



甲州市広報 Public Relations No.127 2016

# うしろ 5

豊かな自然 歴史と文化に彩られた 果樹園交流のまち 甲州市

菱山小学校では三つ子ちゃんが入学。  
希望と不安を胸に緊張の面持ちで  
新しい学校生活スタート♪



# 特集 運動のチカラ

「現代の子ども達は、体力が低下している」と言われています。

文部科学省が行っている「体力・運動能力調査」によると、現在の子ども達の体力・運動能力の結果を、その親の世代である30年前と比較すると、ほとんどの項目において、子ども達の世代が親の世代を下まわっています。

一方、身長や体重など、子ども達の体格についても同様に比較すると、逆に親の世代を上回っています。

このように、体格が向上しているにも関わらず、体力や運動能力が低下していることは、身体能力の低下が深刻な状況であることを示しています。

また、最近の子どもは、靴のひもを結べない、スキップができないなど、自分の身体を操作する能力の低下も、文部科学省の調査では指摘されています。

子どもの体力の低下は、将来的には、生活習慣病の増加にもつながり、日常生活のストレスに対する抵抗力の低下などを引き起こすことが懸念され、社会全体の活力が失われるという事態に発展しかねません。

# こころとからだを育む



いつでも元気に身体を動かすことができるのは、体の活動をささえる体力が備わっているからです。

体力とは、心臓、筋肉、神経などの体の総合的な能力で、人間にとって重要な能力であるといえます。

体力が高まると、カゼなどの病気にかかり難くなり、かかっても治りやすくなります。

また、肥満や運動不足から起こるいろいろな病気も防ぐことができ、さらには物事に取り組む意欲、集中力などといった心の働きも高まります。

体力は、あらゆる活動の基本となるものであり、健全な発達・成長を支え、より豊かで充実した生活を送るうえで大変重要なものです。

こうしたことから、子どもの時期に活発な身体活動を行うことは、成長や発達に必要な体力を高めることはもとより、運動やスポーツに親しむ身体的能力の基礎を養い、病気から身体を守る体力を強化し、より健康な状態をつくっていくことにつながります。

今月の広報では、子どもの運動やスポーツが、単に身体的側面だけではなく、心の充実など健全な生活につながることを学んでいきます。

# 特集 運動のチカラ

## いろいろな運動 遊びが体力を 伸ばす！

子どもは、幼児期や小学校低学年の段階を経て、小学校中学年になると、身体の発達面では比較的安定した時期となります。

また、「歩く」、「走る」、「跳ぶ」、「投げる」、「捕る」などの基礎的な動きが、よりスムーズに行えるようになってきます。

さらにこの時期は、思春期の発育の準備期でもあり、ス

ポーツに対する興味が芽ばえ、運動する喜びや意欲、そして他者との関わりを意識するなど、集団活動に不可欠な社会性に対しても理解を深めてきます。

特に野外活動など、自然環境を利用した遊びや身体活動を積極的に行うことも効果的です。

小学校高学年（5～6年生）になると、最も成長の著しい思春期の入り口と言われ、個人差はありますが、身長が急速に伸びたり、心臓をはじめとする内臓器官や骨、筋肉など、運動にかかわる身体の諸機能の著しい発達がみられたりするようにもなっています。

この時期は、生涯でも最も重要な「心身の成長の黄金時期」と言えるでしょう。

精神面でも急速な発達がみられる反面、不安定な状態にもなりやすいので、心身の発達のバランスがとれるように配慮することが大切です。

友だちといろいろな外遊びを楽しんだり、さまざまな運動にチャレンジしたり、海や山など自然の中での活動に参加して、思いつきり体を動かすことの気持ちよさや楽しさを味わってみましょう。

## よく運動やスポーツをする子は... 実は、勉強もしている！

「運動やスポーツ、元気よく遊んでいる姿をよく見るのに、なぜかあの子はよく勉強ができる」という子は、皆さんの身の周りでいませんか。実は、近年の調査では、運動やスポーツをすることで、さまざまな良い効果があると言われています。大半の方は以前から、「運動＝体力づくり」と思っていました。ただそれだけではありません。運動遊びをよくしている子、体力の高い子は、コミュニケーション能力も高く、さらには、脳の発育や発達に、とっても素晴らしい効果が得られます。また、全国の学力テストと体力テストを比較すると、よく運動やスポーツをする子は、よく勉強もしています。

