

# 八ヶ岳総合スポーツクラブ 始動

本村のスポーツ振興は、村のスポーツ関係の皆様のご尽力により図られてきました。

しかし、近年ではサッカーなど一部競技において近隣市町村のクラブチームに加入しているジュニア選手が多くみられる状況です。また村からオリンピック選手を出したスピードスケートなどの種目でも、競技人口が激減しており、村内におけるスポーツ環境を変える時期にあります。

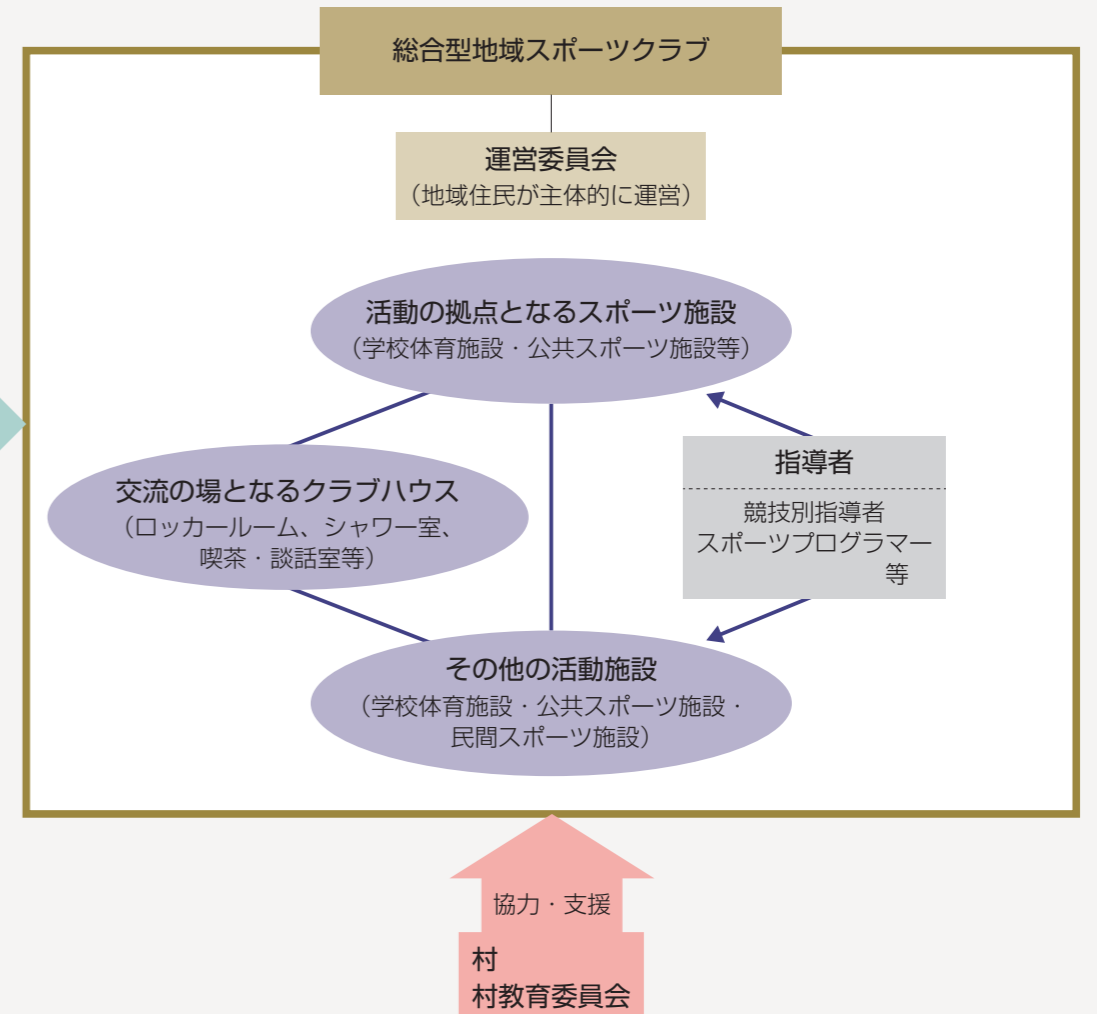
そうした中、文部科学省では生涯スポーツ社会の実現として「全国各市町村に少なくとも1つの総合型地域スポーツクラブをおく」という施策が掲げられています。一方では学校の働き方改革ということで総合型地域スポーツクラブが学校の部活動の受け皿に位置づけられてきております。

幅広い世代の人々が、各自の興味関心・競技レベルに合わせて、さまざまなスポーツに触れる機会を提供する総合型地域スポーツクラブは、本村の課題解決のための手段として設立されました。



八ヶ岳総合スポーツクラブ  
会長 清水 宏道さん

昨年からのメンバーでなんとか地域総合型スポーツクラブを立ち上げようということで、色んな働きをしてきました。地域総合型スポーツクラブということで園児・小学生から高齢者までスポーツができるようにしたい、それによって医療費が削減できたり、本格的なスポーツを目指している子どもたちの指導もできればと思っています。その中で働き方改革ということで、先生方が土・日曜日は指導できない問題もあり、それを何とか克服していきたいと考えています。最後に、地域総合型スポーツクラブの立ち上げながら地域の活性化もできたらと思います。



