

連載



みんなで盛り上げよう!

オリンピック・ムーブメント

オリンピック・ムーブメント事例紹介

〔香川県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会〕

オリンピック・ムーブメントとは、オリンピックの精神（オリンピズム）に従って、スポーツを通じて平和でよりよい世界の実現を目指す活動のことです。2020年に向けて、国内でもさまざまな活動が行われています。

今回は、香川県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会が実施しているオリンピック・ムーブメント関連の取り組みを紹介します。

スロージョギング体験会

～東京オリンピック・パラリンピック競技大会聖火リレーに向けて～

- 実施日時 不定期開催（H27年度2回、H28年度1回）
- 実施会場 サンポート高松 セト・シーパレット付近
- 参加者数 各回15～30名程度
- 主 催 香川県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会
（以下、連絡協議会）

1 企画に至った経緯

2020年の東京オリンピック・パラリンピック競技大会開催が決定して以降、連絡協議会でも「香川県の総合型クラブとして何かできないか」と話題になっていました。そんな中、県内クラブが主催となり、田中宏暁氏（福岡大学教授）を招いて「スロージョギング教室」を実施しました。これが大変好評で、県内の健康づくりの機運を高めるために連絡協議会として取り組もうということになりました。



平成27年6月23日のオリンピックデーに、連絡協議会として（公財）香川県体育協会を訪問。「もし東京オリンピック・パラリンピックの聖火リレーが香川県内で行われるとしたら、走者の最低1名を、県内総合型クラブの会員から選出いただけないか」と申し入れたところ「前向きに検討します」との回答をいただきました。

これを機に、連絡協議会会長が日本スロージョギング協会認定アドバンスインストラクターの資格を取得し、本格的にスロージョギングの普及・啓発を開始しました。H27年12月には、一般県民にも呼びかけ、連絡協議会主催の「第1回スロージョギング体験会」をスタートさせました。

2 企画内容

サンポート高松の海沿い「せとシーパレット」を会場に、1～2時間ほど海風の中を走ります。まず、参加者全員でコミュニケーションを取りながら準備体操を行います。その後、走り方の指導を受けたら、集合場所から1km先の「赤灯台」を目指して実際に走ります。

参加者が自分の運動量や体調にあわせて走れるよう、①はじめての1kmチャレンジコース、②2km完走チャレンジコース、③フリースロージョギングコースの3コースを用意しており、最後は参加者全員に連絡協議会会長手作りの「完走認定証」が手渡されます。



3 参加者・運営側の声

参加者の声（実施後）

「スロージョギングはメディア等で知っていましたが、体験したのは初めてでした。これなら自分でも継続できると思うので、これからも続けたいです」
「専用の道具が不要で、走るペースさえつかめば、いつでもどこでもできるのが魅力だと思います」
「ぜひ次回も参加したいので、開催が決定したらまた声をかけてください！」
「大人になると賞状をもらう機会がほとんどないので、完走証をもらえた事がとても嬉しかったです！」

Ⅰ 運営側の声（実施後）

スロージョギングは、誰でも気軽に取り組める種目ですが、まだまだ定着度は高くありません。興味を持ち継続してくれる人は1割いけばいい方ですが、私に関わって、香川丸亀国際ハーフマラソンに出場し、完走した方もおられます。こうした参加者が現れてくれると、とてもやりがいを感じます。

4 今後の展望

四国ブロッククラブネットワークアクション2016では、「地域につながるオリンピックムーブメント」をテーマにグループ討議をしたところ、「オリンピック・ムーブメントを盛り上げるため、事前の聖火リレーを、遍路道を活用して実施したい!」という声が上がりました。四国遍路を世界遺産に登録しようという運動にも協力できます。ぜひ実現したいものです!

（香川県クラブアドバイザー 山家春香）

クラブプロフィール

設立年月日：平成21年5月31日

所在地：香川県高松市

特徴：県内の設立済み26クラブが全て加盟し、市町を超えたクラブ交流のきっかけとなっています。年1～2回の研修会の他、県主催「県民スポーツ・レクリエーション祭」で総合型クラブ啓発ブースを出展し、総合型クラブのPRにも尽力しています。H26年度からは、NPO法人遍路とおもてなしのネットワークと連携し、四国遍路を盛り上げるため、各地域の遍路道を歩くウォーキングイベントも実施しています。

■ 連絡先

郵便番号	760-0014
住所	香川県高松市幸町1-1 香川大学教育学部野崎研究室内
TEL・FAX	087-832-1496
Eメール	nozaki@ed.kagawa-u.ac.jp
Facebook	https://www.facebook.com/UDON.kagawa.SC/