

2025 WINTER  
Vol.25  
**かい**  
**スポーツプレス**  
SPORTS PRESS

**YAMANASHI  
SPORTS  
MAGAZINE**

**特集**

**バスケット大好き!**

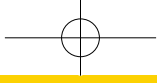
**がんばれ! KIDS**

**スポめし!**

**challenge SENIOR SPORTS**

**ドクター'S コラム** YGU スポーツ  
サイエンス・ラボ便り





# すべての スポーツに エールを

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。

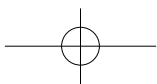


くじを買うはエールになる

スポーツくじ



Ⓜ 19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。運営・販売：独立行政法人日本スポーツ振興センター



# かいスポーツプレス VOL.25 2025 WINTER

## CONTENTS

### 06 特集：バスケ大好き！

ACE（アエラスポーツアカデミー）／FUJI INFINITY BC／上野原  
サンライズ／敷島南ミニバスケットボールスポーツ少年団／  
SHIKISHIMA／アイセブン3x3

### 13 Let's Play Sports メンバー募集！

14 ヤマナシ部活たんけん 甲府昭和高校女子バスケットボール部

17 山梨県スポーツ協会のおしごと スポくる！の成果

18 がんばれ KIDS 双葉幼稚園

19 スポめし 女性アスリートの三主徴

21 challenge SENIOR SPORTS 山梨のシニアサッカー 70

22 ドクター's コラム 技術の成長過程で逆戻りをどうとらえるのか  
(山梨学院大学スポーツ科学部・加戸隆司准教授)



表紙●末木わかさん

山梨県甲斐市出身。日本航空高校3年生。女子バスケットボール部キャプテンを務める。小学校2年生のとき、バスケットボールの試合をテレビで観戦したのをきっかけにバスケットを始める。敷島中学校時代には、ジュニアウインターカップにも出場しベスト16。日本航空高校2年生時には、関東高校女子バスケットボール選手権優勝、ウインターカップベスト16などの成績を収める。尊敬する選手は、日本航空高校の1年先輩の大柴沙和選手。

YAMANASHI  
SPORTS  
MAGAZINE

ひと  
いえ  
くるま

「ひと・いえ・くるま」の総合保障

資料請求は  
こちら



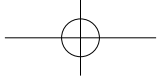
くらしの保障、相談するなら

JA共済

※ご加入にあたりましては、お近くのJAへお問い合わせください。  
どなたでも相談いただけます。

■JA共済ホームページアドレス <https://www.ja-kyosai.or.jp>

25481050028



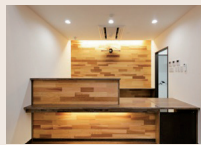
なでしこリーグ1部への扉を開け！  
 私たちはを **FC ふじさくら山梨** を応援しています！



■本社 〒400-8560 (専用郵便番号)  
 山梨県甲府市湯田1丁目13番2号  
 TEL : 055-236-1111 FAX : 055-236-1166

■Do-KASUGA ■東京支社  
 ■Do-Chuo V ■福岡支店

## このはな産婦人科



受付



内診室



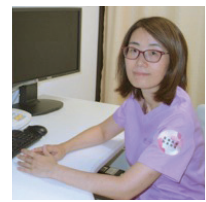
胎児心拍モニタールーム

当院では、妊娠を希望されるすべてのカップルに、新しい命の誕生をお手伝いできるよう、特定不妊治療が可能なクリニックとして「リプロ外来」を増設いたしました。不妊症の治療法としてタイミング法や排卵誘発法、人工授精を行います。それでも妊娠に至らなかった場合、さらなるステップアップとして体外受精や顕微鏡下受精および胚移植の手段をご提供することができます。

また、妊娠成立後も山梨大学と連携し新しい産科システム(産科セミオープンシステム)を採用していますので、妊婦健診は当院で、分娩は山梨大学附属病院で対応することができます。また、安心して子育てできる環境づくりを目指し、甲斐市ネウボラ推進プロジェクトの一環として、産後4か月までの産後の方の包括的な見守りを行なっています。

このはな産婦人科は、女性にとってやさしいクリニックを目指し、山梨で暮らす全ての女性の健康と、笑顔で子育てできる環境づくりのために、地域と連携して取り組んでいきます。妊娠前から分娩後まで、さらには、出生後の女兒からご高齢のご婦人までサポートできるクリニックを目指します。

受付時間、診療日程についてはホームページをご覧ください。



院長 ◆ 中村 朋子

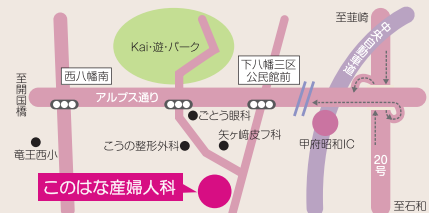
診療時間

時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	●	●	●	—	●	●	—
15:00~18:00	●	●	●	—	●	△	—

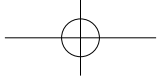
[木・日・祝 定休]

◆ 土曜午後の診療時間は、14:00~16:00

◆ 受付時間は、診察終了時間の30分前までとなります。



山梨県甲斐市西八幡1950-1(QUEメディカルタウン内) TEL055-225-5500 HP◆<http://www.konohana-obgy.com>



## くろだ小児科・耳鼻科

■診療科目  
小児科  
耳鼻いんこう科



睡眠時無呼吸検査やります  
小学生からできます。  
充実した睡眠と健康のために！



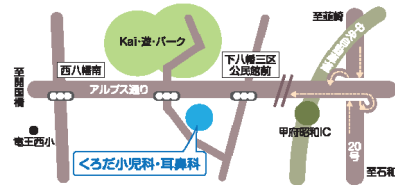
小児科\*黒田 格(小児科専門医)

