



2021 AUTUMN
Vol.8
かい
スポーツプレス
SPORTS PRESS

YAMANASHI
SPORTS
MAGAZINE

特集

武道が伝えてくれること

ヤマナシ部活たんけん

栄養士からのメッセージ

スポめし!

かいスポDo!

ドクター's コラム

スポーツクLi  BIG
スポーツ振興くじ助成事業

かいスポーツプレス VOL.8 2021 AUTUMN

CONTENTS

04 特集：武道が伝えてくれること

甲府商業高校 剣道部 / 下吉田中学校 柔道部 / 新国際空手拳法道 士衛塾山梨
博真館道場 居合道部 / 甲府昭和高校 なぎなた部 / 巨摩高校 弓道部

12 スポ少・クラブメンバー募集

16 栄養士からのメッセージ アスリート食として注目のきのこ=菌の不思議な力

17 スポめし！ 春夏秋冬、季節ごとに異なるきのこの魅力を発信

18 ヤマナシ部活たんけん 甲府工業高校応援団

20 かいスポ Do！ フライボード

21 ドクター's コラム 運動能力と歯並び・噛み合わせの関係 ／小林弘史（ニッコリ矯正歯科クリニック）



表紙●金川幸之助選手

南アルプス市立白根巨摩中学校ホッケー部2年。ホッケー経験者の父親の影響で、小学校1年生でホッケーを始める。2019年8月、全国スポーツ少年団ホッケー交流大会出場。同年12月のU12関東ブロック選考会を突破し、翌年3月のU12日本代表選考会に参加予定も、新型コロナウイルスの影響で中止に。現在はU15日本代表を目標に練習を重ねる。将来の夢は、海外のプロホッケーチームに入って活躍すること。

**YAMANASHI
SPORTS
MAGAZINE**



診療科目
小児科
耳鼻いんごう科

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・土曜日午後・日曜日 (耳鼻科は火・水曜日午後休診)
乳児健診 ■月・火・水 14:30~15:00 (予約制)
予防接種 ■診察時間内はいつでも可 (専用時間14:00~15:00) (予約制)

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。

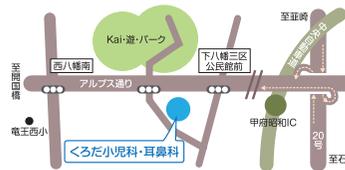
〒400-0117 甲斐市西八幡1939-2 (QUEメディカルタウン内) kai・遊・パークのすぐそば <http://kuroda-ped-ent.com/>



くろだ小児科・耳鼻科

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)

禁煙外来やっています
子どもたちのために
お父さん、お母さんも禁煙を!





特集

武道が伝えてくれること



インターハイ優勝経験もある伝統を受け継いで

Q. どんなチームですか？

鹿野 創部120年、インターハイで優勝したこともある剣道部で、稽古は厳しいイメージがあると思います。そんな中で入部してくるのは、厳しい練習の中で自分を向上させたいと願う生徒たちです。中学時代の山梨県チャンピオンもいますし、中学時代はもう一歩だった自分をさらにレベルアップしたいと入部してくる子もいます。

Q. 指導方針は？

鹿野 高校3年間の中で、勝った負けたはありますが、その3年間で厳しい稽古を乗り越えてきた経験が、卒業後の社会生活に生かされることを願っています。規律を守りながら困難に立ち向かえるような力を培ってほしいというの

が、顧問の教師全員の共通認識です。

Q. コロナ下での練習は？

鹿野 全日本剣道連盟のガイドラインに則って、マスクの上にはフェイスシールドを付けて感染対策をしています。防具もつけて、特に夏は屋内での活動になるため、早めに水分をとったり、換気にも今まで以上に気を配るなどしてきました。今は活動時間の制限もありますので、短時間で密度濃く、そ





甲府商業剣道部

創部120年の伝統のある剣道部。過去に全国高等学校総合体育大会(インターハイ)団体優勝、全日本女子剣道選手権大会女子個人優勝(平塚恭子)などの実績を持つ。現在は顧問4名(数野正昭・平塚恭子・有賀真記・鹿野允成)の指導の元、男女合わせて27名の生徒が稽古に励む。



●鹿野允成顧問

して安全にも配慮しながらやっています。

Q. チームの目標は？

鹿野 目標は日本一です。そのためにはまずは県大会を突破して、関東大会でベスト4、全国大会ベスト8と、いくつかの壁があります。それを一つずつ乗り越えていくことで、選手としても人間としても成長していってもらえればと思っています。

Q. 剣道というスポーツの魅力は？

鹿野 小さい子どもからお年寄りまで、同じルールのもとで生涯にわたって続けられることだと思います。年齢や立場が違って、防具をつけて竹刀を握れば、みんな同じ気持ちになれるのではないのでしょうか。高校時代は自分を鍛錬し、試合に勝つことを目指してひたすら厳しい練習を積み重ねていくと思いますが、それが終わっても、自分なりのスタイルで続けていくことができるはずです。

Q. 普及活動なども行っていますか？

鹿野 山梨県剣道連盟では、コロナ前は週1回、当校に小学6年生から中学3年生までを集めて、県内の剣道関係者から指導が受けられる場を設けてきました。また、小瀬スポーツ公園の武道館でも同じような場をつくってきました。初めて竹刀を持つような子から上級者まで、幅広い人たちと一緒に普及活動ができるのは、剣道というスポーツならではのと思っています。剣道に興味を持って始める人が、1人でも増えればと思って活動しています。

