

#ミライキッズ

さんいん
2023

#さんいん #05 #夏号

夏を
あそびたおしちゃん！



募集中！

参加者



参加
無料

実施した測定結果をアプリで確認！全国平均との比較も！

実施
種目



鉄棒ぶら下がり



ボール投げ



両足連続跳び越し



25m往復走

対
象

3歳以上の未就学児と
保護者さま

2023

7.22 土

@島根県立大学
松江キャンパス

申込締切

7.12 水

場 所 島根県立大学松江キャンパス アリーナ
松江市浜乃木7丁目24-2

時 間 午前 ▶ 10:00～12:00 午後 ▶ 13:30～15:30

参加方法 事前申込制(親子先着30組)
午前、午後どちらか一方でお申込みください

お問合せ 島根県立大学短期大学部保育学科体育教育学研究室
梶谷朱美(教授)

TEL:0852-20-0243 (平日9:30～17:00)
mail:a-kajitani@u-shimane.ac.jp



2023

8.5 土 8.6 日

@TSKまつり

場 所 TSKさんいん中央テレビ本社
松江市向島町140-1

時 間 午前 ▶ 10:30～12:00 午後 ▶ 13:30～15:00

参加方法 当日受付

*申込不要。イベント内のミライキッズ体力測定受付にお越しください。
混雑状況により、受付制限をさせていただく場合があります。
*受付は各回の30分前に締め切らせていただきます。
*悪天候の開催可否については、TSKホームページをご覧ください。

お問合せ TSKさんいん中央テレビ 営業局本社営業部
TEL:0852-21-6911

～ 日常生活の中でからだを動かそう～

おやこさんぽ!!



監修
梶谷 朱美 先生

島根県立大学短期大学部
保育学科教授
(体育教育学研究室)

- 1 運動時間の減少
- 2 学習以外のスクリーンタイムの増加
- 3 肥満である児童生徒の増加

※スクリーンタイム...
平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、
ゲーム機による映像の視聴時間

← 3 主要要因は
つあります →

令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果（スポーツ庁令和4年12月公表）によりますと、体力合計点は、令和元年度から連続して小・中学校の男女ともに低下しています。また、全国の小学5年生と中学2年生を対象に体力や運動能力を調べる今年度の国の調査で、50メートル走やボール投げなど8項目の合計の全国平均が小・中学校ともに調査を始めてから最も低くなりました。

参考文献

1. スポーツ庁・令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果
2. Abe T, Kitayuguchi J, Fukushima N, Kamada M, Okada S, Ueta K, Tanaka C, Mutoh Y. Fundamental movement skills in preschoolers before and during the COVID-19 pandemic in Japan: a serial cross-sectional study. Environ Health Prev Med. 2022;27. <https://doi.org/10.1265/ehpm.22-00049>

ミライキッズさんいん 体力測定@県立大に参加すると...



島根県立大学短期大学部保育学科

梶谷研究室が作成した冊子を
プレゼントします!

(体力測定会については表紙をご覧ください)



この傾向は、幼児も同じでからだを動かす機会が減り、運動遊びが制限され、体力・運動能力が低下しています。

島根県雲南市で行われている運動能力調査のうち、コロナ前（令和元年）とコロナ禍（令和2年）の比較検討の結果、3歳児〜5歳児までのすべての学年において、ソフトボール投げの記録が下がっていることが報告されています。

幼児について、冊子「ミライキッズ」では、これまでも「元気に遊ぼう!」「親子で遊ぼう!」「お手伝いで遊ぼう!」など、暮らしの中での運動感覚づくりや遊びを通しての総合的な経験を紹介してきました。日常生活の中で、親子でからだを動かすことを意識し努力していきましょう。

今月号のテーマは、「親子さんぽ」です。

In 育英幼稚園・保育園・育英北幼稚園

実施日
2023 4月



園実施の測定会として、
春秋にミライキッズ体力
測定を採用してくださって
います。

先生やお友だちの声援を
受けながら、とても頑張っ
ていました!

明日のミライを生きる、子どもたちのために。

#ミライキッズ Project

子どもたちが健やかに成長し、自由な夢を描くことができる未来を作ることを目的に、ミライキッズは大きく2つの取り組みを中心に、地域と一体になり子どもたちの心身の健康、体力向上を目指すプロジェクトです。

全国19都県で #ミライキッズ が実施されています!



子育て家族が「いま知りたい」情報がいっぱい!

家族みんなで参加できるイベント情報
や子育てに関するコラムなど、役立つ情
報が満載!皆さんの「#ミライキッズ」投
稿もご紹介しています。



WEBも
要チェック!

「ミライキッズさんいん」プロジェクトは、島根県・島根県教育委員会・松江市・松江市教育委員会・公益財団法人島根県スポーツ協会・島根県スポーツ少年団の後援をいただいています。

ミライキッズさんいん
なにあに?

てくてくさんぽ ～おやこでいっしょにあるこう～

外遊びのすすめ!!

散歩は睡眠の質に好影響を与えることから、生活リズムを整えます。また、会話することで気持ちのリフレッシュにもつながります

親子で会話を楽しみながら「てくてく」歩くことが最高!

point 2

マイ親子散歩コースを見つけよう!

