



第163号 令和4年7月20日発行

総合型地域スポーツクラブ 公式メールマガジン

このメールマガジンはスポーツ振興くじ助成金を受けて配信しています。

スポーツ振興くじについてはこちらから

[日本スポーツ振興センターHP] <http://www.jpnsport.go.jp/>

スポーツくじ



スポーツ振興くじ助成事業

特別企画 スポーツを通じた介護予防・健康増進に取り組むクラブ

▶▶▶ 一般社団法人N-link.(北海道)

特別企画 子どもの体力向上に取り組むクラブ

▶▶▶ 長五校区総合型地域スポーツクラブ(京都府)

特別企画 大学・外国人・民間・行政と連携し、地域活性化の促進に取り組むクラブ

▶▶▶ いすずウキウキクラブ(三重県)

連載 学校運動部活動と連携するクラブ

▶▶▶ NPO法人七瀬の里Nクラブ(大分県)

助成金情報 ▶▶▶ 詳細

お知らせ ▶▶▶ 詳細

バックナンバー ▶▶▶ 詳細



公益財団法人

日本スポーツ協会



特別企画

スポーツを通じた介護予防・健康増進に取り組むクラブ



一般社団法人N-link. ＜北海道沼田町＞



総合型クラブの活動は、地域住民へスポーツ活動を促す契機となり、地域住民の健康増進および体力づくりに大きく寄与することができます。また、総合型クラブが地域に根差し、必要不可欠な団体となるためにも、健康・医療など地域の諸課題を解決する公益的な事業を積極的に行うことが必要となってきます。

そこで今回は、高齢者向けのプログラム等の実施を通して健康づくりに取り組むクラブを紹介します。

本クラブは「地域課題解決に向けた取り組みを行うクラブ紹介動画」でも紹介されています！

▼動画の視聴はこちらから

<https://www.japan-sports.or.jp/local/tabid1351.html>

1 クラブ概要

スポーツ・文化・食 多様な場面で活動

自分たちも楽しんで行うことを基本として、自分たちのクラブに関わるすべての人が笑顔で、「また逢いたい！また参加したい！」と思ってくれる状況をつくり出すことを目標としています。当クラブの活動に参加した子どもたちが、地元に戻り再びクラブに関わってくれるようなサイクルを目指し運営・地域づくりを行っています。

平成23年より『総合型地域スポーツクラブ』として行政始動で立ち上がり、平成26年に民営化しました。平成28年4月一般社団法人を取得して現在に至ります。

毎月、各教室を開催しスポーツ・文化・食と多様な場面で活動を行っており、子どもから高齢者まで幅広い世代の方々の興味関心・競技レベルに合わせて、スポーツや文化事業等に触れる機会を提供しています。



※参考データ＝沼田町人口2,924人(43%を超える高齢化率)

【年会費】

一般会員	高校生以上	3,000円
ジュニア会員	中学生以下	1,500円
ファミリー会員		5,000円（親子、同居の家族3名以上・夫婦2名以上）
法人会員	3名以下	5,000円
	10名以下	10,000円
	20名以下	30,000円
	21名以上	50,000円

【自主事業】

- ・ちよいスポ筋活教室(毎週木曜日 1回800円)
- ・たいいく&スポーツ教室(月4回 1回800円 月額3,000円)
- ・HIPHOPダンススクール(月2回)
- ・水中ノルディック・ポールウォーキング教室(6～8月毎週火曜日)
- ・スノーボード教室(11～3月数回)
- ・雪合戦教室(月4回)
- ・スポレックサークル(毎週木曜日)
- ・kikkake教室(10～2月5回)
- ・出張教室(介護予防教室・コーディネーション運動教室・バレーボール教室)(年数回)