耳鼻科\*黒田優美(耳鼻咽喉科専門医・アレルギー専門医)

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	—	●	●	—
15:00~17:30	●	▲	▲	—	●	—	—

休診日 ■木曜日・土曜日午前・日曜日(耳鼻科は火・水曜日午後休診)  
乳児検診 ■月・火・水・金 14:30~15:00(予約制)  
予防接種 ■診療時間時間ないはいつでも可(専用時間 14:00~15:00)(予約制)

小児科は6つの診療室で感染症、  
プライバシーに配慮しています。



ご予約  
お問い合わせ **055-225-6600**

WEB予約システム好評稼働中です。詳しくはHPをご覧ください。

〒400-0117 甲府市西八幡 1939-2(QUEメディカルタウンない)kai・遊パークのすぐそば <http://kuroda-ped-ent.com/>



### 伝統に培われた 信頼の技術力

昭和40年創業以来、  
数多くのお客様に支えられ  
それぞれの思いをカタチにしていまいりました。

「住まい」を通じて幸せになっていただくことが  
私たちの目的であり喜びであります。

社員一同親身になって  
「よりよいカタチ」を  
提供させていただきます。



**株式会社 地場工務店**

〒406-0802  
山梨県笛吹市御坂町金川原 850-1  
TEL 055-261-6330  
<https://chibakoumuten.co.jp/>



特集

# バスケット大好き！

SPECIAL ISSUE\_No.1

## ACE (アエラスポーツアカデミー)



## 部活動の地域展開の一環としてバスケットに取り組む

Q. どんなスクールですか？

**倉本** 富士吉田市の中学校の部活動の地域展開の一環として、3年前にできた男女のバスケットボールチームです。富士吉田市にあるアエラスポーツアカデミーが運営しています。富士吉田市をはじめ、富士河口湖町や都留市など、郡内全域から子どもたちが通っています。私自身は小学生のときからバスケットボールをしていたのですが、社会人チームでプレーをしていたとき、いつかバスケットで地域に恩返しをしたいと考えるようになりました。そんなタイミングで、このチームの指導者にと声をかけていただき、コーチとして子どもたちに接しています。

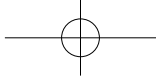
Q. 指導者として、どんなことを考えていますか？

**倉本** 子どもたちがやりたいプレーを主体的にできるようにと考えています。自分たちで考えてプレーした方が楽しいし、チーム全体もいい雰囲気になります。うまくいかないときはモチベーションが低下してしまったりもしますが、そこをうまくフォローして、モチベーションを一定に保つように心がけています。



Q. バスケットボールの魅力は？

**倉本** 私自身の経験から言うと、一番はシュートを打って決まることだと思います。体が小さくても、さまざまなシーンでシュートを打つチャンスはあるので、シュートが決ま



倉本遼太郎コーチ

るたびにバスケットにハマっていくような、そんな楽しい経験をしてほしいですね。

**Q. バスケットの普及活動なども行っていますか？**

**倉本** はい。バスケットボールの普及と子どもたちの育成を目的として、さまざまな取り組みを行っております。その一環として、アエラススポーツアカデミーにて著名な選手をお招きし、バスケットボールクリニックを開催しています。また毎月、拓殖大学男子バスケットボール部・池内泰明監督による直接指導も受けており、U12・U15ともに学生コーチを含む多様なコーチ陣から指導を受けられる環境が整っています。これらの機会は、子どもたちの技術向上だけでなく、私たち指導者にとっても学ぶことが多く、非常に貴重な時間となっています。

**Q. 今後の目標は？**

**倉本** チームとしては、2年後に男女ともにジュニアインターカップで優勝することです。また子どもたち一人ひとりが、バスケットを通してたくさんの経験をしてもらうことを願っています。楽しかった経験、何かに挑戦した経験がたくさんあれば、その後の人生でがんばれると思うんです。

**Q. 読者にメッセージを。**

**倉本** バスケ未経験者でも構いませんので、ぜひ体験に来て、バスケットボールの楽しさを実感してほしいです！

**●アエラススポーツアカデミー**

スポーツクラブやスポーツ教室などを運営するNPO法人アエラススポーツアカデミーのバスケットボールチーム。部活動の地域展開の一環として、2022年にスタート。明見中学校・富士見台中学校・下吉田中学校などで練習を行っている。

# 上野原サンライズ



小俣順也代表・佐伯大全選手



## バスケの魅力が凝縮された3x3で地域を盛り上げる

### Q. どんなチームですか？

**小俣** 上野原市に本拠を置く、3x3のプロチームです。上野原市のホームタウンチームとして、3x3のバスケットを通して地域を盛り上げていくというチームのミッションもあります。男子は2023年から、女子は2025年から3x3のプロリーグに参入しました。

### Q. 3x3の魅力は？

**佐伯** みなさんがよく知っている5人制バスケットの半分のコートで行われるため、お客さんはコートを囲むように観戦し、その一体感が独特です。お客さんの目の前で選手同士がぶつかり合うので、迫力もすごいです。10分間戦うか、21点先取するかというゲーム形式なので、5人制バスケットの第4クォーターの白熱した感じを、最初から最後まで楽しめると思います。スピード・ぶつかり合い・得点シーンなど、バスケットの魅力が凝縮されているところが魅力だと思います。



### Q. これからのチームの方向性は？

**小俣** 運営面では、スポンサー企業からの支援、グッズとチケットの売上を伸ばして安定させること。そしてチームとしては、まずは勝つこと。ゲームに勝って、スローガンである「山梨から世界へ」を現実のものにしたいですね。

### Q. 夢や目標は？

**佐伯** まだまだ3人制のバスケットはメジャーではないですが、試合で結果を出し、山梨県や上野原市から日本全国・世界にアピールしていきたい。個人的には日本代表という高い目標があります。高い壁ではありますが、実現させてバスケットボールをしている子どもたちの目標になれるようになります。

