

# 生涯スポーツ とやま

vol. **79**  
2025

**お笑いコンビ「雷鳥」の「お姉ちゃん」が講演  
コントで新体操紹介、100歳まで演技する!  
生涯スポーツとして復帰し県体6連覇中**



姉弟お笑いコンビ「雷鳥」の「お姉ちゃん」が「雷鳥だよ、アー—!」とポーズを決める



弟の「ゆういち」さんも登場

令和6年度県生涯スポーツ協議会指導者研修会は11月15日、富山市の県総合体育センターで開かれ、姉・弟のお笑いコンビ「雷鳥」の「お姉ちゃん」が「笑顔あふれる生涯スポーツ～全ての経験を力に」と題して講演。関係者ら約50人が競技スポーツから生涯スポーツへとステージを変え、年齢を重ねて新体操に取り組んできた「お姉ちゃん」の思いに耳を傾けました。【講演の内容は2・3ページに掲載】

「お姉ちゃん」は射水市出身で、同市内の中学校入学後に新体操を始めて全国中学校体育大会（全中）で6位入賞、新湊高校時代は全国高校総体（インターハイ）で4位に入賞した実績があります。現在も競技を続け、国内最高齢の現役新体操選手として県民体育大会（県体）で「一般の部」で6連覇し、全国マスターズ新体操大会では最高3位の入賞経験があります。

研修会に先立ち、県生涯スポーツ協議会の廣田誼会長が「生涯スポーツは、勝つことよりも仲間づくりを目的に取り組んでほしい」と挨拶、同協議会の黒崎修英副理事長が講師へのお礼と感想を述べました。

# 令和6年度 県生涯スポーツ協議会指導者研修会

- ◆期 日 令和6年11月15日(金) 14:00～15:30
- ◆場 所 富山市の県総合体育センター
- ◆講 師 お笑いコンビ「雷鳥」の「お姉ちゃん」
- ◆内 容 「笑顔あふれる生涯スポーツ～全ての経験を力に」



## ■選手の良いところを見つけて伝える

本日、県総合体育センターを訪れ、背筋がピンと伸びました。ここは私が中学生の時、全中が開催された場所です。私は射水市内の中学校に入ってすぐに新体操を始めました。なぜ新体操という競技に熱心に取り組むことになったかという、子どものころから親は、そろばんや水泳など「やりたいと思ったことは何でも挑戦すればいい」と言って多くの習い事をさせてくれました。いろいろなことに興味を持った後、やりたいことを絞っていく過程で残ったのが新体操でした。もともと体操が好きで、体育の授業でマット運動をする時に先生が私に「お手本を見せて」と見本を示す役割を与えてくれました。それが嬉しかったことも新体操に取り組んだ理由です。

中学時代は私だけが初心者で、最初は練習の輪から離れて体育館の片隅でフープを回していました。しかし、ひたすらフープを回し続けた経験は無駄ではなく、後に「フープの扱いがとても上手だ」と言われました。それまで競技をやったことがない子は、スタート時こそ経験のある子に後れを取りますが、「その競技の原石である」と言えます。伸びしろがあり、希望があります。

母から「酢の物を食べると体が柔らかくなるよ」と言われ、よく食べました。風呂から上がった後は柔軟体操に時間を割き、酢の物を食べる……。親やコーチのアドバイスを素直に聞いて頑張りました。当時、「自分のために言ってくれていることは素直に聞き、受け入れよう」と思いました。このような気持ちで新体操に取り組んだことを良かったと思います。今、指導する時には「本当に、その人にとって必要なことを、その人のために思って言おう」と心掛けています。また、技がうまくできていなくても、「返事がいいね」など選手の良いところを見つけて伝えるようにしています。



小学生を指導する「お姉ちゃん」(本人提供)

## ■全中6位、インターハイ4位入賞

私が中学生だったころ、県内では1994年にインターハイ、2000年に国民体育大会(国体)の開催を控えていたことから、中学・高校選手の強化が進められていました。私が在学していた中学・高校は新体操の強化指定校となり、東京からコーチが月に3～7日来て指導を受けるようになりました。このコーチは後に

なって五輪に出場する日本代表チームの指導者になりました。当時20代で、県内では今まで私たちがやったことのない技を教えてくださいました。

競技を始めてまだそれほど経っていないころ、コーチが「選手を発表します」と言って、1人目にキャプテンを選び、2人目に私を指名してくれました。その時のことが今でも忘れられません。「あなたです」と言われ、「ああ!」と感激で胸がいっぱいになりました。周りはどよめきました。今まで体育館の隅っこでフープを回し続けていた自分が「気づいてもらえたんだ」と思いました。その日、練習していた体育館から家への帰り道、自転車のペダルが軽く感じたことを今も覚えています。初心者からスタートし、競技者としては経験不足だった自分がなぜ選ばれたのかを考えてみると、チーム内で一番、柔軟性が高かったことが思い当たりました。