【委託事業】

保健福祉課

- ・まるごとげんき運動教室(温泉・北竜地区・共成地区 3地区)(各週1回)
- ・脳トレ教室(月1回)
- ・元気100倍教室(体力測定2回・ノルディック・ウォーク)(年2～3回)
- ・元気はつらつ運動教室(週2回3ヶ月間3クール)

養護老人ホーム和風園

- ・らくらく運動教室(月2回)

教育委員会

- ・小学校体力向上運動事業(コーディネーション運動)(朝学習70回・体育授業30回)

認定こども園

- ・コーディネーション運動教室(月1回)

※らくらく運動教室※

この教室では車いすの方も参加されています。車いすの方でも、足を持ち上げたり横に動かしたり足踏みをしたりができるので当日参加している方に合わせた動作のトレーニングを行っています。

以前までは車椅子のまま参加いただいていましたが、車椅子のままだと足を開くなどの制限が出てきてしまうので、股関節の可動域を広げるためにも椅子に移ってもらっています。「無理せず、できる範囲で...」動かせる部分は他の方と同じ動きをしてもらえるように近くにスタッフを付けて教室に参加いただいています。「私はできないから...」と諦めたり、「他の人にできることが私にはできないから...」と落ち込んでしまうのではなく、「ここまでできた！動かせた！みんなと同じことが一緒にできて楽しかった！」と少しでも思ってもらえるように手助けできたらと考えています。

【有資格者】

- ・ 日本スポーツ協会公認アシスタントマネジャー 3名
- ・ 健康運動実践指導者 1名
- ・ スポーツ整体ボディケアセラピスト 1名
- ・ 日本スポーツ協会公認ジュニアスポーツ指導者 1名
- ・ 日本スポーツ協会公認バレーボール指導員 2名
- ・ シナプソロジー普及会認定シナプソロジーインストラクター 2名
- ・ JNWL公認ノルディック・ウォーク上級指導員 1名
- ・ 栄養士 1名
- ・ 看護師 1名
- ・ 保育士 3名
- 他数名



養護老人ホーム和風園『らくらく運動教室』1～3階各階での教室を行っています。車椅子の方も多く参加いただいています



北竜地区『まるごとげんき運動教室』



温泉『まるごとげんき運動教室』温泉の利用客・宿泊客も参加いただいております

2 「元気はつらつ運動教室」「脳トレ教室」—高齢者に好評

介護予防委託事業を5つ受託

介護予防に取り組むようになった経緯は、行政の施策として高齢者を対象とした介護予防事業を展開しており、体操や脳トレ等それぞれ特色を持った介護予防事業を委託された事がきっかけとなりました。その後、様々な資格取得や講習会に参加し、スタッフの知識・技術の向上を図ることで幅広いニーズに対応することにより、行政からの委託事業も増えています。

現在では、介護予防委託事業は5つ受託しており、今ではクラブ収入の8～9割が委託事業となっております。

高齢者が対象の教室を数多く実施しておりますが、その中で高齢者の方々に好評な2教室の状況をご紹介します。

【元気はつらつ運動教室】

参加人数:6人程度

参加者の年齢:65歳以上

＜実施内容＞

- 体力測定(2回)
- トレーニングマシンを使用した筋力維持・アップトレーニング
- ホリゾンタルレッグプレス(起立着席動作の改善、足・膝・股関節周囲の安定性向上)
- ローイングマルチファンクション(姿勢の改善、肩甲骨周囲の可動性と安定性の向上)
- ヒップアブダクション ヒップアダクション(歩行の安定性向上、股関節周囲の可動性と安定性の向上)
- チェストプレス(身体を支える動作、肩関節・胸郭の可動性と安全性の改善)
- レッグエクステンション レッグフレクション(起立・歩行の安定、膝関節周囲の可動性と安定性の向上)
- トorsoフレクション トorsoエクステンション(起立・着席動作の改善)
参加者の様子を見ながら(回数・重さを増やしています。)