Q. 読者へメッセージを

鹿野 コロナ前に当たり前前にできていたことが、当たり前ではなくなった日々が続きますが、私たちが今できることを一生懸命取り組んでいます。その中で剣道という、日本発祥の武道で、心身とも鍛えられるようなスポーツの魅力がたくさんの子もたちに伝えたいと願っているので、興味のある方はぜひ始めてほしいです。

富士吉田市立 下吉田中学校柔道部



富士吉田市立 下吉田中学校柔道部

男女合計26名の柔道部。顧問・宮下拓也先生、副顧問・奥秋由香先生、外部指導者・渡辺将先生。山梨県中学校総合体育大会男子団体戦優勝、女子団体戦準優勝、関東中学校大会で団体・個人ともベスト8などの実績を持つ。



子どもたちの心身を育む柔の道

Q. どんなチームですか？

宮下 富士吉田は柔道が盛んな地域で、近隣のまや柔道教室・孝道塾柔道場・北富士柔道教室・明生館柔道教室から生徒が集まっています。生徒たちは地域の道場とつながっているので、道場の指導者とのつながりも大事にしています。経験者主体で、比較的ハイレベルな柔道をしていると思いますが、現部員でたった一人、中学から始めた生徒も関東大会に出場を果たすなど、すべての子がさらに一つ上を目指して練習しています。

Q. 柔道というスポーツの魅力は？

宮下 団体戦・個人戦とありますが、団体戦であっても畳の上に立つのは一人です。常に自分と向き合い、自己を研鑽し続ける取り組み方が魅力だと思います。昨年の卒業生は年間目標に「克己」というスローガンを掲げました。コロナの影響で試合ができず、つつい目標を見失ってしまいがちになる中、自分を磨くんだと目標を掲げたんです。そんな姿が、今の部員たちにいい影響を与えているようです。



Q. コロナ禍での取り組み方は？

宮下 基礎体力を養うトレーニングに多く取り組むことになりました。特に走ることは、精神的な成長にもつながると感じています。感染状況が抑えられている時期でも、マスクをつけながら稽古を行うなど対策しています。

Q. そんな中での指導方針は？

宮下 大会等で勝つことも大事ですが、今まで以上に困難に打ち克つための自分の鍛え方や試行錯誤が重要だと思います。柔道を通して、社会で活躍できる人に育ってほしいと思っています。

Q. 読者にメッセージを

宮下 本校の生徒会スローガンは「まじめで一生懸命が一番かっこいい！」です。子どもたちには、何か夢中になれることを見つけて、それに一生懸命がんばってほしいと願っています。子どもは地域の宝です。大人のみなさんもまた、そんなふうがんばっている子どもたちをぜひ応援してほしいです。

新国際空手拳法道 士衛塾山梨



●伊藤龍吾代表（新国際空手拳法道 山梨県支部長・師範）

新国際空手拳法道 士衛塾山梨

新潟県で発足したフルコンタクト空手の新国際空手拳法道「士衛塾」に2007年正式加盟。現在は年少児から60代まで約70名が所属。KWU(極真世界連合)主催の「KWU世界大会準優勝(2017年)、全日本空手道選手権大会優勝(2015～2019年)などの実績を持つ。TEL090-4422-5514



世界から注目されるフルコンタクト空手

Q. 競技の魅力は？

伊藤 「フルコンタクト空手」と言って、実際に相手に当たって戦います。痛みを知り加減することを覚え、強さと優しさが身につきます。子どもは安全防具を付けて競技を行います。極真空手の流れやオリンピック競技の空手ではなく、「日本傳拳法道」が由来。日本傳拳法道は、少林寺拳法とブルスリーが習っていた詠春拳(えいしゅんけん)を混ぜたもので、それに空手をミックスさせたのが私達の新国際空手拳法道という空手になっています。

Q. 目標は？

伊藤 地域から世界に羽ばたける空手家を多く輩出したいです。国内外の大会に積極的に参加しています。極真系の世界最高峰といわれる大会では伊藤帆南(ほなみ)先生が準優勝したり、門下生の藤巻美琴さん、明日香さんも世界大会を何連覇もしていて、女子が活躍しています。競技で活躍するとともに、稽古を長く続けてもらい、自分自身の体の使い方を学んでもらいます。



Q. 指導方針は？

伊藤 空手が大好きな人をたくさん作りたいという思いで指導しています。私たちは指導のプロという自覚を持ち、ともに学び誰よりも稽古をし、門下生の目標達成のため真剣勝負をしています。試合に勝てなくてもやり続けてほしい。空手は武道なので、最終的には競技としての勝ち負けではなく、自分に勝つことが大事だと考えます。士衛塾は、単なる町道場ではなく、空手の技術はもちろん武道を教え社会を教えルールを教えるところです。

Q. 読者へメッセージを

伊藤 海外の大会に行くと、写真攻めにあいます。本場日本で空手をやっている子は、海外の子にとってヒーローなんです。国際化が進む中で海外に出ていくと、武道には武道の楽しさ、他のスポーツにはそのスポーツならではの楽しさがあり、互いにリスペクトすることの大切さを感じるはず。空手を通して世界を知り、視野を広げるチャンスを作ってもらえたら嬉しいです。

