

総合型地域スポーツクラブを核とした活力ある地域づくり推進事業実践事例

都道府県名 福井県 受託団体名 福井県教育委員会(福井県広域スポーツセンター)

実践テーマ 働き盛りの年代のスポーツ参加機会の創出

～総合型地域スポーツクラブを主体に、地域の企業や関係機関との連携により、働き盛りの年代がスポーツに親しみやすい環境を整える～

【テーマ設定の理由】

福井県鯖江市には平成12年9月に設立された「NPO法人さばえスポーツクラブ」があり、本県における総合型クラブのモデルとなっている。さらに、平成18年3月には「東陽スポーツクラブ」、平成19年3月には「鯖江北コミュニティスポーツクラブ」が設立され、市内3中学校区にひとつずつ総合型クラブが立ち上がり、3クラブの連絡協議会も組織され、市を挙げて生涯スポーツの推進に努めている。しかし、各総合型クラブとも小・中学生がクラブの半数を占め、働き盛りの年代の会員が少ないという現状がある。また、市民の生涯スポーツに関する意識・実態調査では、働き盛りの年代、特に30～40歳代で週1日以上運動やスポーツを実践した割合が他の年代と比較して低いという結果があり、これらの年代が運動やスポーツに親しめる機会を構築する必要がある。

また、平成20年4月より「特定健康診査・特定保健指導」がスタートし、メタボリックシンドローム等の生活習慣病の予防・改善のための対策が必要になってくる。メタボリックシンドローム等の予防・改善には運動が効果的であり、働き盛りの年代に運動やスポーツに親しむ機会を創出することは、このことから地域における重要な課題である。

内閣府の体力・スポーツに関する世論調査では、働き盛りの年代では「時間がない」という理由の他、「場所がない」「仲間がない」「機会がない」という理由で運動やスポーツに親しめないことが分かる。総合型クラブの支援によりその弊害を取り除いて運動やスポーツに参加できる機会を創出することで、働き盛りの年代が運動やスポーツに親しむことができる環境を整えることを目指し、テーマを設定した。

- ・ 企業等と連携し、ウォーキング等の運動継続によりメタボリックシンドローム退治や体力向上を目的にする人々に対するスポーツ参加機会の創出
- ・ 託児所を設け、子育て等で多忙な人々に対するスポーツ参加機会の創出
- ・ 仕事等の事情で運動やスポーツに親しむ時間や場の確保が困難な人々に対する企業等との連携による、取り組み易いニュースポーツでの職場単位におけるスポーツ参加機会の創出
- ・ 企業や一般の人々への総合型クラブの認知度を高め、企業との連携や協力体制の構築

実践クラブ評価委員会

赤星哲志(県体育協会専務理事)

三上肇(福井大学 教授)

加藤重光(鯖江市スポーツ課長)

横山幹夫(県スポーツ保健課主任)

相馬幸右衛門(県レクリエーション協会 会長)

多田信彦(クラブ育成アドバイザー)

中ヒロ子(県体育指導委員協議会 会長)

課題解決のために連携をとった機関・団体

- 福井県体育指導委員協議会
- 福井県スポーツ医・科学委員会
- 福井県レクリエーション協会
- 鯖江市役所

【上記機関・団体と連携をとった効果】

総合型地域スポーツクラブ単独では、講師等の人材の確保、新しい情報の確保、提供が困難であった。今回、新規事業を行うにあたり、福井県体育指導委員協議会・福井県レクリエーション協会に各事業の講師派遣、審判委員、指導委員の協力などを依頼し、スムーズな運営が可能となった。ニュースポーツや指導方法についても情報を提供していただいた。福井県スポーツ医・科学委員会には、指導者養成講習会の講師をお願いし、(財)日本体育協会公認スポーツリーダー養成コースを企画、指導者のレベルアップに努めた。鯖江市役所には、市民への広報活動に協力をいただき、幅広い層への参加機会の提供が可能になった。