### ●上野原サンライズ

上野原市を活動拠点とする3人制バスケットボールのプロチーム。現在、在籍メンバーは男子7名、女子5名。今年プロリーグに参入した女子は女子プレミアリーグ優勝の成績を収める。

# FUJI INFINITY BC



森田一広監督



## 強豪チームや有名指導者との出会いを糧に選手を育成

### Q. どんなチームですか？

**森田** 2020年に創部。2025年7月に山梨学院高校のバスケットボールアカデミーとなり、県内各地の子どもたちが在籍しています。2020年以前は私が個人的にバスケットを教えていたのですが、子どもたちが次第に集まって今のチームになりました。中学生のチームと、小中学生のスクールがあります。

### Q. 指導方針は？

**森田** さまざまな体験をしながら、まずはバスケットを楽しんでもらいたいです。そのために、県外の強豪チームや有名な指導者に接する機会をなるべく多くつくるようにしています。また今のチームになって部員が増え、全員が試合に出ることが難しくなってしまったため、全員のモチベーションをどう保つかが課題です。レギュラーではない子たちのチームをつくって試合に行くなど、工夫をしながらやっています。



### Q. バスケットボールの普及活動などは？

**森田** 県内のミニバスチームに選手を連れて行って、バスケットボールクリニックを行っています。そこで興味を持ってくれた子どもが、入部してくれるケースもあります。

### Q. 目標は？

**森田** チームの目標は全国でベスト8。そしてBリーガーになるような選手を育てることです。

### Q. 読者にメッセージを。

**森田** 今はBリーグというプロリーグがあるので、一度その試合を観ていただきたいです。そこでバスケットファンになってもらえたら嬉しいです！

### ● FUJI INFINITY BC (フジインフィニティ BC)

中学生男女のバスケットボールチームと小中学生のスクール。2025年から山梨学院高校のアカデミーになる。過去にジュニアウインターカップ出場2回の実績がある。

# 敷島南ミニバスケットボールスポーツ少年団



石川秀人ヘッドコーチ



## 子どもたちにとって、ここが一番輝ける場所！

### Q. どんなチームですか？

**石川** チームの創立は1982年という歴史のあるチームです。私自身は娘の入部をきっかけに携わるようになりました。バスケットボールの経験者ということもあり、ある保護者から手伝ってほしいと依頼されてコーチとして指導を始めました。気づいたら17年も指導しています。

### Q. バスケットボールの魅力は？

**石川** 子どもたちが初めて本格的に取り組むには、とてもいいスポーツだと思います。体力づくりはもちろん、スポーツマンシップ、人との距離感など、体力・技術以外にも学ぶことがとても多く、そこが魅力だと思っています。

### Q. 指導方針は？

**石川** 楽しく仲良く、練習メニューもあまり変えずにやっています。そうすることによって、小さい子が上の子をマ

ネしながらやるようになります。大人が限界をつくらず、子どもたちが自ら取り組めるような練習環境にしています。

### Q. 夢や目標は？

**石川** 子どもたちにとって、体育館が一番輝ける場所であってほしい。毎日がアトラクションのような感覚でバスケットを楽しんでもらえたら嬉しいです。

### Q. 読者へメッセージを

**石川** バスケットボールは本当にすばらしい競技です。ここには小学校低学年から中学生まで、一貫してバスケットができる環境があるので、ぜひ一度体験に足を運んでください。



### ●敷島南ミニバスケットボールスポーツ少年団

甲斐市を活動拠点とするバスケットボールのスポ少。甲斐市をはじめ、甲府市や昭和町からもメンバーが集う。2018年には夏の関東大会を制覇するなど、強豪チームとして知られる。

# SHIKISHIMA (敷島中学校女子バスケットボール部)



石川秀人ヘッドコーチ



## 一人ひとりの持ち味を“強烈な個性”に高めて

### Q. どんなチームですか？

**石川** 敷島南ミニバスの子たちが中学校に上がるタイミングで、敷島中学校のバスケ部の外部講師として指導を始めました。その後、部活動の外部移行の関係もあり、クラブチームの「SHIKISHIMA」として活動しています。

せん。また小学生時代から上下関係なく楽しくやっているので、無駄な上下関係をつくらないことを決まりごとにしました。バスケットコートは楽しい場所、一人ひとりが輝ける場所にしたいです。

### Q. チームの理念は？

**石川** 「日本ルールズボールに強いチーム」「日本一ハードにプレーするチーム」です。練習は個々の能力を伸ばすことに重点を置き、その子の持っているよさを“強烈な個性”にまで高めて、多くの人に覚えてもらえるような選手に育てたいと考えています。



### Q. 子どもたちには、どんなふう to 成長してほしいですか？

**石川** 選手として、強烈な個性を持った子に育ててほしいです。あの子はこれが特徴だよと、他のチームから見てもインパクトを残すような選手になってほしい。そして大人になってからも、常識にとらわれず、自分の個性を發揮しながらやりたいことを極めてほしいと思います。

### Q. 指導方針は？

**石川** 強くなっていくと厳しい練習をしていると思われがちですが、とてもシンプルです。小学生とあまり変わりま

### ● SHIKISHIMA

女子バスケットボールのクラブチーム。2020～2022年には県大会を制し、ジュニアウインターカップ本選出場。石川明日香選手(山梨QB)、末木わか選手(日本航空高校主将)なども輩出。