## 3回全国中学校新体操選手権大会



全中で入賞(本人提供)

全中で6位に入り「中学時代で新体操は、やり切った」と思いましたが、高校進学時にコーチから「まだあなたと一緒にやりたいな」と言われました。そう言われると心が動き、新湊高校でも競技を続けることにしました。2年生の時に大きな怪我をして2カ月間入院し、リハビリにも時間がかかりました。

「競技を続けるのは難しいかも」と思いコーチに「やめます。お世話になりました」と言いに行ったら、「来年の曲を決めているんだけど、どの曲がいいかな?」と聞かれました。私は競技をやめるつもりでいましたが「3番目の曲がいい」と答えました。そしたら「来年はその曲にするから競技を続けるように」と諭されました。そこまで自分のことを引っ張ってくれる人はいなかったの、高校3年生の夏まで競技を続け、インターハイに出場し、主将として競技人生を全うすることができました。ただし、大きな怪我をした影響で、大学では新体操を続けませんでした。

## ■チーム「雷鳥新体操's」メンバーは多彩

芸人になってからは、新体操を生かしたショートコントをネタとして披露しています。当初は上京して活動していましたが、2015年に北陸新幹線の金沢延伸を契機に、富山へ拠点を移しました。10代で新体操に取り組んできたことから「もっと競技人口が増えればいい」と思い、いろんなことをやってい

まず、新体操の選手は引退が早いので、競技スポーツとしてだけではなく、生涯スポーツとして皆さんに続けてもらうために、「まず40代の私が新体操をやろう」と思い2017年に個人で県体にエントリーし、競技に復活しました。すると一緒にやってくれる仲間が現れ、「雷鳥新体操's」というチームを組んで団体で試合に出場することができました。



コントで新体操を披露(本人提供)

「雷鳥新体操's」は2018年10月にテレビ朝日の全国放送で、松岡修造さんの「2020年みんなできる宣言」という番組に取り上げられ、「富山の奇跡」と言われました。私たちのチームは10代後半から40代まで年齢層が幅広く、学生からさまざまな職業の人が集まっています。松岡さんの取材を受けた当時は妊婦さんもいました。私たちの姿を全国の方が見て「感動した！」など多くの反響がありました。幅広い世代への普及は一気に全国へ広がり、兵庫県ではチームも立ち上がりました。また、影響は国内だけでなく、SNSやYouTubeなどで情報を得たヨーロッパのチームから「一緒にやろう」と声がかかるようになりました。このようにして全国にマスターズ選手が増え、新体操は生涯スポーツとしても普及し始めています。

新体操でレオタードを着用する理由はぴったりとして体の線が出るからこそ、関節が伸びているかどうかなど採点するための要素が見えるためでもあります。しかし、マスターズ世代の選手の中にはレオタードを着ることに抵抗がある人もいますので、ゆったりとしたラインの衣装や、曲に合わせたレオタードではない服装を着るなど工夫しています。また、親しみやすい曲を選ぶようにしています。例えば、紅白でおなじみの北島三郎さんの「まつり」を使った演技では「そいや！」とのかけ声でポーズを決めました。また、ウェディングドレスを着て「結婚行進曲」を踊ったこともありました。フープを指輪に見立て、追いかけるような動きをしました。このようにして新体操を知らない人でも興味を持って見てもらえるような演出・演技を心掛けています。



北島三郎さんの「まつり」に合わせて演技(本人提供)

## ■達成感「楽しい」「もっと、やりたい」という気持ちに

私は県体を現在、6連覇中です。演技を見て「自分たちもやってみたい!」と思ってもらえたら嬉しいです。「新体操は誰でも

できる」ということを発信し、実際に「雷鳥のお姉ちゃんがやっているから、自分も」と思って挑戦する方が全国各地に増えました。すると、競技人口が増えて全国マスターズ新体操大会での私の順位が下がってきているのが今の悩みです(笑)。個人で6位までに入ってくるのは、やはり年下の選手なので、6位入賞を維持することが当面の目標です。

また、競技志向の高いシニア世代も対象としたスポーツ大会「マスターズ大会」は最初から開催されていたわけではなく、中断していました。「雷鳥新体操's」の存在がテレビ番組によって知られ、競技人口が増えたことでマスターズ大会が復活したと言って下さる方もいます。大会は毎年、岐阜県内で開催されており、私が岐阜に行くと、テレビやYouTubeで知ってもらっているので、とても歓迎されます。