理由としては、「勉強する時間」、「運動やスポーツをする時間」など、生活のスイッチを切り替えることを学ぶからだと考えられます。





## 多様な動き、遊び感覚の運動 ... 毎日60分が目安です！

子どもの運動能力が高い、または低いのも親の遺伝子と言われる方がいますが、そうではありません。幼児期の頃から、たくさんの運動やスポーツを体験することによって、子どもの運動能力は高まってきます。

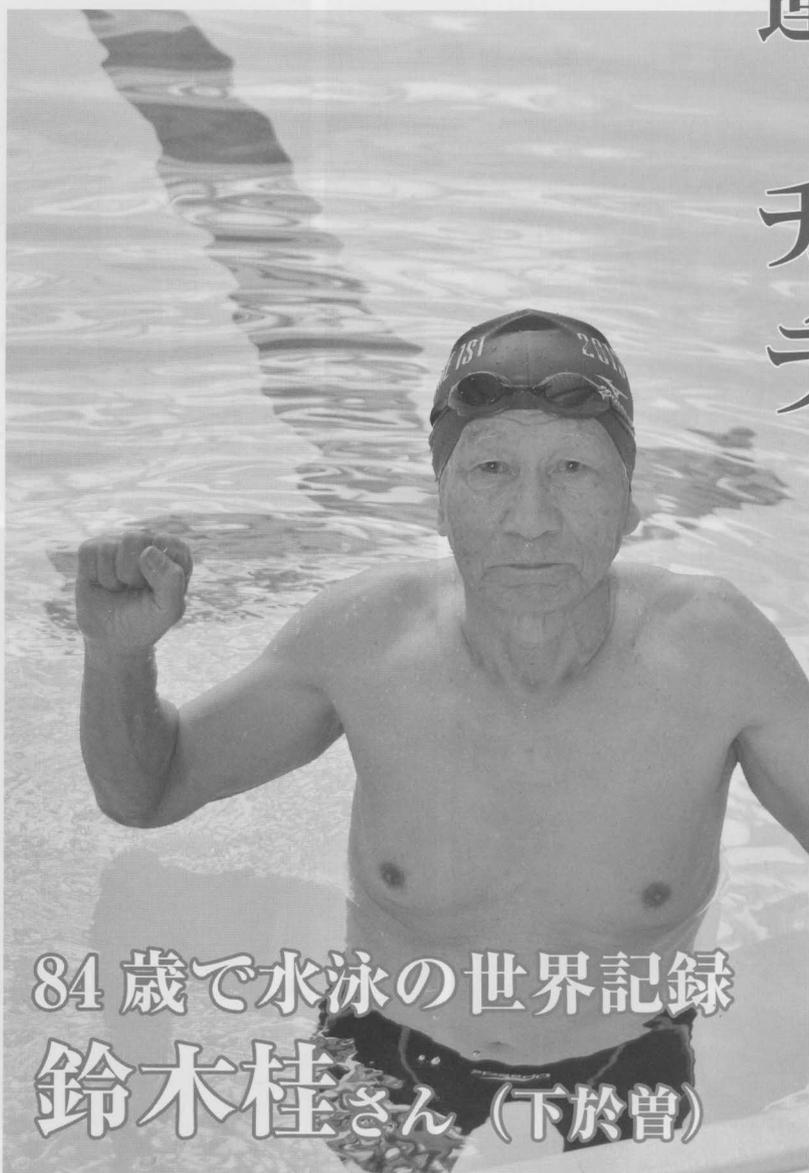
特に、文部科学省の調査では、幼児期には、さまざまな遊びを中心に、毎日60分程度、楽しく身体を動かすことが必要だと報告しています。

ただし、トレーニングといった運動ではなく、子ども達の特性を踏まえつつ、たくさんの動きを取り入れた遊び感覚の運動をさせてください。

子ども達は、「楽しい」、「おもしろい」と思ったら、どんどん興味を持ち、上達していきます。

また、成長とともに、多くの友達と一緒よに運動やスポーツをすることで、仲間づくりや集団活動にもつながります。

# 特集 運動のチカラ



84歳で水泳の世界記録  
鈴木桂さん（下於曾）

現在84歳の鈴木桂さん（下於曾）は、1月に千葉県で開かれた「CM新年マスターズフェスティバル」の水泳1500メートル自由形（長水路85歳〜89歳）で世界記録（タイム27分58秒94）を樹立しました。

鈴木さんは、「優勝の栄冠に、大きな感動もあつたよ」と当時を振り返っていました。鈴木さんは、これまで各大会で優勝の経験はあるが、世界記録を達成したことがなく、4年前の1500メートル自由形（80歳〜84歳）で日本記録に、あと5秒という記録まで迫ったことがあります。「はつきり言って、この大

