日本のひなた宮崎 国スポ・障スポ　大会広報誌

つむぐ

2026.8 第13号

第81回国民スポーツ大会
2027年9月26日(日)～10月6日(水)
会期前：2027年9月9日(木)～9月22日(水)

第26回全国障害者スポーツ大会
2027年10月23日(土)～10月25日(月)

国スポ総合開会式まであと 402日
障スポ開会式まであと 429日
令和8年8月20日時点

山之口駅の列車接近音が♪「ひなたのチカラ」に！♪

山之口駅の列車接近音が、大会イメージソング「ひなたのチカラ」のアレンジバージョンに変わりました♪
これを記念し、8月1日(土)、山之口駅で「列車接近音開始記念セレモニー」が開催されました！
山之口駅をご利用の際は、ぜひ新しい列車接近音をお楽しみください♪

セレモニーの様子

到着した河野知事、ひぃくんをお出迎えするやまのくち保育所の園児たち

応援団活動スタート！

宮崎国スポ・障スポに向けた応援団活動がスタートしました。7月19日(日)、高原町で開催されたリハーサル大会では、高原町応援団(高原町地域婦人連絡協議会)の皆さんによる、郷土料理「がね」300食のふるまいが行われ、会場は笑顔に包まれました。地域の魅力あふれる活動が、大会を盛り上げる素敵なスタートとなりました。

国スポ・障スポ応援団とは

地域で活動する個人や団体の皆さんが「国スポ・障スポ応援団」を結成し、国スポ・障スポを盛り上げる取組を実施します！今後の県内各地での応援団活動もお楽しみに！

高原町地域婦人連絡協議会の皆さん

郷土料理「がね」

ふるまいの様子

郷土料理「がね」のふるまい 応援団活動第1弾！

日本のひなた宮崎 国スポ 正式競技
競技別リハーサル大会！
観戦に行こう！

10月～11月の実施予定はこちら！

日程	競技	主催者	会場
10月			
10日(土)～14日(水)	ホッケー	都農町	ミヤチク藤見公園ホッケー場 ミヤチク藤見公園西側多目的広場
23日(金)～25日(日)	卓球	宮崎市	KING SportsPark
24日(土)～26日(月)	サッカー	綾町	綾錦原サッカー場 綾小田爪多目的競技場 綾てるは広場
24日(土)～25日(日)、27日(火)		西都市	清水台総合公園多目的広場 A面、B面、C面
24日(土)、26日(月)、28日(水)		新富町	新富町フットボールセンター いちご宮崎新富サッカー場

※お問い合わせは主催者(各市役所、町役場など)まで

日程	競技		主催者	会場
31日(土)～11月2日(月)	軟式野球		延岡市	のべおかwaiwaiスタジアム
31日(土)～11月1日(日)			日向市	お倉ケ浜総合公園 メディキットスタジアム
31日(土)			高鍋町	高鍋総合運動公園MASUDAスタジアム
31日(土)			川南町	川南町運動公園野球場
31日(土)～11月1日(日)			門川町	門川海浜総合公園野球場
31日(土)			西都市	西都原運動公園野球場
31日(土)～11月2日(月)	ライフル射撃	50m	宮崎市	宮崎県ライフル射撃競技場
		10m・AP		
		BR・BP		宮崎市田野体育館
11月				
19日(木)～23日(月)	ウエイトリフティング		小林市	小林市文化会館
21日(土)～23日(月)	ボウリング		宮崎市	宮崎エースレーン
25日(水)～29日(日)	ボクシング		えびの市	えびの市民体育館
26日(木)～29日(日)	バドミントン		高鍋町	井上スポーツセンター高鍋町総合体育館

大会公式番組 HINATA STYLE

vol.2 出演者インタビュー特集

第5話 空手道 KARATE

組手競技

宮崎第一高校 2年 **川路 仁幸** さん

Q1 日々の練習で、大切にしていることを教えてください。

A. 普段の練習から試合と同じ緊張感を持ち、試合とのギャップを感じた際にはチームで話し合い、次の練習に活かしています。放課後の自主練習を欠かさず、通学中の時間も使って自分の課題と向き合っています。

Q2 組手の魅力はどんなところにありますか。

A. 練習してきた技をここぞという場面で出せた瞬間が一番楽しいです。夢中になると視野が狭くなる傾向があるため、集中しつつも相手との駆け引きに余裕を持って取り組むよう心掛けています。ポイントを取るだけでなく、相手と技をぶつけ合う中で駆け引きが噛み合った時の面白さが、組手の醍醐味だと思います。