1) 実施に当たり工夫した点

どこを使っているか意識しながら体を動かすよう、丁寧に指導しています。
できないことより、できたことをほめたり、楽しく参加できるよう雰囲気づくりを大切にしています。

2) 参加者の反応

1クール3ヶ月間の中で3回の体力測定を実施しており、結果を見ながら今後の目標が見えるので、動かした後は「気持ちいい！」との声が多く上がっています。教室に参加することで、背筋を伸ばそうとするなど身体への意識が変わっています。

3) 参加者の変化

外に出てこない方が外に出てくるきっかけになっています。参加する前より外に出る機会が増えたことで皆さん言葉数も増え、明るく笑顔が増えています。

4) 今後の課題と取り組み

終了後にリバウンドしないよう継続してほしいと思います。
意識が変わり、気力・筋力も上がり、今後も元気でいてくれたらと思っています。



週2回の『元気はつらつ教室』

【脳トレ教室】

参加人数: 25～30人程度

参加者の年齢: 65歳以上

＜「脳トレ」の内容＞

毎回違った内容で五感を使った神経系のトレーニング

数字を数えたり歌を歌ったり上肢・下肢ばらばらの動作をおこなったり2操作系動作など

例) 物送り(決められた動作を行いながら物を回していく: 下記画像参照)

【上肢】

ピンクスカーフ 背中を回す
黄色スカーフ 膝の下
紫スカーフ 首の後ろ
緑スカーフ 上に投げて手拍子
赤スカーフ 逆回し

【下肢】

青い皿 右足で右回し
赤い皿 左足で左回し

物によって動作を毎回変えています。(物はなんでもいい)

記憶すること、連結・変換能力のトレーニング など



多くの方に参加いただいている『脳トレ教室』

1) 実施に当たり工夫した点

この教室は、できることが目的ではありません。「いつもとは違う新しい刺激を行うことで間違いにも笑いが起き、脳が活性化する」と言われています。そんな中、できない方にできる人が「そうじゃない!」「もっとこうだ!」「なんでできないの!」と発言するなど、完璧に行いたい方がまれにいますが、そんな時は再度教室の趣旨を説明し、「間違っても大丈夫」と伝えるようにしています。また、普段はできない人に付いています、逆にできる人に付いて皆さんが楽しく参加できるよう声掛けを行っています。

2) 実施に当たり苦労した点

元気な方だけでなく、杖を突きながら参加する方、補聴器を付けているが聞こえにくい方、目が見えにくい方など様々な方がいらっしゃいますので、当日参加される方々の状況を見ながらメニューを変更できるように準備して実施しています。

3) 参加者の反応

月1回の教室を楽しみにしている方が多く、脳トレしながら体を動かしたり、皆さんと交流しながらトレーニングしたり、歌を歌いながら動作したりと、皆さんの笑い声があふれる教室となっています。終了後は「普段家にいても、こんなに身体を動かすことも話すことも笑うこともありません。ここ(教室)に来るから、それができます」と言ってくれます。さらに、「楽しかった!」とお友達を誘ってきてくださるなど、うれしい連鎖が起きています。今後も皆さんに元気の「おすそ分け」ができたと思います。

4) 参加者の変化

コロナ禍で何カ月も教室ができない日が続き、久々に皆さんに合うと「気分が落ち込む日が続く」「指先に力が入らなく、お菓子の袋を開けるのも大変になってきた」「動かすことがなくなって肩が上がらなくなってきた」などのお話を伺いました。教室を再開して、皆さんに会ったり、皆で笑ったり、お話ししたりすることで少しずつですが【気力・体力・筋力】が元の状況に近づき、元気を取り戻しているように感じます。

5) 今後の課題と取り組み

65歳で当初参加していただいていた方も高齢になってきました。新たな65歳が参加いただけるよう今後も月1回の教室を継続して頑張っていきたいと思います。

町内の70～90代の方は介護予防教室に参加している方が多く、健康意識が高い傾向にあります。ですが、今参加していない方、自分はまだ大丈夫と出てこない60～70代の方々の掘り起こしを行政と連携して行っており、自分に合った教室の参加を促しています。