八ヶ岳総合スポーツクラブ  
代表 牛山 貴広さん

生まれ育った地域への恩返しをしたいと思ったのが、八ヶ岳総合スポーツクラブ設立のきっかけです。子どもたちには、スポーツを通して目標をもって何かに取り組むことの大切さや楽しさ、色んな経験をしてほしいです。また、高齢者の方々にとっても人生100年時代と言われる今、村内で参加できる場所を提供することで元気で長生きできる身体作りを日常的に行ってもらえるきっかけになればいいなと思います。



八ヶ岳総合スポーツクラブ  
アシスタントマネージャー  
中村 洋平さん

都会は、人口が多いので様々な競技のクラブチームがあり選手の数も多く、年齢や性別、人種を超えた環境でスポーツを行うことができます。村外のクラブチームに通いスポーツを続けている子どももいるようですが、村内に環境を整えることで村内からスポーツ選手を目指す子どもや次の世代に活動を繋げてくれる子どもが育つといいなと思います。移住されてくる方も増えている中で、交流の場になっていくことも期待しています。

# 体操教室



- 対象 主に高齢者  
(年齢の制限はなし)
- 開催日 毎週水曜日  
午後3時～午後3時30分
- 内容 トレーニング、ストレッチ、  
脳の体操
- 講師 田中 経義さん  
柔道整復師、鍼灸師、フィジカルコン  
ディショニングトレーナー
- 費用 1回500円

身体に痛みがなくなったら治療は終わり、というわけではありません。毎日の生活に体操やストレッチを取り入れることは、怪我の予防や姿勢改善など健康で元気で暮らせる身体作りのためには大切です。教室では、毎月テーマを決めてトレーニング等に取り組んでいます。ぜひ一緒に取り組んでみませんか。



# ダンス教室

- 対象 園児～小学生
- 開催日 毎週木曜日
  - ①午後4時10分～午後4時55分  
リズムダンス 園児
  - ②午後5時5分～午後5時55分  
JAZZダンス入門 小学低学年
  - ③午後6時～午後6時50分  
JAZZダンス入門 小学高学年
- 講師 唐沢 裕香さん  
ダンス公演や舞台、バックダンサー、ミュージカル等に出演経験あり。また公演やミュージカル等の振付も行う。
- 費用 月額4,000円(園児) 4,500円(小学生)



曲に合わせて振付を覚えたり、好きなアーティストのようにカッコよくポーズを決めたり体を思いっきり大きく使い踊りましょう！レッスンはストレッチ、筋力トレーニングを行ない柔軟性、リズム感、集中力も養っていきます！ダンスに触れるきっかけの場に、楽しさをみんなと共有し、心や体も元気にできる場にしていきます。

# 活動は始まっています

得意分野があり、指導をしてみたい方  
組織運営に興味があり、一緒に取り組んでくれる方を募集します。



応募

クラブの活動に興味のある方は、QRコードから  
お問い合わせください。



問合せ

生涯学習課 スポーツ係 ☎79-7950 (直通)

# サッカー教室



- 対象 小学生以上
- 開催日 毎週月曜日  
午後6時30分～午後8時
- 講師 菊池 和貴さん  
サッカー JFA公認コーチ
- 費用 月額1,000円



子どものうちにいい環境で練習ができ世界一の選手の話聞く機会など、将来に繋がる経験ができれば次の世代にも活動の輪が広がっていくと思います。まずは、遊びの1つとしてサッカーに取り組んでほしいです。その中で、将来サッカー選手になりたいという目標をもつ子どもたちが原村で活躍できるような環境を整えていきたいです。





原小学校・原中学校 学校応援通信

# 学校応援団員 募集中!

(ボランティアさん)

原小・中学校では、信州型コミュニティスクールを立ち上げ地域と共に歩む学校を目指しています。

この活動をとらして、児童・生徒が村のために何ができるかを考え行動に移せる活動に繋がっていきたいと思います。そのため、次の教育活動にご協力いただける方を募集しています。

団員は、随時募集しています。メーリングリストへの登録(71095820@ra9.jp)からメールを送信または、QRコードから登録をお願いします。



### 主な教育活動

- 登下校時の見守り
- 読み聞かせ
- 原村を知る(歴史・文化等について一緒に学ぶ)活動
- オンライン授業等への協力
- 授業の手伝い(プリント準備・提出物の記録等)
- クラブ活動等への協力
- 学校参観(校長等との懇談)

問 原小学校 ☎79-2123 (直通) 原中学校 ☎79-2455 (直通)

# 8月から新しい被保険者証で受診してください

問 保健福祉課 医療給付係 ☎79-7926 (直通)

