FC	維新公園
9/25(日)	()	FC岐阜	維新公園

維新公園四方山話(第九話)

~公園の芝生は青く見える?~

◆ 公園の青葉が目にしみるようになり、芝生の緑も色濃くなりました。維新公園には、芝生を使った施設が5つありますが、①主に修景を目的にしたものと②スポーツをすることを目的にしたものに分けられます。修景目的の施設はスポーツ文化センターの前庭や弓道場の矢道、スポーツを目的とするもの(スポーツターフ)は陸上競技場、補助競技場、ラグビー・サッカー場のインフィールドです。

◆ 見た目は同じような緑の芝生ですが、使用目的によって芝の種類が変えてあります。①の修景用には、日本固有種の「コウライシバ」を、②のスポーツターフにはアメリカで開発された「ティフトン419」というバーミュダ芝(西洋芝)を植えています。いずれの芝も



【陸上競技場】



【弓道場】



【刈り込み作業】

“緑のじゅうたん”と呼ばれるような色鮮やかなターフを形成しますが、特に、「ティフトン419」は踏圧や擦り切れに強く、生育が早く回復力が強いので、スポーツターフに適しています。

◆ 「コウライシバ」や「ティフトン」は、いずれも暖地型の芝(夏芝)で、冬期には休眠状態となり、枯れたような茶色になります。現在、陸上競技場をホームスタジアムとするレノファ山口FCがJ2リーグで大健闘をしています。Jリーグは、参入条件として、参加チームのホームスタジアムのピッチが1年を通じて緑色(エバークリーン)であることを求めてきました。このため、維新公園の陸上競技場とラグビー・サッカー場は、今シーズンからウインターオーバーシーディング(WOS)という技法で、常時緑化を図ることにしました。

◆ WOSとは、夏芝(ティフトン)の生育が衰えてくる初秋(9月~10月)に、低温で生育が止まっても緑色の葉を保つ「ペレニアルライグラス」という寒地型の芝(冬芝)を播種・育成し、翌年の初夏(5月~6月)に再び夏芝に戻すことによって、一年を通じて「常緑」を保つ方法です。

◆ 維新公園でのJ2リーグ戦は今年2月に開幕しましたが、陸上競技場の芝生が真冬にもかかわらず、青々とした緑色であることに驚か

れた方も多かったと思います。「公園の芝生が青い」のは、WOSによって性質の異なる2種類の芝を植え、夏芝と冬芝を計画的にローテーションすることで成り立っているのです。

◆ ちなみに、芝生管理の三大作業は「刈り込み」、「施肥」、「灌水」といわれていますが、陸上競技場の昨年度実績は、「刈り込み：71回」、「施肥：33回」、「灌水：42回」です。加えて、土壌の固結改善や芝活性化のための更新作業(エアレーション等)、殺菌剤や殺虫剤の撒布など、気象条件や芝の生育状況に応じて様々な作業を行い、「エバークリーン」を保っています。(幸)



【更新作業】

維新公園交流広場

趣味の写真で樹木の観察

宇部市 早川善章



維新公園との出会いは冬・春のツリーウォッチング観察会参加がきっかけでした。藤原樹木医の樹木の姿・表情、自然樹形、材の利用などの解説を聞きたくて毎回楽しみにしています。実は私も樹木医で講師の説明には鋭く小耳を立てて聞き入っています。また、樹木医になってからが大切で、年2回指定大学に出かけたり、行く先々の公園を散策したりして色々な現場で勉強していますが維新公園はまさにもってこいの場所です。5月4日には明治神宮の不思議の森を訪れ、次に代々木公園に行った際には雨の水たまりを発見。土壌の固結が気になりますが写真好きにはたまらない風景で思わず撮影。こんな調子で記録やコンテスト向けに楽しんでいるところです。今では、花壇作り、芸術フェスタin維新公園で写真の部出展など、宇部在住ながら山口宇部道路のおかげでとても近くなり、再三、公園を訪れています。