【継続できる環境づくり】＝「ちょいスポ筋活教室」が受け皿に

高齢者が要介護状況に陥ることなく、住み慣れた地域で自立した生活を営み、より活動性を向上させるためマシントレーニング（器械運動）を行っています。

3ヶ月の教室が終了すると筋力・体力が低下

町の委託事業である「元気はつらつ運動教室（器械運動 週2回3ヶ月間）」は好評事業で、再度参加したいとの声も多く上がっています。実際、期間を空けて2回、3回と参加されるなど常連の方も数名いらっしゃいます。ですが、せっかく体力・筋力がついてきて3か月後に教室が終了してしまうと筋力・体力が低下する点が課題となっていました。行政としては、多くの方に機会をつくってあげることが目的で、同じ人が連続して継続することは難しい状況にありました。

「町民のため」課題解決目標は行政と一緒に

週2回あった教室が急に無くなってしまうことで、運動のリバウンドや自宅に引きこもり人との交流が無くなることにより伏し目がちになってしまう方も多くいました。そこが、行政としても指導スタッフとしても課題となっていました。

そこで、事業終了後のアフターケアとして、指導を行っていた専門スタッフが継続して指導を行うことで安心して参加できる等のメリットが生じると考え、クラブで継続教室にできないか検討しておりました。

参加料をもらって教室を運営すると営利目的となってしまう、公共施設・器械の利用ができなくなる懸念がありました。ただ、「町民のために課題解決を」という観点では行政と目的が同じということもあり、行政と相談しながら進められたことで正式に利用ができるようになり、継続しての教室実施（ちょいスポ筋活教室）が可能となりました。

現在は、週1回木曜日に継続教室（ちょいスポ筋活教室）を実施しており、以前「元気はつらつ教室」に参加していただいた方やデイサービス利用後の方、認知機能低下となってしまった方々の受け皿となり、継続して器械運動を行えるようになっています。

4

参加高齢者は元気に笑顔で活動 スタッフの「やりがい」に

年に2回の体力測定を実施していますが、教室に参加している方の体力・筋力の維持・向上が見られるところにやりがいを感じています。

教室に初めて参加したときは元気がない方でも、通ううちに皆さん明るくなっています。笑顔で「またくるね！」「楽しかったよ」と言って帰られることが何より嬉しいです。また、「家にいてもお父さんとは一言二言しか話をしない」「こんなに口を開けて笑うのは久しぶり」と利用者の方も喜んで帰っていただいていて、言葉数が増えたり社交的になったり、他の教室にも参加できるようになっています。

普段普通に生活できているだけでは本来の健康とは言えません。やはり外に出て人と関わることでコミュニケーションの機会が増えてほしいし、家でのストレスを吹き飛ばせるように「笑って、喋って、楽しんで帰ってほしい」と思いながら教室を行っています。また、出歩くことにより体力面・精神面・社会性などの向上が見られます。このように運動を楽しみながら習慣化してもらえて、すべての面で健康になってほしいと思います。

クラブの教室では動作・運動の結果が目的ではありません。いつの間にかできないことに笑いが起き、普段やらない動作や新しい刺激が脳を活性化させます。ですので、「年のせい…」と諦めるのではなく、できないと諦めていたことができるようになったり、やったことのない活動が楽しいと思えたり、人との関わりも含め、目標や達成が違っても、参加するすべての人が笑顔になっていただきたいと願っております。



継続が決まった『元気はつらつ教室』のその後...
『ちょいスポ筋活教室』

コロナ禍こそ高齢者が外で活動できるよう工夫を

コロナ禍で教室が中止となり皆さん運動不足になってしまいましたが、1カ月も休んでしまうと筋肉・体力・認識など脳の衰えが目に見えて分かるようになってしまいました。コロナ禍だからと休むのではなく、むしろ高齢者こそ外に出て体力・筋力を落とさないよう、クラブ側が工夫していないといけないと考えております。