会では世界記録を狙っていました」と話す鈴木さんの今後の目標は、「短水路1500メートル自由形でも世界記録」と宣言。妻の津多恵さんや多くの皆さんの応援に感謝する鈴木さんは、「まだ頑張るよ！」と新たな挑戦へと、日々練習を重ねています。

## 友達や親子で楽しむ

### スポーツ少年団

甲州市では、1人（ひとり）1（いち）スポーツを合言葉に、誰もが生涯にわたって気軽にスポーツを楽しみながら健康づくりや体力づくりができる、生涯スポーツの地域社会の確立に向けた普及啓発に努めます。

また、甲州市体育協会をはじめ、地域でもウオーキングやテニス、ゴルフ、スキー・スノーボード、バドミントン、トレッキング教室のほか、塩山B&G海洋センターでも各種水泳教室を開くなど、皆さんの健康ニーズに合った各種教室が開催されています。なかでも、スポーツ少年団

は、子ども達の心と身体を育てる活動を展開しています。

また、スポーツ少年団は、地域のボランティアによって支えられていることから、競技スポーツに限らず、多彩なイベントを通じて、親子の交流、仲間同士の親睦にもつながっています。

さらには、プロ野球選手やプロサッカー選手など競技に打ち込むむたむきな姿や、2020年に開催される東京オリンピックなど、スポーツから発信する魅力は、子ども達が持つ可能性が高まり、豊かな心を養うことにもつながります。





世界への挑戦  
**小宮山哲雄さん**  
 (勝沼町出身)

今、世界各国から注目集まっている「リオオリンピック」。この4年に1度のビッグイベントに挑戦している小宮山哲雄さん（勝沼町出身）は、重量挙げ協会の選手強化本部長であり、日本代表男子の監督を務めています。

現在は、日本代表のトップアスリートが国際競技力の総合的な向上を図るトレーニング施設、味の素ナショナルトレーニングセンター（東京都）で、世界への目標に向かって強化スタッフと一緒に代表選手を指導しています。

「私たちは、常に高い意識と強い信念を持っています」と話す小宮山監督。その溢れる情熱は、世界へ挑戦する共有した目標を持つ信頼関係が、選手との心にあります。

リオオリンピック、その先には2020年の東京オリンピック。

ウエイトリフティングはもとより、日本スポーツ界の将来を見据えた小宮山監督は、「子ども達へのサポート環境などにも協力したい」と偉大なる挑戦が続いています。

## ●市内スポーツ少年団一覧（順不同）

種目	少年団名
野球	塩山グリーンズ
野球	塩山北少年野球
野球	塩山南野球
野球	勝沼野球
野球	神金野球
剣道	大和剣道
剣道	塩山剣道
剣道	玉宮剣道
剣道	勝沼剣道
空手	塩山空手クラブ
空手	塩山拳の会
空手	勝沼空手道

種目	少年団名
柔道	塩山柔道
柔道	神金柔道
柔道	塩山大澤柔道
ミニバス	塩山ミニバスケットボール男子
ミニバス	勝沼ミニバスケットボール
ミニバス	塩山ミニバスケットボール女子
サッカー	勝沼サッカー
サッカー	塩山サッカー
ソフト	塩山ビーバース
バドミントン	勝沼ジュニアバドミントン
バレーボール	塩山フレンド
ハンドボール	塩山ハンドボール

◆お問い合わせ先 生涯学習課 スポーツ振興担当 ☎32 - 5098

# まち・ひと・しごと 甲州市総合戦略



【しごと】  
「雇用の質・量」の確保・  
向上

【ひと】  
有用な人材確保・育成、  
結婚・出産

【まち】  
地域の特性に即した課題の解決

## 国の「まち・ひと・しごと 創生総合戦略」の基本的な考え方

### ■人口減少と地域経済縮小の克服

- ①東京一極集中を是正する。
- ②若い世代の就労・結婚・子育ての希望を実現する。
- ③地域の特性に即して地域課題を解決する。

### ■まち・ひと・しごとの創生と好循環の確立

- 地域経済の活性化、産業の高付加価値等による「しごとの創生」
- 地方就労の促進や移住定住促進等による「ひとの創生」
- 安心できる暮らしの確保や都市のコンパクト化、広域連携等による「まちの創生」