公園を楽しみながら、樹形から樹木の危険度、警告信号を管理されている方にお伝えし利用者の安全に協力できれば幸いです。

維新公園での「思い出」、「エピソード」など、多くの皆様からの情報や話題をお待ちしています！



生活の中の維新公園

山口市 原田律子

維新公園は私のライフワークの一部となっています。シンボルツリーのメタセコイアを始め、椿、木蓮、桜、紫陽花、銀杏等四季折々の草花に彩られた維新公園を小鳥のさえずりを聞きながら一周するとうっすら汗をかき、心も体も癒やされて「さあ頑張ろう！！」と元気が湧いてきます。私は、弓道場で「的」に集中して心と体を鍛える楽しくも厳しい弓道に励んでいます。20代から80代までの幅広い年齢層が集い、互いに人格の形成と体力の増進に努めているところですが、平素からこの道場の周辺の大樹と荘厳な佇まいを心ひそかに誇らしく思いこの素晴らしい環境で活動できることを嬉しく思っています。私たちは大会や審査で数々の県内外の道場に行きますが、この弓道場は国体や全国的な審査会場としても十分に引き受けられる堂々とした立派な道場です。これも平素から維持管理されているおかげであると有り難く感じていて、益々やる気が湧いてきます。弓道の凜とした弓を射る姿を見に、維新公園の一番西にある弓道場までウォーキングの足を伸ばしてみてください。

企画事業

【平成28年7月～9月分】

※ お問い合わせ：TEL083-922-3712（維新公園サービス課）

◆ 「ゴーヤで緑のカーテン」収穫イベント

5月におおとり保育園の園児のみなさんが植えたゴーヤを収穫します。

・日時：8月2日(火) 10:00～ ・場所：スポーツ文化センター前庭

◆ 平成28年度山口県青少年武道錬成大会

～ 柔道、剣道及び弓道 ～

柔道、剣道、弓道の技量向上を目指して、日本武道館から講師を招いて小中高生を対象に実施します。

募集は、別途、スポーツ少年団、中学・高校の各部活動等に対し、個別にご案内していますので、参加を希望される方は所属の団体等にお尋ね下さい。(単独の場合は直接お申し込み下さい。)

・日時：8月11日(木)9:00～12日(金)16:30・場所：武道場、アリーナ、弓道場

◆ スターダストクラブ サマーコンサート

観覧ご案内

ライブコンサート第2弾！さわやかな歌声が夏の夜空に心地よく響きます。

・日時：8月27日(土)18:00開場・18:30開演・場所：野外音楽堂(ビッグシェル)・観覧無料

◆ アロハカーニバル2016

観覧ご案内

軽やかなハワイアンメロディとすばらしいパフォーマンスをご堪能ください。

・日時：8月28日(日)13:30開場・14:00開演・場所：野外音楽堂(ビッグシェル)・観覧料：500円

◆ 維新公園スケッチ大会

参加者 募集！

芸術の秋、スケッチで維新公園を楽しんでください。作品は「芸術フェスタ」(H29.2)で展示します。

・日時：9月18日(日) ・対象：小中学生100名 ・参加申込：9月4日(日)まで

・集合場所：スポーツ文化センターエントランス(受付：8:45～9:00)

◆ 障害者交流グラウンドゴルフ教室

グラウンドゴルフはやさしく楽しいスポーツです。障害者と健常者との交流行事として開催します。

・日時：9月24日(土) ・場所：弓道場芝生広場



H28.5.12
園児によるゴーヤの植栽

季節は小暑“大暑来たれる前なればなり [暦便覧]”、梅雨明けが近く本格的な暑さが始まる頃です。この季節は熱中症で救急搬送される方が多い時期です。そこで、今回は熱中症の予防について、1)熱中症はどのようにして起こるのか、2)熱中症の症状と重症度分類、3)熱中症の予防法、についてお話しします。