博眞館道場 居合道部



●小川忠彦代表

博眞館道場居合道部

昭和63年、甲府市で少年剣道教室としてスタート。現在は居合道・銃剣道・短剣道にも取り組む。関東甲信越居合道大会三段の部準優勝、東日本学生居合道大会優勝（長久保涼さん、國學院大学3年次）などの実績がある。

TEL055-222-8655



自分の中にいる敵との勝負

Q. 博眞館道場とはどんな道場ですか？

小川 昭和63年から始まった道場です。当初は少年剣道教室でしたが、居合も一緒に教えるようになりました。現在は剣道・居合道・銃剣道・短剣道を教えています。居合道と剣道は全日本剣道連盟に、銃剣道と短剣道は全日本銃剣道連盟に属しています。居合道としては古流夢想神伝流居合という流派の稽古をしています。

Q. どんな方が所属していますか？

小川 現在は小学校4年生から70歳までが所属しています。剣道は小学校1年生から始める子が多いのですが、刀を扱うのは低学年には厳しいので、居合道は小学校3年生くらいから勧めています。居合そのものに興味があって道場を訪れる方、剣道をやっているうちに居合もやりたくって入門する方もいます。

Q. 居合道の魅力は？

小川 日本刀の美しさ、素晴らしさに触れられることだと

思います。剣道や銃剣道は相手と勝負するのですが、居合は自分自身との勝負になります。自分から先に攻撃を仕掛けるのではなく、相手の殺気を感じて自分を守るための武術です。空手の形の競技と似ていると思います。

Q. 目標は？

小川 特に子どもたちには、居合道を通して健康な体づくり、礼儀、自分の身の回りのことをちゃんとしてことや自律を学んでほしいと思っています。また武道ならではの厳しさもあるので、負けるもんかという強い気持ちも培ってほしいです。

Q. 読者にメッセージを

小川 新型コロナウイルスで大変な世の中になってしまいましたが、こんな時だからこそ、健康な体をつくり、安定した心の強さを培い、自分を律することのできる武道のよさを知ってほしいと思います。居合道や武道に興味のある方はぜひ一度参加してみてください。

甲府昭和高校 なぎなた部



●八巻さやか先生

甲府昭和高校なぎなた部

県内の高校では数少ないなぎなた部。部員数は男女合わせて14名。平成8年頃から関東大会やインターハイで好成績を収めるようになり、令和3年度の全国高校総合体育大会でベスト16、関東高校なぎなた競技会で個人準優勝など。顧問は八巻さやか先生。



強くしなやかで美しい日本の伝統的武道

Q. どんなチームですか？

八巻 昨年まで山梨県内では高校になぎなた部があるのは当校だけでした。今年の4月に青洲高校にもでき、今は県内2校です。高校に入って初めて体験するという生徒が半分くらいです。競技人口が少ないので、県の代表としてインターハイや関東大会の場を経験する機会が多いです。最近はその舞台に出るだけで満足せず、より上位を意識できるようになりました。

Q. どんなスポーツですか？

八巻 約2mの木製の長い刀を使い、面・胴・小手などの特定の部位を打ち合います。剣道に似ていますが、脛(すね)があるのがなぎなたならではの型の正確さや美しさを競う演技競技もあります。

Q. なぎなたの魅力は？

八巻 小さい子からシニアまで、そして男女問わず幅広くできる場所です。マイナー競技なので目標が設定しやす

いというのも、学生にとってはいいことなのかもしれません。努力の結果が出やすい競技だと思います。

Q. 目標は？

八巻 全国大会入賞です。コロナの影響で、なかなか思うように練習や遠征ができない状況ですが、部員全員がきらめずがんばって目標に挑んでいます。



Q. 読者にメッセージを

八巻 小中学生で武道に興味のある人は、ぜひ甲府昭和高校でなぎなたにチャレンジしてもらいたいです。仲間と一緒に全国を目指して、普通

では味わえない高校生活を楽しみましょう。また山梨県なぎなた連盟でも、随時メンバーを募集しています。小さな子どもさんから大人まで、興味のある方は連盟のホームページをご覧ください！

<http://fc27210520181804.web2.blks.jp/index.html>

巨摩高校 弓道部



巨摩高校弓道部

男女合わせて17名が在籍。校内にある弓道場で練習を重ねている。令和3年度の全国高等学校弓道大会男子団体の部で3位。関東高等学校弓道大会で、饗庭凜選手が個人優勝などの実績あり。顧問は平井大資先生。

夢と情熱を一筋の矢に込めて…

Q. どんなチームですか？

平井 部員の8割9割が、高校に入って初めて弓道を体験するという生徒です。先輩たちの袴姿に憧れて、あるいは弓道がメディアに取り上げられたのをきっかけに入部してくる子が多いです。もちろん初心者大歓迎。指導者としても、フラットな状態から素直に伸びていく子どもたちを見るのは嬉しいです。

Q. どんなスポーツですか？

平井 28m離れた場所から、弓矢で直径36cmの的を狙い、その得点を競うスポーツです。団体戦と個人戦があります。

Q. 普段はどんな練習をしていますか？

平井 矢の本数を限定して量より質の練習を行い、集中力や精神力を高めたいと考えています。現在はコロナ禍ということもあってさらに練習時間が減って、1時間半の短時間でを行っています。

Q. 目標は？

平井 10月の新人戦で優勝し、12月の全国大会に団体で出場することが直近の目標です。全国大会の常連校になり、「また巨摩か!」と言われるくらいになりたいですね。また、弓道界や私の恩師に、その活躍ぶりを伝えたいという気持ちもあります。

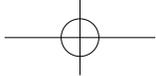
Q. 指導方針は？

平井 試合で結果を出してほしいという気持ちもありますが、まずは自分自身に負けない子、困難に直面しても折れずにがんばれる子を育てたいと思っています。

Q. 読者にメッセージを

平井 コロナ禍で「こんなご時世だからしょうがないね」という言葉をよく聞きます。でも自分のやりたいことを「しょうがない」というひと言で片付けるのではなく、なんとか夢や情熱を失わず、いつか光が差すときを信じてがんばってほしいと思います。





 **FC ふじざくら山梨**



FC ふじざくら山梨を応援しています!