人口減少や少子高齢化が急速に進む社会情勢においても、地域として高い持続性を確保するため、本市の置かれている状況を把握し、本市独自の施策展開、個性を明確にすることによ

## 総合戦略で目指すもの

甲州市は、まち・ひと・しごと創生法に基づき、市における人口の現状と将来の展望を掲示する「甲州市まち・ひと・しごと創生人口ビジョン」及び、今後5カ年の目標や基本的方針とその具体的施策を提示する「甲州市まち・ひと・しごと総合戦略」を策定しました。

## 総合戦略の位置付け

甲州市まち・ひと・しごと創生人口ビジョンの活用・実現に向け、本市の課題を把握・整理し、その解消に向けて、一定のまとまりの政策分野ごとに戦略の基本目標や具体的な施策等の設定を行い、自主性・主体性を発揮しながら、まち・ひと・しごと創生に関する施策を総合的かつ計画的に実施する戦略として位置付けます。

「選ばれるまち」づくりを進め、人口減少と地域経済縮小の克服、まち・ひと・しごとの創生と好循環の確立を目指すこととします。

# 甲州市総合戦略

## 【目的】

### 人口減少と地域経済縮小の克服 まち・ひと・しごとの創生と好循環の確立

## 【基本目標】

1

### 地域に根ざした新しい雇用の創出

基幹産業である農業において、生産基盤の整備や移住に伴う雇用の創出等、後継者対策を進めながら、品質向上、ブランド化、消費者ニーズの把握等による産地間競争に勝ち抜く競争力をつけるとともに、甘草等ハーブの活用等、新たな商品開発を促進します。また、ワイン産業においては積極的なマーケティング活動を推進し世界的なブランドを目指していきます。



2

### 人の流れをつくり地域経済を創出

豊富な観光資源の磨き上げと発掘、フットパスコースの設定等、魅力ある観光ルートを開発し、観光情報・移住情報・子育て情報等の発信によるシティプロモーションを展開し、本市の魅力創出と効果的なPRを推進します。そして、来訪者が気軽に地域視察や周遊観光ができる環境を整備し、交流人口の増大から移住へと結びつけるようにします。また、空き家を利用したサテライトオフィスの誘致等による移住への可能性を検討していきます。



3

### 未来の甲州市を担う人材の創出

今後見込まれる交流人口の増大に対応する人材の育成を図り、受け入れ体制の強化を促進します。また、地域で活躍できるシニア世代の人材活用や、未来をたくましく拓くことができるよう子どもたちへの教育に力を入れていきます。



4

### 生み・育むことにやさしい環境の創出

大学と連携した科学的根拠にもとづく保健医療活動の実施等、安心して妊娠・出産・子育てができるように切れ目のない支援と、子育て世代の仕事と生活の調和を目指した経済的負担の軽減と母親の就業への環境整備を促進します。また、独身者に対する多様な出会いの場の提供をすることで、家庭を持つことの可能性を広げていきます。



5

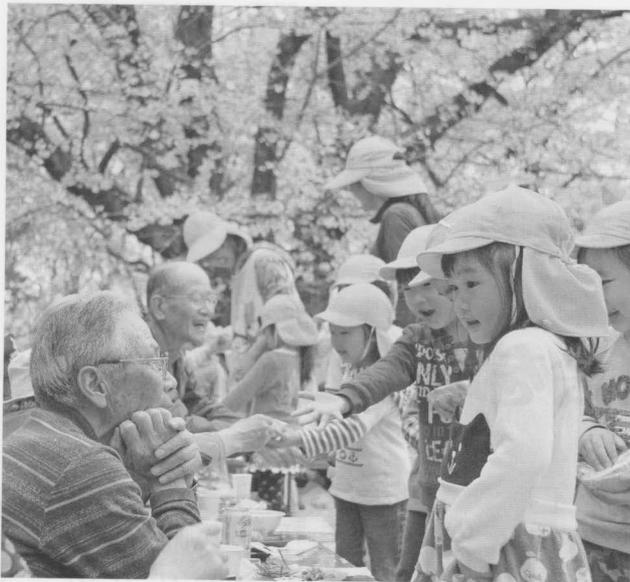
### 将来に渡る活力あふれる地域の創出

地域の拠点となる施設の整備や内外の人材の活用による地域コミュニティの活性化を図るとともに、誰もが安心して生活できるよう生活サービス機能の持続を進めます。また、市民主体の地域防災力の強化や人口減少社会に対応した公共施設等の適切な維持管理と空き家対策を推進することで安全・安心な地域環境づくりを進めます



