

未来の冬季オリンピックメダリストの育成を目指す

# SWAN スワン Superb Winter Athlete NAGANO プロジェクト

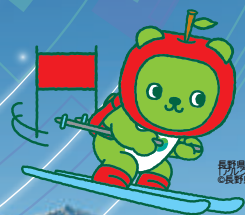
ミラノ・コルティナ2026冬季オリンピックに修了生が出場!!



フリースタイルスキー  
女子モーグル  
富高 日向子 選手 (2期生)

リュージュ 男子1人乗り  
小林 誠也 選手 (5期生)

フリースタイルスキー  
女子スロープスタイル・ビッグエア  
近藤 心音 選手 (5期生)



長野県キャラクター  
七尾野原アルクマ

募集締切  
令和8年8月18日(火) TUE  
**18期生募集**

対象 **小学校 4・5・6年生**

種目

スケート (スピード)  
スキー (アルペン・クロスカントリー・モーグル・スノーボード)  
リュージュ、スケルトン、カーリング



【主催】

**SWANプロジェクト実行委員会**

【事務局】長野県観光スポーツ部スポーツ振興課  
(TEL026-235-7449)

【連携団体】独立行政法人日本スポーツ振興センター (JSC)  
ほか多数



詳細はこちらから



長野県

**スポーツくじ**



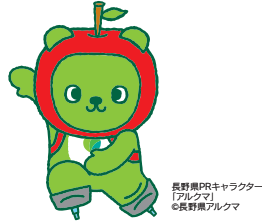
スポーツ振興くじ助成事業

# SWANプロジェクトとは？

SWANプロジェクトは、長野オリンピックの遺産である人的・物的・環境資源を最大限に活用しながら、世界で活躍する競技者となる夢とチャンスを与えることを目的とし、様々な育成プログラムを展開しています。

## 育成について

- 月2、3回長野市を主会場として開催
- 原則、火曜日の19：00～21：00まで
- 中学校卒業時まで育成を行います（ソリ系・カーリングを除く）
- 会場へは保護者等の送迎を原則とします
- ユニフォーム等で費用負担が発生します
- 共通プログラム**と**種目別プログラム**を実施



### 共通プログラム（メンバー向け年35回、保護者向け年5回程度）

○**フィジカルトレーニング、スポーツ教育、保護者サポートプログラム**等  
内容：フィジカル、コンディショニング、メディカルチェック、コミュニケーション、スポーツ心理学、スポーツ栄養学、スポーツ医学、オリンピック教育

### 種目別プログラム

○**競技団体における強化等**  
※基本的に各クラブに所属し、冬期間はクラブの計画に沿って練習を行います。  
※種目別強化練習、合宿を実施します。

## トレーニングの様子

### フィジカルトレーニング



チェック

（体力測定・メディカルチェック）



種目別トレーニング

各競技団体から派遣されたコーチによる種目に特化したトレーニング



チェック → フィードバック → トレーニングのサイクルで1人1人の力を着実に伸ばします!!

延べ  
28回

### フィードバック

担当トレーナーとの面談で自分の強み弱みを把握し、トレーニングの方向性を確認



### 4サイクル実施

正しいトレーニングの姿勢、方法を確認。個々の課題の克服を目指す。



フィジカルトレーニング



## 修了生からのメッセージ

2期生 モーグル競技  
富高 日向子 選手（多摩大学）

私は小学4年生の時に、SWANプロジェクトの2期生として合格しました。東京に住んでいたため参加が難しいこともありましたが、できる限り参加し、トレーニングに励みました。SWANに入るまではトレーニングの習慣があまりありませんでしたが、SWANでの活動を通してその大切さを実感し、努力を続けることができました。そして今年2月のオリンピックではメダルには届かなかったものの、4位入賞という結果を残すことができました。SWANの学びや経験が私を強くしてくれました。



左：小林誠也選手、中央：富高日向子選手 右：近藤心音選手  
令和8年5月21日 長野県スポーツ栄誉賞授与式にて

Superb Winter Athlete Nagano

# PATHWAY

トップアスリートとして

# 世界へ!!

**育成**

中学3年生まで

## SWANプログラム

共通プログラム & 種目別トレーニング

**発掘**

小学4～6年生

**選考会**



長野県PRキャラクター  
「アルクマ」  
©長野県アルクマ

## スポーツ教育

トレーニング論、栄養学、ケガの予防、メンタルトレーニングなどアスリートに必要な講義を厳選して実施!