 **Ysk e-com**

- 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
- Do-Chuo V

- 東京支社
- 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。

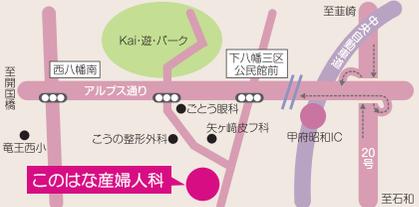


院長  中村 朋子

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

 土曜午後の診療時間は、14:00~16:00
 受付時間は、診療終了時間の30分前までとなります。

[木・日・祝 定休]



このはな産婦人科

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>

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、足を運んで下さい。

かえでラグビースクール

(ラグビー)

- 練習日時：毎週日曜 9:00 ~ 12:00
毎週水曜 19:00 ~ 21:00
(小学校高学年)
- 練習会場：山梨学院大学ラグビー場
- 対象年齢：幼児~中学生男女
- 連絡先：TEL055-226-0677 (穴水)

山梨不惑ラグビーフットボールクラブ

(ラグビー)

- 練習日時：毎週日曜 10:00~12:00
- 練習会場：御勅使南公園ラグビー場
- 対象年齢：30歳以上
- 連絡先：TEL080-3007-3315 (宮澤)

甲府市ラグビースクール

(ラグビー)

- 練習日時：毎週日曜
- 練習会場：御勅使南公園ラグビー場他
- 対象年齢：幼児~中学生男女
- 連絡先：TEL090-3452-8840 (廣瀬)

甲府フィギュアスケートクラブ

(フィギュアスケート)

- 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)
- ※スケート教室も開催しています。
詳しくはお問い合わせ下さい。

シンドバット新体操クラブ

(新体操)

- 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
緑ヶ丘スポーツ公園体育館
- 対象年齢：3歳~高校生
- 連絡先：TEL090-2487-7212 (相羽)

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)
※各曜日3回、時間お問い合わせ下さい
- 練習会場：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)

NPO法人 CSC ルーデンス

(チアダンス)

- 練習日時：毎週土曜 10:10~11:10
- 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)

甲府ストロング

(ソフトテニス)

- 練習日時：毎週土曜 8:45~
- 練習会場：甲府東下条テニスコート
- 対象年齢：幼児~小学生
- 連絡先：TEL090-4830-8078 (雨宮)

山梨県スポーツ協会主催 カーリング教室

(カーリング)

- 練習日時：詳しくはHPをご確認下さい。
※「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 (中澤)

結論、HINOの2トン
一步先行く安全を

1.5トクラスもラインナップ!

HINO DUTRO

HINO LIÉSSE II

山梨日野自動車

本社 甲府市酒折 1-2-10 ☎055-220-6200
 田富営業所(工場) 中央市山之神流通団地 2473 ☎055-273-6231
 中古車センター 笛吹市石和町東油川 279-1 ☎055-263-8675

観光から幼児専用車まで
小型送迎バス

私達、山梨日野自動車は FCふじくら山梨 を応援しています!!

スポーツクラブのメンバー募集の告知をしてみませんか？
 団体名・活動日程・活動場所・対象年齢・問い合わせ先を明記の上、
 FAX055-260-8878 またはメール info@kaispo.or.jp にて、かいスポーツプレス編集部まで送って下さい。掲載は無料ですが、スペースの都合で掲載できない場合もあります。

竜南小スポーツ少年団野球部

(軟式野球)

- 練習日時：毎週土・日曜
8：30～16：30
- 練習会場：竜王南小学校
- 対象年齢：小学生
- 連絡先：TEL090-7007-3830 (佐藤)

中央市田富野球スポーツ少年団

(軟式野球)

- 練習日時：毎週火・木・土・日曜
※時間はお問い合わせ下さい
- 練習会場：田富小学校他
- 対象年齢：小学生
- 連絡先：TEL090-8045-0247 (町田)

甲斐桃姫

(軟式野球)

- 練習日時：毎週土・日曜 9：00～
月1回木曜 19：30～
- 練習会場：石和北小学校他
- 対象年齢：中学生以上の女子
- 連絡先：TEL080-6582-1503 (佐々木)

小笠原ジャガーズ

(軟式野球)

- 練習日時：毎週水・金曜 17：30～
毎週土・日曜 8：00～
- 練習会場：小笠原小学校
- 対象年齢：小学生男女
- 連絡先：TEL090-8779-4691 (声沢)

昭和町野球スポーツ少年団

(軟式野球)

- 練習日時：火・水・木・土・日曜・祝日
※時間はお問い合わせ下さい
- 練習会場：常永小学校
- 対象年齢：小学生
- 連絡先：TEL090-8318-4503 (藤島)