# アイセブン 3x3



早川大史代表



## 4人の高校生が選んだ3x3というフィールド

### Q. チーム設立の経緯は？

**早川** 現在高校1年生の4人がアイセブンU15の中学生チームから高校進学タイミングで、4人でも活動する方向性を模索していて、彼らが自分たちで導き出した答えが3人制でした。そこで1チーム4人で戦える3x3チームを結成したのが始まりです。今は地域の大会にエントリーするなどして活動をしています。

### Q. 3x3の魅力は？

**早川** 3x3のゲームにはコーチはいません。選手が交代なども含めて自分たちで考えて戦います。コート半面と一つのリングを使うので、得点シーンや攻守の交代が次々と見られ、目が離せないスピーディーな試合展開が魅力です。また開催場所を選ばないというのも魅力だと思います。ショッピングモールや公園の広場、役所の駐車場など、イベント的にゲームを行うこともあります。

### Q. これからの3x3の展望は？

**早川** 5人制を見据えて、3x3で選手を育成するという方針も増えてくると思います。アイセブン主催で、3x3の大会を企画していて、来年の1月以降には開催する予定です。

### Q. 夢や目標は？

**早川** 彼らがこれからの生き方を自分自身で決めながら、バスケットボールに限らずワクワクするような楽しい人生を歩んでほしいです。その中で3x3の大会などで結果が出て、子どもたちの技術や気持ちが向上し、笑顔でいてくれること。それが私の夢です。



### ●アイセブン 3x3

甲府市や笛吹市などで活動している3人制バスケのチーム。現在、高校1年生以下が所属。2025年の山梨県主催の大会では、U15・U12ともに優勝、2冠を達成。

# Let's Play Sports メンバー募集!

新規のメンバーを募集しているスポーツ少年団など、地域のスポーツクラブチームの情報です。  
気になるチーム、体験してみたいスポーツがありましたら、お問い合わせの上、ぜひ足を運んでみてください。

## トルネードアカデミー山梨アイセブン (バスケットボール)

- 練習日時：月～水・土・日曜 19:30～など
- 練習会場：甲府市・笛吹市
- 対象年齢：3歳以上男女
- 連絡先：yamanashiiseven@gmail.com

## 甲府東ミニバスケットボールスポーツ少年団

- 練習日時：毎週火・木曜 17:00～  
毎週土曜 16:30～
- 練習会場：甲府東小体育館
- 対象年齢：小学生男子
- 連絡先：TEL090-5774-6706(秋山)

## 貢川ミニバスケットボールスポーツ少年団

- 練習日時：毎週水曜 17:00～  
毎週土曜13:15～、毎週日曜9:00～
- 練習会場：貢川小・朝日小体育館
- 対象年齢：小学生男子
- 連絡先：TEL090-7239-9666(大澤)

## 吉田ミニバスケットボールスポーツ少年団

- 練習日時：毎週火・金曜 18:00～  
毎週土・日曜 13:00～
- 練習会場：吉田小体育館
- 対象年齢：小学生男子
- 連絡先：TEL090-7272-3664(平井)

## 松山ミニバスケットボールスポーツ少年団

- 練習日時：毎週火・水曜 18:00～  
毎週土・日曜 8:00～
- 練習会場：吉田西小体育館
- 対象年齢：小学生
- 連絡先：TEL090-3098-4169(西村)

## 相川ミニバスケットボールスポーツ少年団

- 練習日時：毎週月・水曜 17:00～  
毎週土曜 9:00～
- 練習会場：相川小・新紺屋小体育館
- 対象年齢：小学生女子
- 連絡先：TEL090-6153-4409(二宮)

## 清里スキークラブ ジュニア部

- 練習日時：12月中旬～3月末の土日祝日  
8:30～14:30
- 練習会場：サンメドウズ清里スキー場
- 対象年齢：未就学児～中学生
- 連絡先：TEL090-6104-3126(久保)

## 甲府フィギュアスケートクラブ

- 練習日時：土・日・祝日の朝
- 練習会場：小瀬アイスアリーナ
- 対象年齢：幼児～高校生男女
- 連絡先：TEL090-4027-9858(遠藤)

## ソニックスアイスホッケークラブオブやまなし

- 練習日時：不定期
- 練習会場：小瀬アイスアリーナ
- 対象年齢：4歳～高校生男女
- 連絡先：macfurya@yahoo.co.jp

## 山梨県スポーツ協会主催カーリング教室

- 練習日時：詳しくはHPをご確認ください。  
※「山梨カーリング協会」で検索
- 練習会場：小瀬アイスアリーナ
- 対象年齢：年齢・性別不問
- 連絡先：TEL055-233-4611

## シンドバット新体操クラブ

- 練習日時：月・水・木・金・土曜  
※詳細お問い合わせ下さい
- 練習会場：小瀬スポーツ公園体育館など
- 対象年齢：3歳～高校生
- 連絡先：TEL090-2487-7212(相羽)

## ラポール新体操クラブ

- 練習日時：火～土曜  
※詳細お問い合わせ下さい
- 練習会場：笛吹市内の体育館など
- 対象年齢：3歳半～高校生の女子
- 連絡先：TEL090-7223-7235(小松)

## NPO法人 CSC ルーデンス(チアダンス)

- 練習日時：毎週土曜 10:10～
- 練習会場：中央市北小学校体育館他
- 対象年齢：年少児～小学生
- 連絡先：TEL090-6937-1801(市川)

## ティアレトア(フラ&タヒチアンダンス)

- 練習日時：甲府市(土曜)、甲斐市(火・水・木曜)、  
富士吉田市(金・日曜)  
※会場時間等お問い合わせ下さい
- 対象年齢：3～70歳以上
- 連絡先：TEL090-6563-0033(桜田)