- 1 親子で手をつないで歩ける道幅や交通量を見極めてください。
- 2 島根県は自然環境や文化的な施設がいっぱいあります。進んで地域を散策しましょう。
- 3 休憩場所の有無なども事前に調べておくとう便利です。

point 1

親子で散歩すると

- 1 乳幼児にとって、外気に触れることで皮膚や呼吸での免疫力が付き抵抗力が高まる
- 2 道路の凸凹や地形によっていろいろな「歩く」が期待できる
- 3 季節による気候の変化や植物の変化を感じる感性や感覚を育てる
- 4 家族や地域の人との触れ合いによる愛着育成やコミュニケーション能力の高まりも
- 5 大人にとってもストレス解消、気分転換になったり、子どもとの時間を楽しんだりできる効果があります!

実施報告!

子ども体力測定

各回たくさんのお友だちに参加していただきました!

In 島根県立大学松江キャンパス(冬)

実施日
2022 12/18

体力測定のほかにも、学生さんといっしょにうんどうあそび体験。
スラックラインなどにも挑戦しました!



ボール投げが苦手なようなので、公園遊びの際に意識してキャッチボールをするなどしていきたいと思いました。

前回よりも記録が延びており、成長を感じました。子供自身もチャレンジしたい気持ちと自信がさらに高まったと思います。

走るだけでなくジャンプやボール投げなど色々な動きに取り組めてよかったです。

参加して下さった保護者の方の感想

帰ってから嬉しそうに家族に話をしており大満足だったようです。

In「エネルギーラグビースクールinまつえ」

実施日
2022 11/20



中国電力ラグビー部主催のラグビー教室に参加したキッズたちが、元氣よく体力測定に参加してくれました!



ミライキッズ2023

ジョウ ホウ キョク

パートナー教室情報局



TABLE TENNIS



さんびるアカデミー卓球塾

卓球は気軽に始められる今大人気のスポーツ!!
キッズ初心者教室に通う生徒さんは現在約70名!
全国大会で優勝、入賞経験のあるスタッフが、ラケットの持ち方から丁寧に指導します。

【対象】年中～小学6年生

【日時】17:00～18:30(水曜日・木曜日)
10:30～12:00(土曜日・日曜日)

事務局:松江市乃白町薬師前3-3
☎0852-67-5880

BALLS CHULE



バルシューレSKSS

ドイツ生まれの運動プログラムがあり、運動が苦手、運動をこれからはじめる子へのスポーツの入り口となるボール教室です。「できた」「できる」の実感を大切にします!

【対象】3才～小学3年生

【日時】・出雲校(水/土/日)・松江校(木/金/土/日)
・米子校(木/土) ※詳しくはお問合せください。

事務局:松江市乃白町薬師前3-3
☎0852-20-7782(平日) / 080-2900-2543(土日)

GYMNASICS



さんびるSUNキッズ

マット運動やなわとび、体幹トレーニング・アジリティトレーニングなど、他では経験することのないさまざまなメニューで、こどもたちの身体能力を伸ばします。運動が苦手な子も安心して楽しくからだを動かせます!

【対象】年少～小学校3年生

【日時】幼児コース 16:30～17:30(火曜日)
小学生コース 17:30～18:30(火曜日)

事務局:松江市乃白町薬師前3-3
☎0852-20-7782

SPORTS



スターワン キッズスポーツ

子どもたちにスポーツの楽しい!・出来た!をサポートします。

- スポーツスタートクラス(2・3歳クラス)
 - キッズクラス(平日クラス)…色々なスポーツを体験
 - チャレンジクラス(土日クラス)…苦手克服を目的
 - バスケットボール基礎クラス
- 各クラススケジュールに沿って開催しています! ※詳しくはお問合せください。

開催場所:松江市総合体育館 ほか
☎starone.kidssports@gmail.com

運営・発行 ミライキッズさんいん実行委員会

☆パートナー教室・協賛スポンサー
体力測定イベント開催スポンサーを募集しています

TSK
さんいん中央テレビ

山陰中央テレビジョン放送株式会社
島根県松江市向島町140-1



MediaScope

株式会社メディアスコープ
島根県松江市北陵町51-3



cocolo+
ココロプラス

株式会社 ころプラス
神奈川県横浜市中区山下町162-1-207

お問い合わせ

☎info@ms-ltd.co.jp ☎0852-31-9011 (株式会社メディアスコープ 担当:中村)

発行日:2023年7月1日 株式会社メディアスコープ 冊子制作:株式会社 吉田写真堂 / YOSHIDA DESIGN BU

もっと自然に
もっとあなたらしく



＼ 今だけの愛しい姿を写真に /

5月～8月
限定

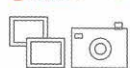
753

必要なものがすべて入ったお得なプラン!

前撮りプラン

和装・洋装
撮影データ
30カット衣装
1着平日 39,600円
土日祝 44,000円和装・洋装
撮影データ
50カット衣装
2着平日 50,600円
土日祝 55,000円プラン
内容

① 撮影データ



② 当日衣装

③ 着付けヘアメイク
(撮影当日)④ お出かけレンタル衣装
(ご祈祷日用)

**YOSHIDA
PHOTO STUDIO**
SINCE 1972

株式会社吉田写真堂
tel.0852-67-6123

〒699-0111
島根県松江市東出雲町
意宇南1丁目5-5

LINEは
こちらから!WEBサイトは
こちらから!