Q3 これからの目標を教えてください。

A. これから、試合や遠征が続きますが、勝敗の結果だけを見るのではなく、しっかりと自分の組手をぶつけて、後々の自分に残るものを持ち帰りたいです。

形競技

日南振徳高校 1年 **和田 星愛** さん

Q1 ご自身の強みはどこにあると思いますか。

A. 技の力強さと美しさ、加えて最後まで演武をやりぬくための集中力が私の強みです。負けたくないという気持ちが、日々の練習における集中力を支えてくれています。

Q2 形と向き合ううえで、こだわっていることを教えてください。

A. 指定形は決まった動きを変えることはできませんが、常に2つ前の挙動から次の動作を意識し、客観的に見た自分の演技を想像しながら打つようにしています。練習は必ず動画に撮って見返し、得点の高い選手との違いを研究しながら、強さと弱さ、緩急のつけ方を細かく見直しています。

Q3 空手の魅力と、注目してほしいところを教えてください。

A. 中学1年生のときに形で勝負すると決意し、形に真摯に向き合ってきました。形は一つひとつの技に意味があり、同じ形でも選手によって表現が異なるところに魅力を感じます。私らしい表現に今後、注目していただけたらうれしいです。

第6話 銃剣道 JUKENDO

都城工業高校 2年 **園田 龍之介** さん

Q1 銃剣道を始めたきっかけを教えてください。

A. 父・叔父・祖父も銃剣道の選手だったことをきっかけに銃剣道を始めました。今は叔父が自分の所属するクラブの監督を務めています。練習を重ねるほど、突きの技術や体の使い方が磨かれていく実感が増し、気づけば夢中になっていました。

Q2 体力づくりで工夫していることを教えてください。

A. 走り込みや体幹トレーニングを日々のメニューに取り入れています。その中で、中学時代の陸上で鍛えた基礎体力が、今の銃剣道の土台になっていると感じます。夏場は母がスタミナのつく料理を工夫して作ってくれていて、家族の支えに感謝しています。

Q3 銃剣道の魅力と、これからの目標を教えてください。

A. 銃剣道の魅力は、力や体力だけでなく、相手の間合いや呼吸を読みながら試合を組み立てる頭脳戦の要素です。勝つたびに技術や判断力が更新される手応えがやりがいです。さらに練習を積み重ね、来年の国スポ出場に全力で取り組みたいです。

木銃を用いて相手の有効部位を突き合う武道。「突き技」を基本とし、気・剣・体の一致した「有効な突き」が勝敗を決める。礼に始まり礼に終わる、選手たちの爽やかな姿勢も魅力。

上村 直也 さん

Q1 銃剣道とどのように向き合っていますか。

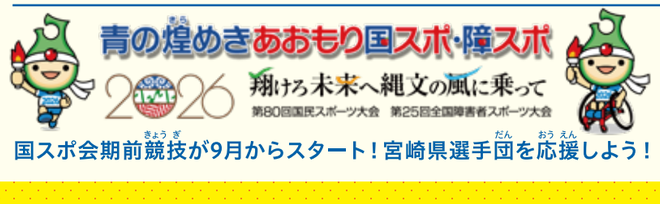
A. 人間形成を目的とする武道精神を前提に、礼儀作法、特に挨拶・整理整頓を日頃から意識しています。試合においては勝つことを追求して日々稽古に励んでいます。

Q2 戦い方の強み、こだわりを教えてください。

A. 相手の動きに合わせて間合いを詰め、一瞬の隙やミスを逃さず一本を狙いにいくのが自分のスタイルです。試合展開を自分のペースに引き込むというより、相手の弱いところを見極めて、そこへまっすぐ攻めていくことを大事にしています。

Q3 これからの目標を教えてください。

A. 銃剣道は一瞬の判断が勝負を決める競技なので、試合中はもちろん、その前後も気の抜けない時間が続きます。少しでも弱気な気持ちがよぎれば、そのまま負けにつながってしまうので、常に平常心で、勝つことだけに意識を向けられるよう自分自身を律しています。個人としての結果はもちろん、これからは団体戦での優勝も目指し、チームとして上位を狙っていきたいです。



国スポ会期前競技が9月からスタート！宮崎県選手団を応援しよう！

国スポ会期前Ⅰ 9.3(木)～9.13(日)
国スポ会期前Ⅱ 10.2(金)～10.9(金)
国スポ 本会期 10.10(土)～10.20(火)
障スポ 10.23(金)～10.26(月)