1) 熱中症はどのようにして起こるのか

熱中症は、高温環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能が破綻することで発症する障害の総称です。

また、日射病（高温や直射日光による体温調節機能障害）や熱射病（水分や塩分不足による体温調節機能障害）も熱中症の症状の一つです。

熱中症の起こり方は図1のとおりです。

暑い時（高温、多湿かつ無風状態など）に運動や活動（激しい運動・慣れない運動・長時間の野外活動など）を行うことで、急激に体温上昇が生じます。

平常時では汗の蒸発や皮膚温上昇により外気に熱を放出する（外気への熱伝導）によって体温調節を行っています。異常時にはこの体温調節が破綻して、体に熱がたまり体温が上昇して熱中症になります。

（引用：環境省『熱中症環境保健マニュアル』）

【平常時】



【異常時】

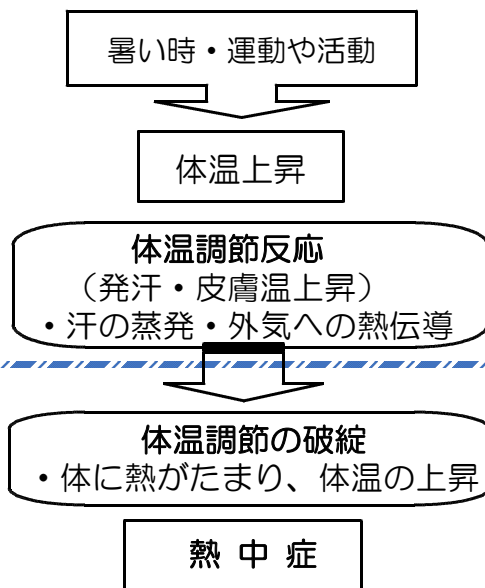


図1. 熱中症の起こり方

2) 熱中症の症状と重症度分類

高温環境にさらされた状況下での体調不良はすべて熱中症の可能性がります。熱中症の症状と重症度分類を下記の表1に示します。

表1. 熱中症の症状と重症度分類

分類	重症度	症状	対応
I度	↓	めまい・たちくらみ 筋肉痛・汗がとまらない	【現場で応急処置が可能】 涼しい場所で安静に。 水分と塩分を補給。
II度		頭痛・吐き気 体がだるい(倦怠感) 虚脱感	【病院への搬送が必要】 救急車到着までの間、涼しい場所で衣類を緩め、体を冷やし、水分と塩分を補給。
III度		意識がない・けいれんあり ・真っ直ぐ歩けない・呼びかけへの返事がおかしい	【入院・集中治療が必要】 迷わず救急車を要請。到着までの間、涼しい場所で水や保冷剤等で体を冷やす。

★：「意識が少しでもおかしい」場合は、重症度Ⅱ以上と判断し、直ちに病院に搬送。

★：「意識がない」場合は、直ちに病院に搬送。
(熱中症が原因の場合は重症度Ⅲ)

3) 熱中症の予防法

熱中症を予防するためには、1)涼しい服装、2)日陰の利用、3)こまめな休憩、4)外出の際の日傘・帽子の着用、5)こまめな水分・塩分の補給などが大事です。

(図2. 『熱中症予防カード』引用：環境省)

熱中症の予防法



編集後記

いつも「ファンクラブ通信」をご愛読いただきありがとうございます。今回から編集担当が変わりました。今年、維新公園は、開園43年目を迎えます。若き日のおじいちゃん、おばあちゃんが輝いていた時代から、現在ではお孫さんが活躍する舞台にまでその役割が広がってきました。今後とも、皆様方とともに成長する維新公園でありたいと思います。よろしくお願いたします。(F生)

(一財)山口県施設管理財団
〒753-0815 山口市維新公園4-1-1
TEL 083-922-3712・FAX 083-928-3374
E-mail service@ishin100.com