山梨ふじやまボーイズ

(硬式野球)

- 練習日時：毎週月・木曜 17：00～
毎週土・日曜 9：00～
- 練習会場：西桂町民グラウンド他
- 対象年齢：中学生男女
- 連絡先：TEL090-3144-7780 (藤本)

甲府中央ボーイズ

(硬式野球)

- 練習日時：毎週火・木曜 18：00～
毎週土・日曜 8：00～
- 練習会場：甲府市大津町グラウンド
(甲府市大津町 1088-3)
- 対象年齢：12～15歳の男女
- 連絡先：TEL090-1845-2581 (中込)

松山ミニバスケットボール スポーツ少年団

(ミニバスケットボール)

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

国母ミニバスケットボール スポーツ少年団 (女子)

(ミニバスケットボール)

- 練習日時：毎週火・木曜 17：00～
毎週土曜 9：00～
- 練習会場：国母小学校体育館他
- 対象年齢：小学生女子
- 連絡先：TEL090-4967-1631 (渡辺)



グループホーム
クレール西八幡

2021年10月 newOPEN

緊密な医療連携と、介護との連携により、安心と安全な生活をご提供させていただきます。

甲斐市西八幡 1769-1QUE メディカルタウン内
TEL:055-288-8787



[介護の信玄]で検索
お気軽にお問い合わせ
ください。





Let's Play Sports メンバー募集!

吉田ミニバスケットボール スポーツ少年団

(ミニバスケットボール)

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

竜王ペガサス

(バレーボール)

- 練習日時：毎週水・金曜 17:00～
毎週土曜 13:30～
- 練習会場：竜王小学校体育館
- 対象年齢：小学 2～5 年生女子
- 連絡先：TEL090-5991-7973 (三井)

春日居フットボールクラブ

(サッカー)

- 練習日時：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 (キャメリア)

(サッカー)

- 練習日時：火～金曜 16:30～19:00
※詳細は HP 参照
- 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 (小泉)

天真会剣道スポーツ少年団

(剣道)

- 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)

スポーツ少年団 柁友会

(空手)

- 練習日時：毎週木・土曜 19:00～
- 練習会場：富士見スポーツ公園武道場
- 対象年齢：小・中学生
- 連絡先：TEL090-8023-4262 (伊藤)
shunjii7@docomo.ne.jp

新国際空手拳法道 土衛塾

(空手)

- 練習日時：月～土曜 17:00～
※時間・会場等お問い合わせ下さい
- 対象年齢：3 歳～
- 連絡先：TEL090-4422-5514 (伊藤)

竜王少林寺拳法 スポーツ少年団

(少林寺拳法)

- 練習日時：毎週月・水曜 19:00～
- 練習会場：竜王武道館
- 対象年齢：小学生～高校生男女
- 連絡先：TEL090-9381-5270 (原田)

あおぞらヨガサークル

(ヨガ)

- 練習日時：第 2・4 火曜 10:30～
- 練習会場：竜王北部公民館
- 対象年齢：甲斐市在住の方
- 連絡先：TEL090-4594-5462 (斉藤)

「人と地球にやさしい環境づくり」
もっと素敵な未来をめざして



有限会社未来空調

TEL : 055-267-5166 FAX : 055-267-5199

生活環境や産業に密着した設備の設計、工事、修理、メンテナンス業務
特殊な医療ガス設備とエックス線撮影も行っています

届けよう安心・笑顔を全ての人へ

MAKOTO MEDICAL SYSTEM INC.

マコト医科精機株式会社



営業本部 〒409-3845 山梨県中央市流通団地北5番地
TEL:055-273-0333(代表) FAX:055-273-7626
https://www.makotomc.co.jp

山梨県 子育て応援誌 ちびっこぶれす

chibikko press

毎月1日発行!

#ちびっこぶれす
#ちびっこはうす
#山梨ママ
#山梨子育て



電子書籍でも見られます!



http://www.chibikko-house.jp



お客様とメーカー様をつなぐ
プラットフォーム

BUZEN 医療・理化学の総合商社
豊前医化株式会社

〒409-3812 山梨県中央市乙黒 107-6
TEL : 055-274-8800 FAX : 055-274-8808
URL : <http://www.buzen-ika.co.jp/>



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/>





栄養士からのメッセージ

アスリート食として注目 きのこ=菌の不思議な力



西尾 華江さん

今年度、公認スポーツ栄養士
の資格を取得。乳幼児から
高齢者の食事管理の他、本格的
にスポーツ選手、部活動へ
の栄養指導を開始する。

今回のテーマを「きのこ」と聞いたとき、私の中できのこに対する思いがたくさんあることを改めて感じました。語源は読んで字の如く「木の子」から。漢字では「茸」「菌」と記され、定義は「目に見えるぐらいの大きな菌類」だそうです。きのこは生体機能調整に効果があり、健康食品として、美や健康意識の高い人々に食されています。きのこの種類は4000～5000種類で、食用として商業用に20種類程度が手に入るようです。栄養価の特徴は、低カロリーでビタミンB群・ビタミンD・食物繊維・三大旨味成分のグアニル酸を豊富に含有しています。