実践クラブ名 NPO法人 さばえスポーツクラブ

【クラブ概要】

- ・設立年月日 平成 12 年 9 月 1 日 設立
- ・クラブ所在地 福井県鯖江市東鯖江3丁目6-10
- ・クラブの特色 設立されて8年が経過し、平成14年にはNPO法人格を所得し、週末小・中学生対象講座(クラブスクール)、一般対象講座(クラブサークル)を開講している。学校とのつながりの深い総合型地域スポーツクラブとして先駆的役割を果たしており県内外から視察者が多い。地域ぐるみで小・中学生の健全育成を図り、クラブ会員の半数以上が小中学生である。
平成19年度生涯スポーツ優良団体として、文部科学大臣表彰受賞している。
- ・クラブマネジャーの活動状況 常勤(週4日以上)、有給
- ・会員数(H20.7.1現在) 993 人 ・定期活動種目数 30 種目
- ・会費の種類と金額
 - ファミリー会員 12,000円
 - 個人会員 5,000円
- ・平成20年度総予算額 9,200,000 円

実践プロジェクト① スポーツフェスティバルの開催

◆プロジェクトのねらい

「スポーツの楽しさを味わい、スポーツに親しむきっかけづくり」を目的に行われた。また、ドクター相談を開設し、日頃からの悩みや健康管理について相談を受ける機会を設けた。

◆実施概要

- (ア) ニュースポーツ等体験教室
スポーツ吹き矢・おもしろなわとび・ファミリーバドミントン・シャッフルボード・スティックリング・トランポリン・ディスクゲッター・ビーチボール・エアロビクス・フェンシング・陸上競技・ボクシング
- (イ) ドクター相談会
- (ウ) 実践クラブのプログラム紹介

◆参加者数 511 人

◆活動の様子



◆評価

一般市民に広く呼びかけ盛大に開催され、老若男女、約500名の参加者で賑わった。日頃なじみのないニュースポーツを多く取り入れ、参加者にも大変好評で、新規会員獲得のチャンスにもなった。スポーツドクター健康相談も行われ、特に学生の相談が多数あった。

実践プロジェクト② ウォーキング教室の開催

◆プロジェクトのねらい

ウォーキングの継続によりメタボリックシンドローム退治や体力向上を目的にする人々に対するスポーツ参加機会の創出を目的に行われた。自己管理メニュー講習会や万歩計の配布により、教室のない日や教室終了後も、各自が進んで、楽しく継続ができることをねらいとした。

◆実施概要

- (ア) 効果的なウォーキングに関する理論講習会
- (イ) 自己管理メニューの作成研修会
- (ウ) ウォーキング実技講習会
- (エ) 万歩計(育成散歩計)を活用した個々による継続的ウォーキング
歩数等ランキング・情報提供・定期的な健診(体脂肪率等)
- (オ) ウォーキング大会(ツデーマーチ)への参加

◆参加者数 198 人

◆活動の様子



◆評価

万歩計を参加者全員に配布し、毎日の自己管理として利用、記録表に記入して継続を意識できるようにした。毎日、各自で万歩計を利用していきながら、講習会では歩き方や体の歪み確認などを行い、徐々に歩く距離を伸ばし、会場周辺を散策しながらのウォーキングコースを設定した。今回、参加者に配布した万歩計については好評で、約40日間で多い人では70万歩を記録し、参加者の中には、「万歩計のお陰で、歩く意識が高まった」、「ウォーキングをはじめてから血液検査の数値が基準値に回復した」などの意見が多く出ていた。

◆プロジェクトのねらい

託児所を設け、子育て等で多忙な人々に対するスポーツ参加機会の創出を目的に行われた。また、仕事等の事情で運動やスポーツに親しむ時間や場の確保が困難な人々に対して職場単位に講師を派遣し、スポーツ参加機会の創出することを目的として出前教室を行った。

◆実施概要

(ア) 体力測定の実施

(イ) 定期的運動プログラムの提供

エアロビクス・ヨガ・メタボ体操・フラダンス・ピラティス

(ウ) 企業へのエアロビクス出前教室

仕事で忙しい人が職場でエアロビクス等が体験できるように講師を派遣

◆参加者数 436 人

◆活動の様子



体力テストの様子



定期的運動プログラムの様子



企業への出前講座の様子

◆評価

今回の定期的運動プログラムにおいては、育児中の年齢層の参加を促すことを目的に託児所を設け事業を行った。託児については非常に好評で、19世帯32名の乳幼児をお預かりすることとなった。また、仕事で忙しく、運動機会の得られない方々を対象に、職場へ講師を派遣し運動を体験していただく出前講座を行った。少人数の講座では、食堂を利用したエアロビクス運動やヨガをスペースを有効に使って行われた。大規模では、70名で職員研修の機会として市内体育館を使つてのエアロビクスが行われた。また、小学校の先生方と父兄、子どもたちを交えた講座なども行われ、職場のニーズに合わせた企画で非常に好評であった。