お笑いライブでは新体操を使ったコントを紹介しています。また、イベントなどでは初心者の方に新体操を体験してもらっています。新体操のリボンは6メートルありますが、約半分の長さにすることでリボンがくるくると回るなどの工夫をしています。初めて挑戦してうまくできると、「楽しい」「もっと、やりたい」という気持ちになるはず。達成感は楽しさにつながります。このような機会を広げていけば生涯スポーツの普及につながると考えています。



研修会では短いリボンを使って受講者が新体操を体験



フープの背中転がしの技を成功させた受講者と一緒に「雷鳥ポーズ」



受講者も「雷鳥ポーズ」

私の目標は100歳まで踊り続けることです。これまでのすべての経験を力に、お笑いに合わせて新体操を広めていければと思います。皆さん、スポーツの普及と一緒に頑張っていきましょう。

(取材・文・撮影 若林朋子)

## 【略歴】

「雷鳥」のお姉ちゃん 射水市出身、同市在住。富山大学経済学部卒。ワタナベエンターテインメント所属。弟とのお笑い「雷鳥」として県内外のテレビ・ラジオのMCやリポーターを務め、イベントでのお笑いステージ、映画、ドラマなどに出演、映画やテレビ、漫画などの方言指導も担当。ラジオ「立川志の輔&雷鳥のなんですか? ニッポン」は全国各地で毎週放送。東京2020の聖火ランナー、いみずPR大使、射水市教委の教育アドバイザー、富山湾白えびサポートリーダーなど各方面で活躍中。新体操競技では現在、競技を続けながら審判やコーチを務め、普及も担う。

# Enjoy!スポーツとやま2024

令和6年9月23日(月)富山県総合運動公園

天候が心配されましたが、雨も10時過ぎに上がり、涼しい秋晴れの中「Enjoy!スポーツとやま2024」が開催されました。リオ五輪女子レスリング金メダリストで本県高岡市出身の登坂絵里さんがゲストとして参加されるとともにいろいろな運動に体験・チャレンジされていました。本協議会の加盟団体からも8つの団体がブースを設けて参加協力いただきました。会場は多くの親子連れで大盛況!各ブースとも競技の説明や体験のサポートで「休む暇もない」と、うれしい悲鳴をあげておられました。

## ■ Enjoy ウォーキング



## ■ トランポリン



## ■ ゲートボール



## ■ スポーツウエルネス吹矢



## ■ レクリエーション



## ■ スポーツチャンバラ



## ■ ターゲット・バードゴルフ



## ■ ノルディック・ウォーク



## 令和7年度富山県スポーツフェスタ第34回富山県民スポーツ・レクリエーション祭のお知らせ

交流部門・体験部門

◆中心会期 令和7年5月24日(土)・25日(日)

No	種目名	部門		期 日	会場名	市町村
		交流	体験			
1	グラウンド・ゴルフ	○		5月18日	高岡市グラウンド・ゴルフ場	高岡市
2	ゲートボール	○		6月1日	山室二区公園ゲートボール場	富山市
3	壮年サッカー	○		5月18日	富山南総合運動公園サッカー場	富山市
				6月8日	北陸建工グループ アスリートフィールド	滑川市
4	ソフトバレーボール	○		5月18日	富山県西部体育センター	砺波市
5	女子ソフトボール	○		7月6日	滑川市内グラウンド	滑川市
6	ターゲット・バードゴルフ	○		5月24日	南砺市ターゲットバードゴルフ場	南砺市
7	年齢別テニス	○		5月24日	岩瀬スポーツ公園テニスコート	富山市
8	年齢別ソフトテニス	○		5月18日	岩瀬スポーツ公園テニスコート	富山市
9	バウンドテニス	○		5月18日	滑川市総合体育センター	滑川市
10	壮年ボウリング	○		5月25日	高岡スカイボウル	氷見市
11	マスターズ陸上競技	○		4月20日	高岡市宮城光寺陸上競技場	高岡市
12	フォークダンス	○		5月25日	大島農村環境改善センター	射水市
13	エアロビック	○		5月25日	富山県西部体育センター	砺波市
14	トランポリン	○		6月8日	富山県総合体育センター	富山市
15	サイクリング	○		6月1日	東洋通信スポーツセンター前 ⇄ 氷見番屋街	高岡市~氷見市
16	ママさんバレーボール	○		5月25日	富山県総合体育センター	富山市
17	ペタンク	○		5月25日	高岡市南部福祉センター跡地	高岡市
18	ウォークラリー	○		10月26日	高岡市おとぎの森公園	高岡市
19	キャンプ		○	6月7日	常願寺川公園ピクニック広場	立山町
20	ビーチボール	○		6月8日	ビルト・プレイズ歌の森体育館	射水市
21	ホステリング	○		5月24日	守山城跡	高岡市
22	フレッシュテニス	○		5月25日	富山県西部体育センター	砺波市
23	パークゴルフ	○		5月25日	富山新港元気の森公園パークゴルフ場	射水市
24	ダンススポーツ	○		6月29日	富山県総合体育センター	富山市
25	ドッジボール	○		5月25日	太閤山ランド「ふるさとパレス」	射水市
26	エンジョイテニス	○		5月10日	岩瀬スポーツ公園テニスコート	富山市
27	武術太極拳	○		6月1日	丸山総合公園総合体育館	上市町
28	ビリヤード	○		5月18日	フィレンツェネオ黒瀬店	富山市
29	ウォーキング		○	5月25日	高岡駅周辺または雨晴駅周辺	高岡市
30	キンボールスポーツ	○		6月22日	舟橋村立舟橋中学校体育館	舟橋村
31	ユニカール	○		5月25日	櫛田コミュニティセンター体育館	射水市
32	スポーツチャンバラ	○		6月1日	新湊アイシン軽金属スポーツセンター剣道場	射水市
33	カローリング	○		5月6日	氷見市ふれあいスポーツセンター	氷見市
34	フラダンス		○	8月中	高岡市生涯学習センター(リトル・ウイング)	高岡市
35	ノルディック・ウォーク		○	5月24日	富岩運河環水公園	富山市
36	スポーツウェルネス吹矢		○	8月9日	富山駅南北自由通路(北側)	富山市