延べ  
10回

## 夏季合宿



年  
1回

軽井沢で2泊3日、動作分析に特化したトレーニング、オリンピックからの特別講義を実施（2025年実績）

## 保護者プログラム



年  
4回

アスリートの食事、コンディショニングについて保護者の方向けに講義を開催

2025/2026

## メンバー・修了生 主な成績

### ■メンバー

各種目・各年代の選手が、全国大会で素晴らしい成績を収めています。

小学生年代全国大会	入賞5名
全国中学校体育大会	優勝4名・入賞8名
全日本ジュニアスキー選手権	優勝1名・入賞4名

### ■修了生

ミラノ・コルティナオリンピックに3名出場!  
富高日向子選手が モーグルで4位、  
デュアルモーグルで7位入賞  
ワールドカップに6名出場! (2名入賞)

全日本選手権	優勝2名・入賞6名
国民スポーツ大会	入賞8名
日本学生選手権	優勝2名・入賞2名
全国高等学校総合体育大会	優勝3名・入賞2名

## 選考会の日程

1次選考会は、2日間の日程から希望日を選択できます。

第1次選考会  
(いずれか1日)

①

令和8年9月26日(土)  
会場：南長野運動公園総合運動場体育館

②

令和8年10月3日(土)  
会場：真島総合スポーツアリーナ（ホワイトリング）

第2次選考会

令和8年10月24日(土)  
会場：南長野運動公園総合運動場体育館

## 募集対象者及び応募資格

募集対象者	小学校4・5・6年生 (種目経験の有無は問いません。また、各競技団体から若干名の推薦枠を設けます。)
募集種目	スケート(スピード)、スキー(アルペン・クロスカントリー・モーグル・スノーボード) リュージュ、スケルトン、カーリング
応募資格	・世界で活躍する競技者となる夢を持っている方 ・共通プログラム(月2・3回程度、長野市を中心会場として、原則火曜日の19時から21時まで)に参加可能な方 ・専門種目トレーニング等に参加可能な方 ※カーリングは、軽井沢町または御代田町のカーリングクラブ、リュージュ・スケルトンは長野県連盟(長野市)に所属して活動していただきます。

## 申込方法及びお問い合わせ先

↓下記の二次元コードからお申し込みください。



**申込期限 8月18日(火)17:00**

【留意事項】○選考会の1週間前までに連絡事項を郵送にて通知します。

【問い合わせ先】 長野県観光スポーツ部スポーツ振興課  
電話 026-235-7449 (担当 土橋) メール swan@pref.nagano.lg.jp



**Q** 冬季競技をやっていませんが、応募できますか。

**A** 応募することができます。冬季競技に興味・関心があり目標を持っている人は大歓迎です。冬季種目以外のスポーツをやっていても、続けながら応募できます。

**Q** 選考会で合格しなかった場合、来年度も応募ができますか。

**A** 応募できます。小学4・5・6年生を募集する予定です。

**Q** 費用はどの程度かかるのでしょうか。

**A** 受講料はかかりませんが、会場までの送迎、ユニフォーム代、入場料、リフト代、合宿代等は自己負担でお願いします。

**Q** プログラムの特徴は？

**A** 元オリンピック選手等、経験豊富な指導者から指導を受けることができます。スポーツトレーナー、スポーツドクターから、常にケガや体調管理について適切なアドバイスを受けることができます。

**Q** 育成期間が終了した後は、どうなるのでしょうか。

**A** 育成状況(大会成績)等を考慮して、県内競技団体との連携を図りながら、次のステップに進むことができます。(年代別ナショナルチーム入りしている修了生もいます。)なお、育成中又は育成終了後に種目転向もできます。

**Q** 申込申請の「競技歴」とはなんですか。

**A** 「競技歴あり」とは、クラブ・チームに属している人、競技経験のある人、コーチから指導を受けている人を言います。「競技歴あり」「競技歴なし」は選考とは無関係です。「競技歴あり」の人は、スピードスケート、アルペンスキー、カーリング等具体的な競技名を選択してください。