その中でも特に注目なのがビタミンDです。カルシウムの吸収を促し、骨の成長や強化が期待できることや筋肉の回復・増強にも関与しているとのこと。また免疫機能を調整する働きがあり、ウイルスと戦える腸内環境を備えることができます。成長期のアスリートはもちろん、体力の衰えを防ぎたい大人においても、とても有効な栄養素です。運動後に良質なたんぱく質と一緒に摂取することがお勧めです。さらに乾燥されているきのこ類を使えば、栄養価が凝縮されているので効果・味とも存在感が物凄いです。魚肉類の入った煮物や炒め物、麻婆豆腐などに水に戻しておいた乾燥しいたけと戻し汁を入れるとワンランク上の味になります。きのこの楽しみ方はまだまだあります。1種類のみ使用するのではなく、スープやパスタだったら、エノキ・シメジ・舞茸・エリンギ・マッシュルームなど数種類をバターやオリーブ油、ベーコンと一緒に調理をすることで旨味が複雑になり、極上の一品になります。旬の時期にたくさんの新鮮なきのこを食べ切れないときは冷凍保存ができます。冷凍することにより細胞が破壊され酵素が働きやすくなり、旨味が増します。こんなにも多くの楽しみ方ができるのは、山で見つけたきのこを調べ、研究し、食べてみようと思いた人達の勇気の賜物です。

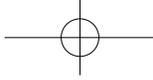


技術と誠意で 70 年

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
E-mail shinnihontec@shinnihontec.co.jp



スポめし！

春夏秋冬、季節ごとに 異なるきのこの魅力を発信



山梨県立図書館内の「図書カフェ」では、きのこのスープやきくらげ入りソーセージのホットドッグなどを提供しています。



白州・山の水農場

北杜市白州地区できのこを生産する農家。直営店（北杜市白洲町白須127）、山梨県立図書館1階のカフェ、オンラインショップ（<https://yamanomizu.shop>）などで販売。

日本は世界の中でもきのこの栽培技術が高く、静岡・群馬・徳島・大分などが有名です。私たちは主に菌床栽培（きんしょうさいばい）で育てています。栽培品種は、しいたけ・ひらたけ・なめこ・きくらげ・白きくらげ・たもぎたけ・黒あわびたけ・霊芝などです。それぞれ作り方の基本は一緒なのですが、培養の温度や期間を菌の特性に合わせて変えています。

失敗してもいいから新しいことをやる、それが山梨で農業をするきっかけとなった“師匠”の教え。そして私たちの農業の楽しみの一つでもあります。小さい失敗を重ねながら、毎年1種類は新しいきのこを作っています。どんなきのこも1回で成功することはないので、少しずつ準備をしながら、失敗と工夫を何年か繰り返すと育つようになります。他の人がなかなか作れないものができるとうりがいにもなります。特に「黒あわびたけ」は栽培が難しいのですが、温度や湿度などを工夫して考えてやってきました。

「霊芝」は不老不死の薬とも言われていますが、アレルギーを緩和する効果が強く、またピンク色の「ときいろひらたけ」はメラニン色素を抑制すると言われています。旬のきのこにはその季節に必要な成分が含まれていて、夏の「たもぎたけ」「きくらげ」はカリウム・カルシウム・ビタミンが豊富で、機能的な食べ物だなと思っています。これからさらにもっと多くの種類のきのこを作りたいです。また一緒にやる仲間を増やして、レシピの本や栄養の本、農業の暮らしのエッセイなどを書いて山梨の魅力も伝えたいです。そして何十年もきのこが作れるような持続可能な経営と、満足の高い商品が作れるように努力したいと思っています。

（白州・山の水農場 水谷多呂代表）



新ニ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 E-mail 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

甲府工業高校応援團

KOFU TECHNICAL HIGH SCHOOL
CHEER TEAM

学ランに身を包み、大きな団旗を掲げて、高校部活動のさまざまなシーンに登場する応援團。近年はなかなか手がないと言われる中、伝統ある甲府工業応援團は、今も厳しい練習を日々積み重ねて、スタンドに立ちます。①入団のきっかけ、②部活動を通して学んだこと、③将来の夢や目標をうかがいました。



眞壁一成
3年

①人のためになることをしたかった。②人間性・企画力・責任感。③社会のものづくりに貢献。



中島光
3年

①入部していた兄の影響。②礼儀・人間性。③3年間で学んだことを生かし社会に貢献。



小島彪雅
3年

①発表会を見てカッコいいと思った。②協調性・責任感。③人に信頼される大人になる。



望月颯汰
3年

①先輩と先生に誘われて。②根性と忍耐力。③何事にも全力で取り組む!



福田拓未
3年

①先輩に誘われて。②人間性と責任感。③健康を維持して長生きする。



河野陽太
2年

①先輩がかっこよかった。②礼儀正しい言葉づかい。③歴代の先輩方を超える!