## みんなで川をきれいにしよう 塩山地域一斉河川清掃

4月3日、塩山地区で春の恒例行事である「一斉河川清掃」が実施されました。早朝から地元住民や消防団の皆さんが参加し、河川の草刈りやゴミ拾い、泥上げなどの作業を行い、多くのゴミが回収できました。参加した方からは「昔は、よく川で遊んだな」「やっぱり、きれいな川がいい！」と語り、昔のように川で子どもたちが遊べるように、心を込めて作業をしました。

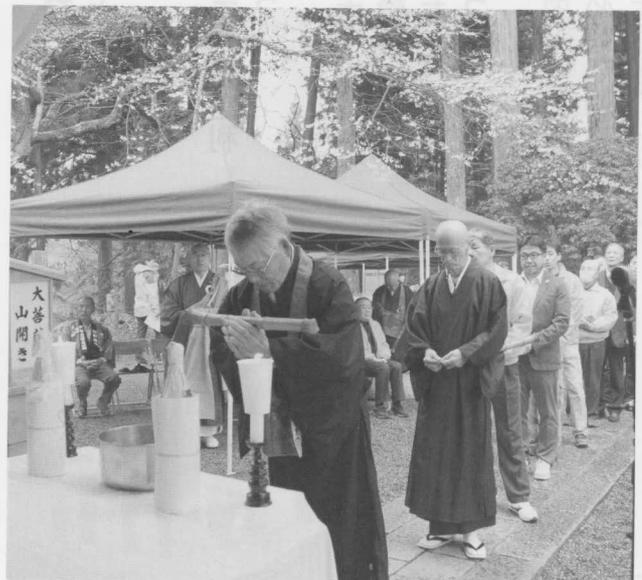


## 老人クラブのお花見会に 園児たちをご招待♪

4月8日、諏訪大神社（塩山上井尻）で開かれた上井尻区の泉寿会のお花見会にみいづ保育園の園児が参加しました。園児による歌の発表や「はないちもんめ」などを一緒に楽しみ、桜舞うなか、世代を超えた交流を深め、笑顔溢れるひと時を過ごしました。

## 大菩薩 山開き 介山祭を開催

4月14日、甲州市観光協会と大菩薩観光協会は、雲峰寺で大菩薩山開き「介山祭」を開催しました。この介山祭は、長編時代小説「大菩薩峠」で知られる作家・中里介山を偲び、また、登山者の安全祈願を併せ昭和31年から行われています。市観光協会の保坂一久会長は、「大菩薩の豊かな自然や景色を存分に満喫してもらいたい」と中里介山の冥福や登山者の安全を願い、参加した皆さんとともに山開きの喜びを分かち合っていました。



富士山火山噴火時における  
山中湖村の広域避難に関する覚書

## 協定締結式



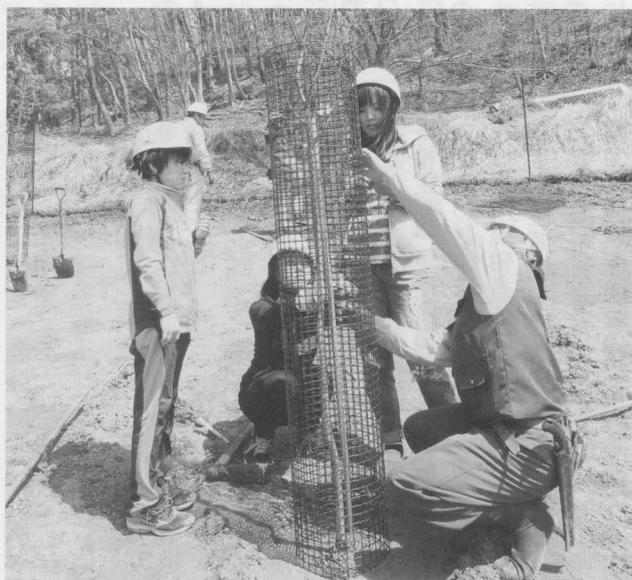
## 富士山噴火時に広域連携 山中湖村と協定締結

3月9日、市は山中湖村と富士山火山時における広域避難に関して協定を締結しました。富士山が噴火して山中湖村から避難する必要がある場合、市の公共施設などを避難所として活用し、避難所の運営は原則として村や村内の自主防災会が行うが、避難初期に態勢が整わない場合、市も支援する内容です。高村文教村長と覚書を交わした田辺市長は「富士山が噴火した場合は、オール山梨での協力が必要不可欠となります。今後もあらゆる場面で連携を強化することが大切」と話しました。