令和7年3月3日現在の予定です。



〒939-8055

富山市下堀88-5 TEL:076-494-2285 FAX:076-494-2286

パソコン販売  
ホームページ作成  
サポートまで  
ワンストップで対応致します。

“オフィスを科学し創造する”



株式会社 瀬戸

office

社 〒930-0026 富山市八人町9-11 TEL 076-441-3618 FAX 076-441-8434

営業部 〒930-0026 富山市八人町9-11 4F TEL 076-441-3111 FAX 076-439-5300

shop

大泉店 〒939-8087 富山市大泉町1-5-9 TEL 076-420-4555 FAX 076-420-6444

オフコセト 〒930-0856 富山市牛島新町5-5 TEL 076-444-4666 FAX 076-444-4666

ツワ-11ビル1F

営業品目

I T関連用品、情報機器、デジタル複合機、デジタル印刷機、CAD、タイムレコーダー パーキングシステム、セキュリティ関連、耐火資機、施設・設備用品 文具・事務用品、図書館家具・用品、銀行用機器・教育機器・エコロジー関連

http://www.kk-seto.com

# 功績をたたえる 表彰に輝いた方々・団体

## 文部科学省生涯スポーツ功労表彰者



**富山県フォークダンス連盟**

副会長 **中條 初美 氏**

長年の活動に評価いただき、関係の皆様のおかげと感謝申し上げます。

受賞を励みにこれからも皆様と楽しく充実の時を過ごします。

おめでとうございます

## 県スポーツ部門功労表彰者



**富山県武術太極拳連盟**

元副会長 **碓井 淳一 氏**

この度の受賞にあたり、太極拳を通じて出会った皆様に感謝申し上げますと共に、今後とも太極拳の普及に尽力したいと思っております。



**富山県ママさんバレーボール連盟**

会長 **荒谷 啓子 氏**

連盟設立 40 周年の記念の年に表彰いただいた事を大変嬉しく思います。会員の皆さんと諸先輩方の心を繋ぎ、今後ともママさんバレー普及に努力してまいります。

## 小さな掛金、大きな補償

スポーツ安全保険は、スポーツ・文化活動・ボランティア活動団体をご加入いただける保険です。加入手続きはインターネットからの受付となります。4名以上の団体でご加入ください。

保険の詳細内容、資料請求はホームページをご覧ください。

<https://www.sportsanzen.org>



**(公財) スポーツ安全協会**



QR コード



スポあんネット

## 編集後記

生涯スポーツとやま第79号は、昨年11月15日に「笑顔あふれる生涯スポーツ」と題してお笑いコンビ「雷鳥」の「お姉ちゃん」に講演頂いた指導者研修会の内容を報告致します。

各協会・連盟・連合会におかれましては、選手・指導者の育成の参考にして頂ければ幸いです。

これからも運営の励みとなる紙面づくりになるように、広報委員一同頑張っていきたいと思っております。

広報委員 日下部 宏昌

あなたの思い伝えたい。

NAKATANI PRINTING  
URL <http://www.nakatani-p.co.jp>

株式会社 **なかに印刷**

〒939-2741 富山市婦中町中名1554-23 TEL076-465-2341 FAX076-465-2340 <http://www.nakatani-p.co.jp>

日本印刷個人情報保護体制認定 **JPS**