国民健康保険加入者のみなさんが現在使用している被保険者証(うぐいす色)は、令和4年7月31日有効期限が切れますので新しい被保険者証をお送りいたします。

- ・新しい被保険者証の色は、「藤色」です。
  - ・令和4年8月1日からは新しい被保険者証をご使用ください。
  - ・70歳以上75歳未満の方は、「被保険者証兼高齢受給者証」です。
  - ・有効期限は、令和5年7月31日です。(下記の場合は異なります)
    - 70歳になる方は、誕生月末日まで(誕生日が1日の場合はその前月末日まで)\*1
    - 75歳になる方は、75歳の誕生日の前日まで\*1
- \*1 期限が近づきましたら新しい被保険者証が届きます



- ・被保険者証の裏面には、臓器提供に関する意思表示を行う欄があります。こちらに記入することで、臓器提供の意思表示をすることができます。記入後は、被保険者証台紙に張り付けられている個人情報保護シールを貼ってください。
- ・古い被保険者証は裁断して各自で破棄していただくか、役場1階保健福祉課医療給付係までご返却ください。

## 他の公的医療保険(職場の健康保険等)に加入されている場合は…

すでに他の公的医療保険に加入されている方は、原則14日以内に国保脱退の届け出を行ってください。

### 届出が遅れると…

- ・国保税(料)を重複して支払っている場合があります。
- ・国保の資格のない期間に国保の被保険者証を使用したときは、国保が負担した医療費を返還していただく場合がありますので他の公的保険の加入日からは、国保の被保険者証は使用しないでください。
- ・国民健康保険資格喪失後の被保険者証の回収にご協力ください。

### 届出に必要なもの

- ① 国保及び新たに加入した社保の被保険者証(国保を脱退する全員分)
- ② 本人確認書類
- ③ 個人番号がわかるもの(世帯主及び被保険者分)



## ちょこっと環境メモ

[ 今回は、屋根置き太陽光発電に関するQ&Aです ]

**Q** 初期費用を準備するのが大変なのですが…

**A** 事業者が初期費用を一時負担して、太陽光発電設備を設置し、住宅所有者は電気料金又はリース料を支払うことで、初期費用0円で設置できるプランもあります。設置後、一定期間(概ね10年間)は、電気料金又はリース料金の支払いが必要ですが、一定期間経過後は、設備が無償譲渡されます。

(注) 利用条件は契約内容によって異なるため、各事業者にご確認ください。

**Q** 屋根置き太陽光発電のメリットは?

**A** ・太陽光発電はクリーンで枯渇しない、再生可能エネルギー

・電気代節約

・災害による停電時にも利用可能

・新築だけでなく既存住宅にも設置可能

・既存住宅への設置は、県・村の補助金を活用できます

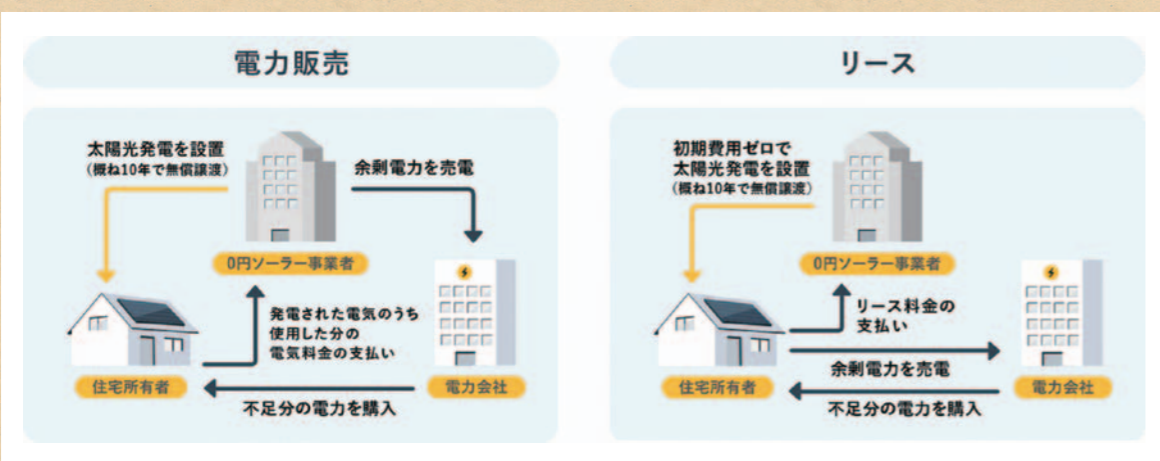
詳細は

**Q** 屋根置き太陽光発電って?

**A** 屋根に太陽光パネルを取り付け、太陽光を電力に変換し家庭で利用できます。太陽光の発電量がご家庭の使用電力量を上回ると、余った電力を電力会社に売電することができます(固定価格買取制度)。

**Q** 屋根置き太陽光発電って?

**A** 屋根に太陽光パネルを取り付け、太陽光を電力に変換し家庭で利用できます。太陽光の発電量がご家庭の使用電力量を上回ると、余った電力を電力会社に売電することができます(固定価格買取制度)。



(出典) 環境省HP 「再エネスタート」HP