## 嵐峰会剣道スポーツ少年団

- 練習日時：毎週木・土曜 18:30～
- 練習会場：韮崎北東小学校
- 対象年齢：小中学生男女
- 連絡先：TEL090-7205-9219(小林)

## 正心館道場(剣道)

- 練習日時：毎週火曜 7:00～(大人)  
毎週金曜 19:00～(小学生～大人)など
- 練習会場：正心館道場
- 対象年齢：小学生～大人
- 連絡先：TEL0551-35-3267

## 天真会剣道スポーツ少年団

- 練習日時：毎週木・土曜 19:00～
- 練習会場：双葉中学校武道場
- 対象年齢：小・中学生男女
- 連絡先：TEL090-3103-5049(小俣)

## 甲南剣友会 伊勢剣道スポーツ少年団

- 練習日時：毎週月曜18:00～、毎週水曜18:30～  
1・3土曜17:30～、2・4土曜18:00～
- 練習会場：伊勢小学校体育館・南西公民館他
- 対象年齢：幼児～中学生
- 連絡先：kounanise.kendo@gmail.com

## 白根桃源 剣友会(剣道)

- 練習日時：毎週水・土曜 19:00～
- 練習会場：八田中学校武道場
- 対象年齢：幼児～大人
- 連絡先：TEL090-4920-5166(小野)

## 春日居フットボールクラブ

- 練習日時：毎週木曜日(日曜はゲーム)
- 練習会場：一宮・勝沼地区  
※時間・会場等お問い合わせ下さい
- 対象年齢：19歳～
- 連絡先：TEL090-6104-5598(小林)

## 昭和総合型地域スポーツクラブ Camellia(サッカー)

- 練習日時：火～金曜 16:30～
- 練習会場：押原公園人工芝グラウンド
- 対象年齢：幼児～小学生
- 連絡先：TEL055-275-6851

## 甲府昭和高校女子バスケットボール部

KOFU SHOWA HIGH SCHOOL BASKETBALL CLUB

甲府昭和高校の女子バスケットボール部を紹介します。

①バスケットボールを始めたきっかけ、②高校の部活での思い出、③将来の目標や夢をお聞きました。



一瀬ゆめか  
3年

①姉の影響で。②みんなで乗り越えた夏練。③幸せになる。



岩下袖月  
3年

①姉の影響で。②最後の大会。③楽しく暮らす。



渡邊心  
3年

①友だちに誘われた。②最後の公式戦。③言語聴覚士になる。



森野実嶺  
2年

①学校でもらったチラシを見て。②インフルで遠征に行けなかったこと。③看護師になる。



青木美空  
2年

①テレビを観てやりたくなった。②たくさん泣いたこと。③スポーツトレーナー。



伊藤夢乃  
2年

①友だちから誘われた。②県ベスト4になったこと。③人の役に立つ。

### 部活紹介



### 学

校創立当初からある女子バスケットボール部。現在は部員17名(1年生6名・2年生8名・3年生3名、マネージャー含む)。佐田幸一顧問のもと、約20年間遠ざかっている関東大会出場を目指している。令和7年は山梨県高校総体4位、インターハイ県予選ベスト8。



**成嶋綾奈**  
2年

- ①兄の影響。②遠征。
- ③小学校教諭。



**渡邊寿々花**  
2年

- ①友だちから誘われて。
- ②夏練を乗り越えたこと。③警察官。



**二宮心絆**  
2年

- ①友だちから誘われて。
- ②毎日の練習。③中学校教諭。



**手塚ひまり**  
2年

- ①友だちから誘われて。
- ②県ベスト4。③人の役に立つ。



**田草川詩季**  
2年

- ①友だちから誘われて。
- ②スコアに追われた日々。③看護師。



**森屋南海**  
1年

- ①友だちの影響。②県ベスト4。③薬剤師。



**鳥越亜依香**  
1年

- ①友だちの影響。②県ベスト4。③福祉関係の仕事に就く。



**小宮山七留未**  
1年

- ①母の影響。②強豪校に勝ったこと。③理学療法士。



**白石蒼衣**  
1年

- ①姉の影響。②県ベスト4。③看護師。



**望月未央**  
1年

- ①体力づくりのために。
- ②県ベスト4。③保育士になる。



**荻結唯奈**  
1年

- ①先輩の影響。②県ベスト4。③人の役に立つ。



**水庭琴美**  
コーチ



**川上 爽**  
コーチ



# NAC PROCESSING SERVICE

www.kanban-chikara.com



SIGN PLANNING DESIGN

## 矢ヶ崎皮膚科



皮膚トラブル、スキンケア、生まれつきのアザなど、お気軽にご相談ください。赤あざ・赤ら顔、シミ・くすみに対応するレーザーを設置しております。小手術にも対応いたします。

### 受付順番取得システム

を導入いたしました。詳しくはHPをご覧ください。

院長 ● 矢ヶ崎 晶子  
(社)日本皮膚科学会認定皮膚科専門医

<http://www.yagasaki-hifu.com/>

〒400-0117 甲斐市西八幡1946-1 (kai-遊・パーク前) TEL055-298-6000

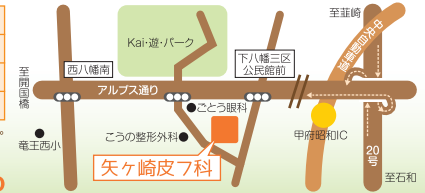
受付・診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	/	○	○
14:30~16:30	○	○	○	/	○	/
16:30~18:00	△	△	△	/	△	/