自分の足で歩く・たくさんの人に会う・喋る・食べるなどのことができ、少しでも元気に歳を重ねていけるよう、お手伝いができたらと思っています。

まだまだ、外出がままならず人と接する機会も減っている高齢者が町内にはたくさんいることがコロナ禍により浮き彫りになり、新たな課題も見えてきました。継続して教室を実施することで、さらなる筋力アップやバランス能力、動作性などの維持・向上を図っていけたらと思います。

(一般社団法人N-link. 代表理事 森田 弘美)

クラブプロフィール

設立年月日 平成22年3月23日(平成28年4月1日法人登記)

所在地 北海道雨竜郡沼田町西町5番11号 沼田町民体育館内

運営 会員数23名(令和4年4月現在)、予算規模590万円(令和4年度)

特徴 【スタッフは全員女性！】

小規模なクラブの現状として常勤を雇うほどの財源はないため、全員子育てが終わった方や子育て中の方がスタッフとして手伝ってくれています。日中の手の空いた時間に手の空いている人(専門スタッフ・有資格者)が、できる仕事を助け合いながら指導に当たっています。

女性ということであらゆる面での気の配りや気付きがあり、教室の間に子育ての悩み・家庭での悩みも相談できます。親と同居家族の方もいるので高齢者との関わり方のコツや新事業への発想など女性ならではの案が多く出てきて、新事業にも大きく関わってくれています。

今後も町外ではなく町内の人で町内の方を元気にしていけるよう、地域内起こしを頑張っていきます。

連絡先 〒078-2204 北海道雨竜郡沼田町西町5番11号

TEL/FAX 0164-35-2709

E-Mail esc_numap@yahoo.co.jp

特別企画

子どもの体力向上に取り組むクラブ

長五校区総合型地域スポーツクラブ ＜京都府長岡京市＞

新型コロナウイルス感染症の拡大防止に取り組む中で、子どもの健全な発育・発達が運動不足により阻害されることが懸念されています。

そこで今回は、子どもの体力向上に取り組むクラブについて紹介します。

1 クラブ概要

校区の運動会や各種スポーツ大会等を実施

長五校区総合型地域スポーツクラブは、平成22年に、子どもから高齢者まで、だれもが、いつでも、どこでも、いつまでも気軽にスポーツ活動に参加できる環境を整備し、地域住民が健康で活力ある地域づくりを推進することを目的に設立されました。長岡京市立長岡第五小学校内に事務局を置き、企画広報部会、イベント部会、スクール部会、文化活動部会、施設調査部会、子ども部会の6つの専門部会を設けています。校区の運動会や各種スポーツ大会の企画運営、スポーツ吹き矢やウエルネスダーツなどのニュースポーツの推進活動のほか、毎週木曜日には長五小体育館で「木(モク)スポ」と称して、ミニバレーや卓球などで体を動かしスポーツに親しむ取り組みを実施しています。

2 「子ども部会」立ち上げ、体力低下に対処

当クラブでは令和元年度より新たに「子ども部会」を立ち上げました。子どもの発達に応じた運動や外遊びの普及啓発事業、親子で参加できるスポーツ・レクリエーション活動・体験活動を企画・実施するなど、子どもの体力向上や豊かな人間性・生きる力を育むための活動に取り組んでいます。

「新体力テスト」結果は府内で低い傾向一市の小中学生

スポーツ庁の体力・運動能力調査により、子どもの体力低下が問題視されはじめました。本市小中学校においても、新体力テストの結果、京都府平均を上回る項目は少なく、子どもの体力は低下傾向にあります。また、「座らなければ靴をはけない」「運動するとすぐケガをする」など動作の獲得が不十分な子どもの実態も報告されるようになりました。これらは、日常生活の中で子どもが遊べる場所が減少していること、幼児期に運動習慣を身につける機会が少ないことが原因だと考えられています。

