

特集

行政・教育機関・自治会と連携した活動を行っているクラブ

出前型体操教室やノルディックウォーキングを開催して地域との連携を深める

NPO法人 さばえスポーツクラブ

安定したクラブ運営に欠かせないのが行政・教育機関・自治会と連携した活動ですが、会員数1,100人を超える大型スポーツクラブの「さばえスポーツクラブ」においても同様です。提案型市民主役事業を受託し、出前型健康体操教室やノルディックウォーク教室を開催して地域との連携を深めています。その取り組みをご紹介します。

♂ キーポイント

- ◎ リスタート・フレッシュアップ事業の受託
- ◎ 健康教室の開催で高齢者の会員も増加
- ◎ 競技がつないだ“人”と“クラブ”の輪
- ◎ それぞれの役割を明確化

1 | クラブ概要

『自由に楽しく気軽に参加できて、互いに教え合い学び合い、いつでもできる交流クラブ』を理念に掲げ、地域住民が自分たちの手でつくるスポーツクラブです。15健康教室、15スクール、23サークルの活動を展開しており、子どもから高齢者まで、その時々好きなスポーツを自由に楽しめるクラブです。

家庭や学校といった垣根を取り外し、子どもは地域で育てるというスポーツを通した地域づくりを目指します。スポーツを続けてきた人はもちろんのこと、初めてスポーツをする人も気楽に入会でき、従来の枠にとらわれず、専門の指導者から年齢に関係なく一貫した指導をそれぞれのレベルに応じて受けることができます。また、平成25年度からは、文部科学省より委託されている『地域スポーツとトップスポーツの好循環推進プロジェクト』を実施（今年で3年目）し、地域の小学校や中学校の体育支援、地域のスポーツ少年団へトップアスリートを派遣して地域・学校との連携を深めています。

2 | きっかけはリスタート・フレッシュアップ事業の受託

鯖江市が、鯖江市民の自治力を高めることを目的として実施している提案型市民役事業の中で、スポーツ課が募集するリスタート・フレッシュアップ事業を受託したことが、行政と自治会、他団体と連携していくきっかけになりました。

応募にあたっては、当クラブは、文部科学省の「地域スポーツとトップスポーツの好循環推進プロジェクト」を福井県内で初めて受託したクラブでもあり、事業に対しての柔軟さや臨機応変に対応できる力があること、また、サポートする理事・ボランティア・インストラクターなどの体制があることにより、事業終了後の受け皿があることを特色としました。

※リスタート・フレッシュアップ事業とは、肥満による生活習慣病やメタボリックシンドロームの危険性が叫ばれている中で、戦後世代が一斉にリタイア（退職）する時代を迎え、定期的なスポーツへの取り組みを促進し、健康づくりの基盤を提供し、健康長寿化に資することが目的です。

3 | 出前型健康体操教室の開催と他クラブとの連携

リスタート・フレッシュアップ事業として、以下の活動を行っています。

●鯖江市内各地区の公民館を利用し、出前型健康体操教室を開催

高齢者が参加しやすいように、地域の公民館を利用し、出前型の健康体操教室を開催しました。市の事業の一環で利用するため、市の管轄である公民館ともスムーズに連携が取れています。



公民館を利用して出前型健康体操教室を開催



高齢者のための出前型健康体操教室の様子

●ノルディックウォークを通じて、他市のスポーツクラブと連携

誰でも参加しやすく、運動するきっかけとして始めやすいウォーキングと、2本のポールを持つだけで運動効果も格段に上がるノルディックウォークに着目してノルディックウォーク教室を開催しました。ノルディックウォークの指導資格を持つ、せいきコミュニティスポーツクラブ（勝山市）の四谷憲夫氏に指導をお願いしたことで、総合型地域スポーツクラブ同士の連携にもつながりました。

また、自治会が開催するウォーキングイベントにノルディックウォークで参加することもでき、イベントの盛り上げとともにノルディックウォークとクラブのPRをすることができました。



2本のポールを持って歩け歩け。ノルディックウォーク教室



ノルディックウォークのイベントの様子

4 | 健康教室への参加者増加と広がるクラブの輪

●60歳以上の健康教室への参加者が増加

各地区・地域の公民館に出向いて健康教室を開催することで、60歳以上の方の健康教室参加者が増加し、クラブが通常開催している健康教室への参加者数増加にもつながりました。さらに会社や一線をリタイヤした人たちが気軽にスポーツを親しみ、定期的な運動習慣を身につける『きっかけ』づくりのための、健康教室を開催することができました。

●ノルディックウォークがつないだ“人”と“クラブ”の輪

ノルディックウォーク教室は、毎回大勢の方に参加していただき、その参加者の中からせいきコミュニティスポーツクラブが主催するウォーキングイベントに参加する方ができました。ノルディックウォークの普及を考えていた四谷氏と、クラブ同士お互いにメリットがある連携が取れたと感じています。また、教室を通して鯖江市内にノルディックウォークの指導者が2名誕生しました。さらに、さばえスポーツクラブ15周年記念事業の一環でトップアスリート(葛西紀明氏/スキージャンプ)の講演会をせいきコミュニティスポーツクラブと共催で開催することができました。

5 | それぞれの役割を明確にして活動

行政から委託事業を取ってくるのは、それを得意とする事務局の役割であり、出前型健康教室やノルディックウォーク教室の講師には、専門分野である内容やプログラムをすべてお任せしました。

行政や事務局、講師のそれぞれの役割を明確にすることで、事業を円滑に進めていくことができました。

6 | 委託事業終了後の活動にも意欲満々！

委託事業終了後は、出前型健康体操教室の開催会場（公共施設）を増やし、受益者負担で教室を開催できるよう進めていきます。ノルディックウォーク教室についてはクラブのサークル団体として登録し、活動を継続していけるよう考えています。

この事業を通して人と人とのつながりの大切さを改めて実感しました。行政や自治会、他団体とのつながりには、人と人とのつながりが不可欠だと思います。（さばえスポーツクラブ事務局／中場英樹）

クラブプロフィール

- 設立年月日：平成12年9月1日設立（法人格取得 平成14年5月7日）
- 所在地：福井県鯖江市
- 運営：会員数1,109名（7月25日現在）
- 特徴：『自由に楽しく気軽に参加できて、互いに教え合い学び合い、いつでもできる交流クラブ』を理念に掲げ、地域住民が自分たちの手でつくるスポーツクラブです。子どもたちから高齢者まで、その時々好きなスポーツを自由に楽しめるクラブです。家庭や学校といった垣根を取り外し、子どもは地域で育てるというスポーツを通した地域づくりを目指します。

連絡先：〒916-0045 福井県鯖江市宮前2丁目9-1

TEL：0778-51-8618

Eメール：sabae-sc@dune.ocn.ne.jp

ホームページ：<http://sabae-sc.or.jp>