渡邊友啓
2年

①先生に誘われて。②苦しいことに耐える精神力。③他人のために動ける人になる。



今福彩
2年

①中学の頃から興味があった。②全力で取り組むことの楽しさ。③人を笑顔にする現場監督。

部活紹介



創

部70年を数える、県内有数の伝統を持つ応援團。野球・サッカー・ハンドボール・バスケットボール・ラグビーなどの大会で応援する他、毎年開かれる静岡応援團フェスティバルに山梨県代表として出場。また、甲府工業高校主催の「援舞」では、800人ほどの観客の前で応援を披露する。



岩井創太
2年
①自分を変えたかったから。②協調性。③他人の役に立つ大人になる。



丸山斗亜
2年
①先輩が型を振っている姿に憧れて。②礼儀・協調性。③土木会社の社長。



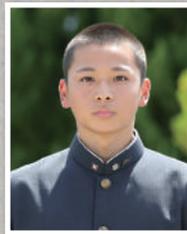
籠谷陸
1年
①部活紹介のときに圧倒された。②基本を徹底する。③当たり前前ことを当たり前に行う。



吉弘耀斗
1年
①先輩への憧れ。②礼儀。③他人から見て、カッコいいと思われる人になる。



岩下怜雅
1年
①先生から応援団で得られることを聞いた。②礼儀。③不自由なく、安定した生活を送りたい。



小澤隼也
1年
①先輩に誘われて。②他の模範になれるような挨拶。③消防士になる。



堀内大和
1年
①先輩方がカッコよかった。②礼儀正しい言葉づかい。③建築士になる。



岡島康至
1年
①先輩に誘われて。②根性・礼儀。③当たり前前ことを当たり前にできるように。



丸山律樹
1年
①甲府工業応援団のすばらしさを聞いて。②あきらめない心。③誰からも認められる人になる。

フライボード

水上バイクのエンジンの水圧で、湖上を飛び回るフライボード。上級者は10mもの高さを、宙返りしたり、急降下したりと自由にプレイします。山中湖でフライボードをはじめ、7種類のマリンスポーツを体験させてくれるショップ「マリナーエイティーン」の長田将揮代表にお話をうかがいました。

FLY BOARD

日本チャンピオンとして国際大会にも出場する島崎涉さん。

上級者は10mほどの高さまで飛びます!



取材協力
マリナーエイティーン
山中湖村平野2274
TEL080-8880-0018
info@marina-eighteen.com

つま先と姿勢が大切で、怖がらず体のバランスを保つことがポイントです。

Q.フライボードってどんなスポーツ?

A.ヨーロッパで始まったスポーツで、水上バイクのエンジンの水圧で水上の宙を舞うスポーツです。上級者になると10mくらいまで飛べます。

Q.フライボードの魅力は?

A.一見難しそうですが、子どもさんや女性でも簡単にできるようになります。慣れてくると回転するなど、空中を自由に飛ぶ感覚が味わえます。

Q.大会などもありますか?

A.マイナー競技なので、日本では個人主催の大会が中心です。2019年にドバイで開催された国際大会には、当店の島崎涉が日本チャンピオンとして出場しました。

Q.初心者が上手に乗るコツは?

A.姿勢が大切です。へっぴり腰にならないように胸を張り、つま先を少しだけ前に傾けて、視線は遠くを見ます。

Q.読者にメッセージを

A.富士山をバックに飛べる最高のロケーションです。ぜひ体験してください。



永井裕樹 Nagai Hiroki

NPO法人甲斐スポーツ振興会運営スタッフとして、自身の経験や知識を活かしたトレーニング指導に取り組む。本誌においても、マイナースポーツや運動の体験を通して、山梨県内へのスポーツ普及活動を積極的に行う。

クルマで広げよう

幸せな暮らし

Honda Cars 峡西

Hondaベビーくらぶ峡西
キッズくらぶ峡西
開催しています

みなさまのご来店を
心よりお待ちしております!

Honda Cars 峡西
〒400-0211 山梨県南アルプス市上今諏訪185
TEL:055(284)3345

定休日・水曜日
営業時間・9:00~18:00

運動能力と 歯並び・噛み合わせの関係

VOL.8



小林弘史 Kobayashi Hiroshi

歯学博士・日本矯正歯科学会認定医。駿台甲府高校卒。平成30年、韮崎市にてニコリ矯正歯科クリニックを開院。子どもから大人、スポーツ選手まで幅広い治療を行なっている。

歯

並びや噛み合わせは、以前から運動能力の向上に影響を与えることが知られています。例えば、筋力の向上・姿勢や体幹バランスの安定・咀嚼（そしゃく）による脳活動の活性化などが挙げられます。最近では東京オリンピックが開催され、多くのアスリートの方を目にする機会がありました。ウエイトリフティングのような最大の筋力を要求される競技から、アーチェリーのような姿勢や体幹を安定させわずかな誤差を修正するような競技もあります。また、野球ではガムを噛んだままバッターボックスに立つ選手もいますが、咀嚼することで集中力や判断力を高めるためのものです。

このように運動能力と歯並びや噛み合わせは密接に関係しています。しかし、日本人(アジア人)は欧米人と比較すると顔面の前後径(奥行)が小さいため、あごが小さくなってし

まい歯並びや噛み合わせが乱れることが多くなってしまいます。不正な歯並びや乱れた噛み合わせの改善には、矯正歯科治療が有効です。矯正歯科治療には2つの治療ステージがあり、小児矯正(1期治療)と成人矯正(2期治療)に分かれています。成人矯正といっても、中学生くらいから治療を開始することができます。この場では詳細な説明は省きますが、基本的に成人矯正を終えると整った歯並びや噛み合わせを獲得することができます。また、矯正歯科治療は外傷の予防にも役立ちます。上顎前突(出っ歯)の方は、接触プレーによって前歯をぶつけてしまうことが多く、前歯が折れてしまうことがあります。歯並びを整えることによって、事故を防ぐことができます。