△…予約診療 ※予約診療は小手術、レーザーなどの処置を中心に行っています。電話での予約はできません。  
※土曜日は13:00まで



キッズルーム  
おもちゃ交換台完備

バリアフリー設計  
ベビーゲート・車椅子で  
診察室まで入れます



自己研鑽 目標設定 フェアプレイ 組織力 リーダーシップ 協力

スポーツと仕事は通じるものがある



# はやて 疾測量株式会社

## 株式会社ハヤテ・コンサルタント

〒400-0115 山梨県甲斐市篠原1 4 3 6-1 URL <https://www.hayate-co.com>

スポーツで得られる「感動」「楽しさ」と同様に 街づくりの総合コンサルタントとして 社会に喜ばれるワクワクする仕事をしています

トレーニング / 整骨院 / リハビリ

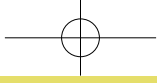
# MectaLabo

労災指定・各種保険取り扱い

〒400-0115 山梨県甲斐市篠原784-7  
TEL:055-287-7301 / FAX:055-287-7302  
MAIL: info@mecta-labo.co.jp  
<https://www.mecta-labo.co.jp>

詳しくはHPをチェック!  
メクタラボ 検索





## 山梨県スポーツ協会のおしごと

～ スポくる！の成果～

県民とスポーツの現場を  
つなぐ新しいイベント  
“スポくる！”を開催



### Q. スポくる！の成果は？

**近藤** 今年は11月16日(日)に小瀬スポーツ公園で開催し、野球・サッカー・テニス・ハンドボール・障がい者スポーツなど、25団体28ブースが出展し、新規ブースも10ブースほど増えました。来場者も昨年より600名ほど増えて約2600名。大いに盛り上がりました。

### Q. 今後の展開は？

**近藤** 来年はブースの出展数をさらに増やし、来場者数3000名超えを目指したいです。県民とスポーツ関係者にとって、スポーツの入口となるような魅力あるイベントにしていきたいですね。



雨宮祐太さん、近藤悠斗さん



### Q. 県民の皆様メッセージを

**雨宮** スポーツはやるだけでなく、観戦するとか、スポーツを実践する人をその家族で支えるとか、さまざまな関わり方があってと思います。スポくるは来年度も開催予定ですので、ぜひ足を運んでいただき、スポーツの楽しさや競技の雰囲気、競技場の環境なども体験していただけたら嬉しいです。

### Q. 苦労したことや準備段階での工夫は？

**雨宮** 初開催だった昨年に比べると、スムーズに進められたと思います。出展者への説明を早めに行い、情報共有と告知ができたので、それが来場者の獲得につながったのでは。



2025 スポくる！動画

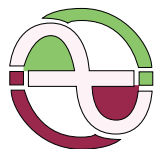
# がんばれ! KIDS



双葉幼稚園の子どもたち

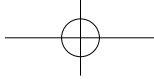
一生使う大切な身体。その基礎を培う幼児期に運動能力を育むことの重要性を考えて、週1回、年中・年長クラスは専門の講師が体育指導を行っています。鉄棒・マット運動・ボール運動・長縄跳び、そして運動会の練習など、さまざまな体の動かし方を体験。運動能力やスポーツマンシップだけでなく、友だち同士の思いやりも学んでいます。

双葉幼稚園  
山梨県小原西 733-4  
TEL0553-22-5657



技術と誠意で 70 年  
**株式会社 新ニホンテック**  
電気工事・自動制御システム・CO2 削減提案

〒400-0057 山梨県甲府市高室町 688-2  
TEL 055-241-9231(代) FAX 055-241-9223  
URL [www.shinnihontec.co.jp](http://www.shinnihontec.co.jp)  
E-mail [shinnihontec@shinnihontec.co.jp](mailto:shinnihontec@shinnihontec.co.jp)



山下真澄さん

日本スポーツ協会公認スポーツ栄養士・管理栄養士。子どもから高齢者、スポーツ選手まで幅広く栄養指導や講習会、栄養サポートなどを行っている。

### 女性アスリートの三主徴

今回のテーマは「女性アスリートの三主徴」です。最近、女性アスリートの活躍を目にする機会が多くなりました。アスリートにとって、よりよいパフォーマンスを発揮するためには日々のコンディショニングがとても大切です。女性アスリートには特有の健康問題があり、その特性を理解してコンディションを調整しなくてはなりません。

女性アスリート特有の健康問題として、「Low energy availability (利用可能エネルギー不足)」「(視床下部性)無月経」「骨粗鬆症」があげられ、「女性アスリートの三主徴」と呼ばれています。アメリカスポーツ医学会により定義され、継続的な激しいトレーニングが引き金となり、それぞれの発症が相互に影響し、女性アスリートの健康管理にとっても重要な問題となっています。(詳しい内容については次回お伝えします。)

### 今日のスポめし

#### バナナやチーズたっぷり 豆乳パンプディング

##### ●作り方

- ①パンは1枚16等分に切る。クリームチーズはサイコロのように食べやすい大きさに切る。バナナは輪切りにしてレモン汁に漬けておく。オーブントースターは温めておく。
  - ②ボウルに卵を割り入れ、泡立て器で溶き、豆乳ときび糖を入れよく混ぜる。
  - ③①を耐熱容器に入れて、その上から②をかけ、10分間染み込ませる。
  - ④③が染み込んだらバナナ・クリームチーズをのせて、オーブントースターで15分程度焼いて出来上がり。
- ※オーブントースターで焼く時間は様子を見ながら焼いてください。

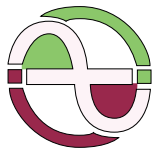
##### 【POINT】

豆乳を使用することでたんぱく質をとることができ、バナナやチーズをのせて、さまざまな栄養をとることができるパンプディングです。冬は温かいまま、夏は冷やして食べることができます。補食にも最適です！