実践プロジェクト④

職場対抗ビーチボールバレー交流大会

◆プロジェクトのねらい

仕事等の事情で運動やスポーツに親しむ時間や場の確保が困難な人々に対する企業等との連携による、取り組み易いニュースポーツでの職場単位におけるスポーツ参加機会の創出を目的として行った。

◆実施概要

職場単位でビーチボールを配布し、昼休み等の時間に気軽に練習してもらい、交流大会を実施した。18チームが参加し、性差、年齢差を問わず職場単位でのプレーを楽しんだ。

◆参加者数 102 人

◆活動の様子



◆評価

ビーチバレーボールという取り組み易さが好評で、職場単位での参加で気軽さもあり、多くの参加者があった。参加チームの中には、相当の練習をしているチームもあり、レベルの高い試合も多かった。参加者は、全体的に勝ち負けにとらわれず、プレーを楽しんでいた。

実践プロジェクト⑤

指導者養成講習会

◆プロジェクトのねらい

実践クラブ指導者や実践クラブで継続的な指導をする者を対象に、資質向上を目的に講習会を開催した。

◆実施概要

財団法人日本体育協会公認スポーツリーダー養成コース
◇指導計画と安全管理(1.5h)◇スポーツと栄養(1h)◇地域におけるスポーツ振興(1.5h)◇文化としてのスポーツ(1.5h)◇トレーニング論Ⅰ(1.5h)◇スポーツ指導者に必要な医学的知識Ⅰ(3h)◇ジュニア期のスポーツ(2h)◇指導者の役割Ⅰ(2h)◇検定試験

◆参加者数 20 人

◆評価

実践クラブ指導者の資格取得は、全国的にもあまり進んでいないのが現状で、さばえスポーツクラブにおいても例外ではない。今回、財団法人日本体育協会公認スポーツリーダー養成コースを受講し、上位資格に結びつく基礎資格を取得した。今後、多岐にわたる会員のニーズにこたえていく上で有意義な講習会となった。

本事業の成果

- ・企業の出前講座については、新聞広報を行ったところ希望が多く一日で予定数に達成した。運動参加機会の少ない働き盛りの年代に企業単位でのニーズが大きいことがわかり、これまで運動参加機会の少なかった方に体を動かす時間を提供することができた。
- ・託児所を設置したシェイプアップ大作戦においては、日頃育児のために運動機会の少ない方が多数参加し、「今後も是非、託児を希望する」という声が圧倒的に多かった。事業前の狙いどおり、アンケート回答にも多かった「育児・家事で運動する機会がない」という働き盛り年代に、運動への参加機会を提供することができた。
- ・各事業においてクラブ会員以外の方が多数参加し、総合型地域スポーツクラブをアピールするよい機会となった。今回の事業参加がきっかけで、新しくクラブに入会し、継続的に活動する方もでてきた。

本事業の課題と今後の取組

- ・ウォーキング講習会については2カ月の期間で4回、定期的プログラムの提供について3カ月で10回実施した。参加者からの実施後のアンケートにより、期間・回数・内容について幅広いニーズがあることがわかった。次年度に向けて、再度ニーズ調査が必要である。
- ・託児については、参加者からのニーズも強く働き盛り年代の女性参加には不可欠であることは明らかになった。今回の事業では、当初の予定以上の32名(19世帯)の託児希望があり、保育士では手が足りず、学生ボランティアなどをお願いして対応した。また、体育施設の会議室などを利用した託児所の設置であるため、安全面、スペースの確保などに苦労した。今後働き盛り年代の活動機会の増加に向けて、環境整備、人員確保の課題が残った。
- ・アンケート結果から、鯖江市においては平成9年度の調査と比較して、運動の二極化が進んでおり、積極的参加者が増加しているのは好ましいことである。しかし一方では消極的な方も増加しており、原因の把握と対策が急務である。また、スポーツ振興の期待において、「地域のコミュニティの形成・活性化」「親子や家族の交流」を望む声が多く、今後ますます新しい事業計画が必要である。

(本件問合せ先： 福井県広域スポーツセンター 0776-36-1544)