その他にも、スポーツ用マウスピースなども有効です。ボクシングやアメリカンフットボールはマウスピースの使用が必須となっていま

す。このような競技では外傷の予防の意味合いが強いですが、マウスピースの効果は力強く噛みしめることができますから、筋力の向上が期待できます。余談ですが、ボクシング漫画ではパンチを受けたときに口からマウスピースが飛んでしまうシーンがありますが、実はしっかりとフィットしていないマウスピースにあまり効果はありませんので、ちゃんと歯医者さんに作ってもらった方がいいですね。

整った歯並びは、運動能力向上以外にも虫歯や歯周病の予防に大きく貢献します。「お口は万病の元」と言いますが、口腔の健康状態を長期にわたり良好に維持できることが、体のポテンシャルを高く保てるコツだと思います。



駿台甲府高校

愛情教育の理念のもと、将来に向けて一人ひとりの可能性を伸ばし、学習も学校行事・部活動も全力で頑張る、質の高い文武共存を目指しています。

《高校普通科イベント》

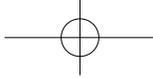
10/31 (日) 学校説明会
& アスリートコース体験入学
11/20 (土) 入試問題解説授業

《高校美術デザイン科イベント》

10/9 (土) 10 (日) 学校説明会
11/14 (日) 入試デッサン解説授業

《高校通信課程イベント》

10/17 (日) 入学相談会
11/27 (土) 入学相談会



yamanashi self photo studio2021

LEE CRAFT

セルフ写真館

カメラマンは あなた自身。

セルフシャッターを使って自分たちだけの空間で、自分たちのタイミングで撮影する新感覚スタジオです。



No time like the present.
Never put off till tomorrow
What can be done today!!
맘껏 즐기세요.



甲府市中町 146-1
10:30-20:00 / 不定休

www.instagram.com/lee_craft146/



かいスポーツプレス VOL.8

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 FAX055-260-8878

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：永井 裕樹・清水 歩・YASUOちゃん

撮影：新津 幸・加々美吉憲

協力：ちびっこぶれず編集部

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 2021

甲斐スポーツ振興会

かいスポチャンネルからのお知らせ

新しい動画をアップしました。
ぜひ、チェックしてみてくださいね。
チャンネル登録、イイね も宜しくお願いします。

かいスポーツプレス Vol.7
メイキング動画公開!

取材させて頂いた皆様、ご協力ありがとうございました。
かいスポーツプレス掲載先一覧は甲斐スポHPで掲載中!

かいスポ 検索

動画のQRはこちら



番外編!
取材中に撮れたハフニングや
おもしろ動画満載です!

かいスポーツプレス Vol.7

かいスポーツプレス掲載先一覧は甲斐スポHPで掲載中!

かいスポ 検索

動画のQRはこちら



部員・メンバー募集受付について

メンバー募集ページへ掲載ご希望のチーム・団体様は甲斐スポーツ振興会のホームページよりお申し込みいただけます。ホームページの『お申し込みはこちら』からお申し込みください。
※掲載後は次号以降にも掲載が続きます。掲載を中止する場合はお手数ですが掲載中止のご連絡をお願い致します。

甲斐スポホームページはこちら

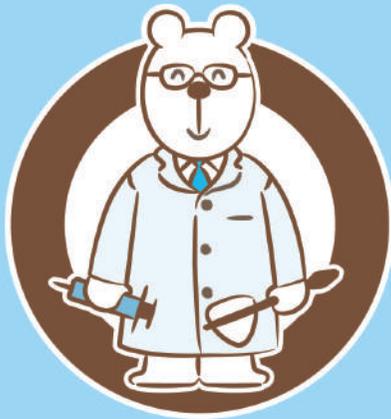


メンバー募集
ページ



<p>山梨みじまボーイズ 【部活動】 ●部員数：男子・女児 17 名 ●練習日：毎週土曜日 18:00-19:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>	<p>専修中校ボーイズ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 18:00-19:00 ●練習場所：専修中校グラウンド ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>	<p>山梨二バスケボールクラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 18:00-19:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>
<p>山梨二バスケボールクラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 17:00-18:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>	<p>山梨二バスケボールクラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 17:00-18:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>	<p>山梨二バスケボールクラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 17:00-18:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>
<p>山梨県サッカークラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 18:00-19:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>	<p>山梨県空手道クラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 18:00-19:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>	<p>山梨県柔道クラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 18:00-19:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>
<p>山梨県バレーボールクラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 18:00-19:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>	<p>山梨県卓球クラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 18:00-19:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>	<p>山梨県テニスクラブ 【部活動】 ●練習日時：毎週 土曜 18:00-19:00 ●練習場所：山梨県立中央公園 ●お問い合わせ：0206-3744700 (課外)</p>





医療法人こうの会

こうの整形外科

● 整形外科 ● リハビリテーション科 ● リウマチ科 ●

KOHNO
orthopedic clinic



設置機器

リハビリ各種

- ・中周波治療器
- ・光線療法治療器
- ・牽引装置
- ・ウォーターベッド
- ・SSP

その他

- ・MRI (オープンタイプ)
- ・レントゲン
- ・骨密度検査装置 (全身対応)
- ・超音波診断装置

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

【休診日】木曜、日曜、祝日 ※土曜午後は14:00~16:00まで

TEL.055-269-8111

〒400-0117 山梨県甲斐市西八幡2190-1

<http://kohno-seikei.webmedipr.jp/>