## 地域おこし協力隊 OB 甲斐之鹿ペットフード加工施設 完成

4月6日、塩山千野にシカ肉をペットフードに加工する施設が完成しました。この施設は甲州市地域おこし協力隊 OB の樋山太一さんが代表を務める合同会社が運営しています。これまで捨てられていたシカ肉に新たな価値を付加し、産業としての定着を図るため、総務省の地域おこし協力隊ビジネススタートアップモデル事業に採択され、市と協働し実現しました。

今後は市猟友会が捕獲したシカをペット用のジャーキーなどに加工し、販売する予定です。



## 植林体験活動 甲州市オルビスの森

4月9日、企業の森として森林整備で市と協定を結ぶオルビス株式会社、財団法人オイスカは塩山上小田原の「オルビスの森」で社員や家族、市関係者など約150名が参加するなか、山桜、ソメイヨシノなど約100本の植林体験をしました。新緑に色づく大自然に抱かれ、森づくりの大切さを改めて実感しながら「きれいな森になってね」と小さな苗木に心を込めて、1本ずつ丁寧に植えていました。

# わが家のスター

「わが家のスター」では、元気なお子さんの写真を募集しています。ご両親のコメントを添えて広報担当までお申し込みください。

ひろせ おうき 廣瀬 王希くん(6歳)  
ひめの 姫乃ちゃん(4歳)・妃衣ちゃん(2歳)



元気いっぱい、うるさすぎる子供達☆でも、パパとママは、そんな3人が大好きだよ♡幸せな毎日をありがとう♪  
父・大輔さん、母・絢子さん  
(三日市場)

いけだ しゅうせい 池田 周生くん(4歳)  
しゅうすけ 周之介くん(7ヶ月)



周生はいつもお手伝いと弟の面倒を見てくれてありがとう。2人の笑顔にいつも癒されてるよ。いつまでも仲良しでね。  
父・周平さん、母・麻美さん  
(上井尻)

さわのほり いぶき 澤登 苺吹ちゃん(9歳)  
このか 此乃果ちゃん(1歳)・終谷くん(2ヶ月)



元気に仲良く育ててね。  
父・崇行さん、母・由美さん  
(千野)

インターネットから24時間手続きができる!

## クレジットカードでも市税等の納付ができます

平成28年度  
利用開始



- 対象税目**
- 市・県民税 (普通徴収)
  - 固定資産税
  - 軽自動車税
  - 国民健康保険税 (普通徴収)

ご準備  
いただく  
もの



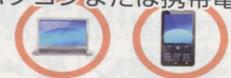
納付書

ご利用可能なクレジットカード



上記のブランドロゴが入ったカードがご利用いただけます

パソコンまたは携帯電話



### ●ご利用いただける方

固定資産税、軽自動車税については5月上旬に、市・県民税については6月上旬に、国民健康保険税については7月上旬に送付する納税通知書に納付書が添付されている方となります。

### ●ご利用方法

お支払いはとても簡単! 画面の指示に従って、情報の入力と確認を行えば手続きは完了します。

パソコンから ▼アクセス方法

URLを直接入力

Yahoo! JAPANで「ヤフー公金支払い」と検索

携帯電話から ▼アクセス方法

URLを直接入力

QRコードを取り込む  
カメラ付き携帯電話で  
QRコードを取り込む



### ●決済手数料

納付書1枚ごとに全額納税義務者負担の決済手数料が必要となります。

◆詳細は甲州市ホームページをご覧ください。 <http://www.city.koshu.yamanashi.jp>

広報こうしゅう

## 『有料広告』を募集します!

(毎月1日発行 12,000部)

市では、新たな財源確保や地域経済の活性化を図るため、有料広告を募集します。3カ月間を1クールとし、広報こうしゅうへ掲載する有料広告を募集します。

- ◎カラー 3ヵ月: 60,000円
- ◎白黒 3ヵ月: 30,000円 (カラー、白黒とも最大6ヵ月まで)

市ホームページのバナー広告も随時募集しています。

募集要綱および申込書は、市ホームページをご覧ください。

◆お申し込み・お問合せ  
政策秘書課 秘書・広聴広報担当 TEL32-5063  
ホームページアドレス <http://www.city.koshu.yamanashi.jp>

良い品あります。



**昭和堂** P有 水曜定休

営業時間 10:00~19:00

嵐山下於曾 1541-1 32-1325  
(嵐山バイパス通り)

有料広告