詳細はこちら！

第7話 ハンドボール HANDBALL

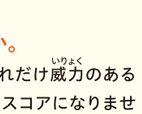
宮崎学園高校 2年 **三樹 咲彩 さん**

Q1 日々の生活について教えてください。

A. 宮崎学園高校は女子ハンドボールのレベルが高いと知り、更なるレベルアップを目指してこの学校を選びました。学校に着いたらまず朝練に参加するのが毎日の習慣です。質の高い練習に取り組めることに日々充実感を感じています。

Q2 自主練習で意識していることを教えてください。

A. 高校の練習は、基礎を固めながらも実戦に近い形式で技術を磨いていくスタイルです。試合形式の練習をこなす中で自分の課題が見えてくるので、朝練や昼練の時間を使って、その足りない部分を個人で練習しています。誰かに指示されるのではなく、日々の練習の中で気づいた課題をその都度自分で見つけて取り入れることで、少しずつレベルアップできている実感があります。



Q3 ハンドボールの魅力と、これからの目標を教えてください。

A. 迫力やスピード感、接触の多さがハンドボールの魅力だと思います。また、点を取った瞬間にチーム全体の雰囲気がぱっと明るくなる、あの一体感も大きな魅力です。今後はチームで一番得点を取れる選手になり、自分のプレーで点を決めた時にチームの雰囲気を盛り上げられるような選手になりたいです。

第8話 ボウリング BOWLING

加治佐 崇 さん

Q1 長く競技を続けるモチベーションと目標について教えてください。

A. 国スポのボウリング競技は、個人戦、ダブルス戦、4人チーム戦があり、国内で最も大きな大会だと思っています。そのため、そこでの日本一を目指して、これまで競技を続けてきました。

Q2 社会人として競技を続ける中で、大切にしていることを教えてください。

A. 社会人アスリートとして、仕事を終えてから練習に向かう生活を続けています。若い頃はがむしゃらにパワーをつけようとあえて体重を増やしていましたが、今は年齢に合わせてベストな体重を探りながら、仕事と両立できる範囲で体づくりを調整するようになりました。量より質を意識するようになったのも、社会人として長く競技を続けてきたからこそだと思います。

Q3 技術面でこだわっていることはありますか。

A. 一番こだわっているのは『投球の再現性』です。どれだけ威力のあるボールが投げられても、毎回フォームがバラバラではスコアになりません。特に、最後の一歩（フィニッシュ）で下半身をピタッと安定させること、そして常に同じスイングの軌道を通すことを意識して、体に覚え込ませる練習を徹底しています。

「走る・投げる・飛ぶ」の3要素が揃った、スピード感あふれるチームスポーツ。パスやドリブルで攻め込み、相手ゴールへシュートを打ち込んで得点を競う。アクロバティックなジャンプシュートや、それを防ぐゴールキーパーとの迫力ある攻防が見どころ。

坂下 心優人 さん

Q1 キーパーとしてのプレーへのこだわりを教えてください。

A. キーパーは動いていないように見えて、実はゴール前で常に細かく動き続けているポジションなので、体力づくりは欠かせません。1点差で負けた試合では、自分が止められなかったせいだと感じ、悔しさから涙が出ることもあります。それでも、最後まで諦めずにゴールに向き合い続けたいと思っています。

Q2 試合中に意識していることを教えてください。

A. キーパーはコートの中で唯一、試合全体を俯瞰して見られるポジションだと思います。だからこそ、ディフェンスの動きやチームの雰囲気を感じ取りながら、声を出して仲間を鼓舞するようにしています。仲間がいいプレーをした時はポジティブな声をかけ、逆に気持ちがふわふわしている時は『そこはダメだ』ときちんと伝えます。

Q3 チームメイトとの関係性を教えてください。

A. チームにはもう一人キーパーがいて、ディフェンスの約束事や修正点を、試合後にお互い率直に話し合える関係性です。2人で試合内容を振り返るたびに、自分のプレーも修正できていると感じます。そうやって本音で言い合える仲間がいることは、自分にとって大きな支えになっています。

ボールを転がして10本のピンを倒し、倒れたピンの数を競う競技。ピンの位置により、ボールや投球方法を変え、狙ったピンを的確にとらえる技術が見逃せない。ピンが一気に倒れる爽快感と、一投ごとに深まる緊張感が観客を魅了する。