##### ●材料 (3人分)

食パン(6枚切り用)2枚、バナナ1~2本、レモン汁少々、クリームチーズ30g、豆乳600ml、卵3個、きび糖大さじ3



新二ホンテックグループ

# 株式会社 E-クリエイト

## 省力自動機的设计・製作・自動制御システム

### 本社

〒400-0305 山梨県南アルプス市十五所160-1  
TEL 055-284-8580 FAX 055-284-8588  
URL [www.e-kuri.com](http://www.e-kuri.com) E-mail [info@e-kuri.com](mailto:info@e-kuri.com)

### 甲府営業所

〒400-0057 山梨県甲府市高室町688-2  
TEL 055-241-9231(代) FAX 055-241-9223

地域医療の“安心”と、  
“未来”のために

**MAKOTO MEDICAL SYSTEMS INC.**

  **マコト医科精機株式会社**  
〒409-3845 山梨県中央市高瀬田地北5番地  
TEL: 055-273-0333(代表) FAX: 055-273-7626  
https://www.makotomc.co.jp

**株式会社ブルケン・マルタマ**

工務店との家づくりを応援します



甲府営業所

〒400-0041

山梨県甲府市上石田4丁目6番地24

Tel 055-225-6711 Fax 055-225-6712



ハウスデポ  
【フラット35】



コンピューターを駆使して社会の価値を創造する



Computer & Software  
株式会社ワイ・シー・シー  
本社 甲府市飯田三丁目1番2号

**YCCグループ**

株式会社ワイ・シー・シー  
株式会社ワイ・シー・シー・データエン트리  
ウェルフェア株式会社

**HONDA**

ホンダ自動車販売株式会社

〒403-0007 山梨県富士吉田市中曽根4-5-15

TEL 0555-30-0300 FAX 0555-24-7300

「地球環境との共存」をテーマに、水と大地を見つめる  
水と大地と環境の総合コンサルタント



ハギボーくん

**HAGIBOR 株式会社 ハギ・ボー**

TEL:055-243-4777 FAX:055-243-4722

www.hagibor.co.jp



**さとう整形外科**

整形外科・リハビリテーション科

手外科専門医のいる診療所  
(肘・前腕・手・指の疾患の専門医)

院長 佐藤 信隆

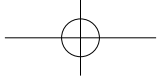
WEBで順番受付できます。  
詳しくはHPをご覧ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00-12:00	○	○	○	-	○	○	-
15:00-18:00	○	○	○	-	○	手術	-

休診日：木曜および日曜・祝日

山梨県中巨摩郡昭和町西条4129





challenge SENIOR SPORTS チャレンジシニア

# 山梨のシニアサッカー 70



## いずれはオーバー 80 のチームを

山梨サッカー協会内にシニア委員会があり、オーバー 40・オーバー 50・オーバー 60・オーバー 70 のカテゴリーに分かれています。チームは各カテゴリー別にシニア選手権を戦い、上位 2 チームが全日本大会関東地区予選や関東大会出場します。現在は最高齢が 70 代。オーバー 70 の選抜チームは関東予選や関東大会にも出場しています。いずれはオーバー 80 のカテゴリーでもチームをつくることになりそうなのとか。シニアのメンバーに加えて、小学 3 年生以下のキッズ、そしてママさんのチームが三つ巴で戦うサッカーフェスティバルなどにも参加しています。

メンバーも募集中です。問い合わせは TEL055-267-8885 山梨県サッカー協会事務局・西川まで。



おはなしを聞いた人●西川強さん



〒409-3803 山梨県中央市若宮8-6

高性能住宅からリフォームまで…住宅のことなら



**スヴェーリエ ヒュース株式会社**

スヴェーリエヒュース一級建築士事務所



TEL 055-274-4777 FAX 055-274-4770  
mail info@swehus.jp

ホームページはこちら



中央市・昭和町・南アルプス市の不動産専門店

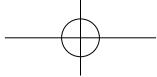
**住まいと土地の不動産屋さん**

sumai to tochi no fudosanya san



TEL 055-288-8277 FAX 055-274-4770  
0800-800-3815

ホームページはこちら



## ドクター's コラム

# 技術の成長過程で逆戻りを どうとらえるのか

## YGU スポーツ・サイエンス・ラボ便り



加戸 隆司 Kado Takashi

山梨学院大学スポーツ科学部准教授。専門分野はスポーツアナリティクス・バレーボール・体育科教育。日本バレーボール協会ハイパフォーマンス情報戦略班員。過去には日本代表男子チームのアナリストも務めた。



習でやっていたこと(できていたこと)をやればいい」や「さっきできたことがなぜできない」といった言葉をスポーツの指導現場でよく聞きます。この言葉の状況は、指導者の焦りや苛立ちを生み、時に体罰という手段につながるものが考えられないでしょうか。なぜ体罰は根絶されないのか。その背景には技術習得に対する誤った理解があると思います。

日本の伝統的な指導では、「10やれば10うまくなる」「やったことはできなければいけない」といった、いわゆる線形的な上達モデルが前提とされてきました。つまり、練習すればするほど技術は右肩上がりに向上し、失敗は減っていくという考え方です。

このような見方に基づけば、できないことは「努力不足」や「集中力の欠如」と解釈されがちです。しかし、現代の体育理論や学習科学では、こうした

線形的な見方はすでに限界を迎えています。

近年注目されている運動学習理論の一つに「エコロジカル・アプローチ」があります。この理論では、学習は環境との相互作用の中で進行し、選手は試行錯誤を繰り返しながら技術を獲得していくとされます。ここで重要なのは、学習が「非線形」であるという点です。つまり、上達の過程では一時的にパフォーマンスが低下する「逆戻り」が自然に起こることです。この逆戻りは失敗ではなく、新たなスキルの定着に向けた重要な段階です。時には、スキルの定着が一気に進むこともあります。にもかかわらず、指導者がこの現象を「気持ちの問題」として片付けてしまうと、選手との間に認識のズレが生じ、信頼関係にも影響を及ぼしかねません。