蛯原 大貴 さん

Q1 日々の練習で、大切にしていることを教えてください。

A. 練習は週に2回ほど行っており、週末は通常より投げ込んでいます。もともと感覚を大切にするタイプですが、その日のレーンコンディションやボールの曲がり方に応じて狙うラインを探りながら、何度も試行錯誤を重ねています。

Q2 競技を続けるうえで、支えになっている存在はありますか。

A. 職場は選手活動にとても理解があり、大会や練習に合わせてシフトを調整してもらえるため、安心して競技に打ち込めています。以前は人と話すことが苦手でしたが、ボウリング場での会話を重ねる中で、少しずつ職場でも自分から話せるようになりました。ボウリング場に集まる仲間や、大会にも応援に来てくれる身近な存在、そして日南ボウルのスタッフの方々の指導も、大きな支えになっています。

Q3 これからの目標を教えてください。

A. 自己最高の300点をこれまで7回出していますが、まだ上には上がいます。レーンのコンディションを読む力をもっと磨いて、さらに強くなりたいです。

大会公式番組 HINATA STYLE

あなたの「応援したい」がきっと見つかる！

令和8年5月から月2話ずつ放送！ MRT 毎月第2・第3月曜18:55～ UMK 毎月第1・第3日曜11:45～

■上記日程は原則であり、変更の可能性があります。
■テレビ放送終了後には、大会公式YouTubeでも配信します。
■各話の放送日程については毎月、大会公式HPやSNS等で御案内します。

過去の放送回を配信中　放送日程をチェック

美化活動が始まりました！

県内各地の取組をご紹介 Kokuspo,Syospo Project

File 1 クリーンアップ活動 in 日向市

令和8年6月14日（日）

県内各市町村で実施されているクリーンアップ活動と連携し、宮崎国スポ・障スポに向けた美化活動がスタートしました！日向市のお倉ヶ浜海水浴場で行われた活動を皮切りに、県内各地へと展開中！ 国スポ・障スポオリジナル軍手を着用し、たくさんの方々に参加していただいています。今後の活動予定はHP、SNSをチェック！

File 2 企業協賛感謝状贈呈式

令和8年6月23日（火）

宮崎国スポ・障スポ開催に向け、5社の企業様から御協賛をいただきました。
贈呈式では、河野会長から5社へ感謝状が贈られた後、協賛企業を代表し、シフトプラス株式会社 代表取締役 中尾様より御挨拶をいただきました。
いただいた協賛金は両大会の広報活動及び大会の開催準備・運営に活用させていただきます。

File 3 令和8年度広報ボランティア研修会を開催しました！

宮崎地区：令和8年7月20日（月）、都城地区：8月2日（日）、延岡地区：8月8日（土）

令和8年度広報ボランティア研修会を宮崎地区、都城地区、延岡地区で開催しました。高校生から70代までのボランティア応募者の皆さんが、おもてなしや取材・PRのポイントを学び、研修の最後には、みやざき犬と一緒に大会イメージソング「ひなたのチカラ」ダンスを踊りました。これから私たちとともに、大会開催に向けて盛り上げていきましょう！

私たちは「日本のひなた宮崎 国スポ・障スポ」を応援しています

JAPAN GAMES パートナー（JSPO）

大塚製薬 / MIZUNO / 三井住友海上 MS&AD INSURANCE GROUP

障スポ 特別協賛

DAIDO 大同生命

JAPAN GAMESパートナー（宮崎）

児湯食鳥 / Mera Group Corporation 東京電機産業株式会社 / 吉原建設株式会社 / 株式会社 マルセイ電器 / mrt 宮崎放送 / キヨモト / SHIFT PLUS / 三桜電気工業株式会社

オフィシャルスポンサー

大和証券 / 宮崎銀行 / 霧島酒造 / 旭進興業 / 宮崎太陽銀行 / NTT西日本 / 宮崎県建設業協会 / UMKテレビ宮崎 / 県民共済 / 大和開発 / 宮崎日日新聞社 / 宮崎ガスグループ

ゴールドサプライヤー

MTG MIYAZAKI TOYOTA GROUP / 宮崎日産自動車 / 日産サティオ宮崎 / ホンダモビリティ九州 / 鉱脈社 / ABCX 株式会社 アビックス

問い合わせ先
日本のひなた宮崎 国スポ・障スポ実行委員会事務局
（宮崎県庁 4 号館 4 階 宮崎県宮崎国スポ・障スポ局）
広報・県民運動担当 〒880-8501 宮崎市橘通東 2 丁目 10 番 1 号

公式HP / Instagram / X / LINE / YouTube