体育の授業で扱われる体育理論においても、技術の習得は「揺らぎ」を伴

うとされています。安定と不安定を繰り返しながら、選手はより柔軟で適応的な動きを身につけていくのです。このような理解があれば、逆戻りに対して過剰に反応することなく、冷静に支援を続けることができるはずです。

これからの時代を生きる子どもたちにとって、「こうしなければいけない」「これをやっておけばいい」といった固定的な考え方では対応しきれない場面が増えていくでしょう。だからこそ、指導者自身が進化し、柔軟な発想で子どもたちを支える必要があります。

もちろん、努力することや諦めない気持ちを育むことは大切です。しかし今こそ、学習の本質を見直し、選手の成長を長期的・包括的に支える視点が求められているのです。

# 新たな礎を、この地域に。日医工山梨グループ

### 医薬品卸

株式会社 日医工山梨

### 調剤薬局 在宅医療・介護

株式会社 日医調剤  
ケーツーメディカル 株式会社  
有限会社 フロイント

### 介護施設

社会福祉法人 ふれあい倶楽部  
介護老人福祉施設 りんどうの里  
地域密着型介護老人福祉施設 うぐいすの森  
サービス付き高齢者向け住宅 けやきの郷  
デイサービス いちかわ

### 診療所

医療法人 啓徹会  
市川メディカルクリニック  
昭和メディカルクリニック  
西条メディカルクリニック

### 電気事業

ニチイ電気 株式会社

本社  
〒409-3845 中央市山之神流通団地1-6-2  
TEL055-288-8501  
<http://www.nichiiko-yamanashi.co.jp/>

会社案内動画  
こちらから





# お知らせ

## スポーツくじ



スポーツくじ (toto・BIG) 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。

参加費  
無料

### 理学療法士が行う！

# 体操教室

より動ける  
身体に！



- ① バランス評価＋トレーニング提案（転倒予防）
- ② 肩こり体操
- ③ 腰痛体操
- ④ 膝痛体操

体操教室を通して、マシンリハビリへの興味ある方や身体の不調に対して相談がある方は教室の後、受診案内も行えます。

※内容は実施回ごとに変わります。※①バランス評価以外は車椅子の方でも行えます。

**実施日時** 2/4・2/18・3/4・3/18（水） 14:00 受付開始 /14:05～開始

**対象** 甲府市・笛吹市・山梨市在住の方（対象は65歳以上）  
※付き添いの方が65歳以下の場合でご参加希望の方は要相談

**定員** 15名程度（要事前申込）

**問い合わせ** TEL055-298-4100  
(平日 10:00-12:00、16:00-18:00)

**主催**



整形・リウマチ・スポーツ・リハビリ  
**たかやま整形外科**

お申し込みは・・・お電話もしくは来院時に直接相談してください。

スポーツ振興くじ (toto・BIG) は、子どもからお年寄りまで誰もが身近にスポーツを楽しめる環境整備や国際競技力向上のための環境整備など、新たなスポーツ振興政策を実施するため、その財源確保の手段として導入されたものです。NPO 法人甲斐スポーツ振興会では、本年度においても独立行政法人日本スポーツ振興センターのスポーツ振興くじ助成金を受け「かいスポーツプレス」の発行を行っています。

## かいスポーツプレス VOL.25

発行●NPO法人 甲斐スポーツ振興会

〒400-0117 山梨県甲斐市西八幡 2113-1

TEL055-260-8877 FAX055-287-7302

E-mail=info@kaispo.or.jp

<http://www.kaispo.or.jp>

発行人：河野 秀樹

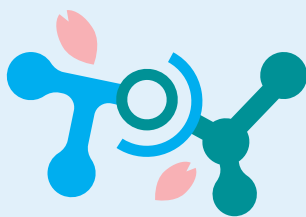
編集人：立林 繁由起

スタッフ：YASUO

撮影：新津 幸・加々美 吉憲

協力：ちびっこぶれす編集部

本誌掲載記事・写真の無断転載や複製を禁じます。© 甲斐スポーツ振興会 2025



# 整形・リウマチ・スポーツ・リハビリ たかやま整形外科



かいスポーツプラス VOL.25

かいスポーツプラス 第25号 2025年12月19日発行 無料  
発行人=河野秀樹/編集人=立林繁中起/発行=NPO法人・甲斐スポーツ振興会

〒400-0117 甲斐市西八幡213-1 TEL.055-290-8877

## “治る”を追求し、より動ける身体に！



高山 義裕院長

山梨県初導入！最新MRIと、最新のエコーで早期診断を可能としました。運動を中心とした専門のスタッフによるリハビリテーションを提供することで、痛くて動けない身体から動ける身体づくりをサポートし、皆様の健康寿命・競技寿命の延長を目指します。皆様のお悩みをお気軽にご相談ください。

【院長資格】日本整形外科学会専門医・指導医、日本整形外科学会認定スポーツ医、JSPOスポーツドクター、日本リウマチ学会専門医



診療時間		月	火	水	木	金	土	日
9:00 - 12:00		●	●	●	/	●	●※	/
15:00 - 18:00		●	●	●	/	●	/	/

【窓口診療時間】 平日 9:00~12:00 / 15:00~18:00  
※ 土曜日 9:00~14:00

【休診日】 木曜日、日曜日、祝日



〒400-0802 甲斐市横根町60-4 KEIメディカルスクエア内  
TEL 055-298-4100 www.takayama-seikeigeka.com