ACP「親子であそぼう！キッズパーク」を採用

そこで、当クラブの子ども部会は令和元年度から、本市スポーツ協会が推奨する「アクティブ・チャイルド・プログラム（以下ACP）※」に取り組みました。

以下に実施事業の概要を記載します。

【親子であそぼう！キッズパーク】

実施日数：年間10日程度、毎月第1土曜日の午前中（10時～11時）

実施場所：校区小学校体育館（長岡第五小学校）および近隣公園（西代里山公園せせらぎ広場）

参加対象：2～8歳の子どもと保護者 参加者数20～30名

使用遊具：カラートンネル、キャタピラー、ラバーリング、だるま落とし、フープ、フォームロケット、ターゲットボール、スキップジャンプ、カラーロープ、ながなわ、竹馬、竹ぽっくり、ソフト跳び箱、鉄棒、スラックライン、スラックレール、他

スタッフ：ACP指導員＝湯川、米澤 指導補助員＝主に大学生5名程度
受付など運営スタッフ＝5名程度

事業内容：2～8歳の子どもとその保護者を対象としており、プログラムの進め方は指導型ではなく、開放型を基本として、走る、バランスを取って立つ・渡る、投げる、ぶら下がるといった4つの運動スキルを意識した「運動あそび」のコーナーをつくります。毎回5種類以上の遊具を準備し、各コーナーにスタッフを配置して、参加親子が運動できる環境を整えます。プレイリーダーの指導員を中心に、それぞれ子どもの年齢や発達に合わせて親子で自由に「運動あそび」をします。各コーナーで子どもたちは思いのままに楽しく体を動かして遊びます。

※公益財団法人日本スポーツ協会が開発した、子どもが発達段階に応じて身につけておくことが望ましい動きを習得する運動プログラム

<https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/acp/index.html>

「親子であそぼう！キッズパーク」の様子



ターゲットボール

的に向かって投げる。簡単そうで、なかなか難しいです。子どもには、できたことを褒めてあげましょう。



公園で風船遊び

異年齢の集団遊びは、プレイリーダーの指導力が試されます。子どもが楽しく参加できる雰囲気大切です。



ロープ遊び①

ロープを握って引っ張る。握力だけでなく、全身運動になります。楽しく汗をかきました。(令和元年度実施)



ロープ遊び②

ロープを揺らして、跳び越える遊び。ロープは、いろいろな工夫で遊びも多種多様です。(令和元年度実施)

令和4年度

親子であそぼう！ キッズパーク

※新型コロナウイルス感染症予防のため参加者数制限を
厳守し、マスクの着用をお願いします。

①西代里山公園

2022年 4/23・5/7
6/4・7/2
10/1・11/5

②長岡第五小学校体育館

9/3・12/3
2023年 1/21・2/4

※全日全場無料

■場所 ①西代里山公園せせらぎ広場
②長岡第五小学校体育館

■時間 10:00~11:00 (受付9:45)

■参加費 1回100円(税込)
※2歳未満は無料
※2歳以上20歳未満は100円
※20歳以上は別途料金
※上履・タオル・水筒を持参ください。(共有はしないでください)

申し込み・お問い合わせ
長五校区総合型地域スポーツクラブ
0975-748-620 (E-mail: k425info@yahco.co.jp)

※子ども服・靴
・虫刺し・保護者用
・おやつ・飲み物
・おやつ(16歳未満でも可)
を忘れず、メールで
お申し込みください。

保護者の皆様へ

「あそぼう！キッズ！！」開催にかかわる 新型コロナウイルス感染防止対策について

新型コロナウイルスの影響で多くの活動が制限され、子どもたちや保護者の皆様も新しい生活が求めているかと思いますが、あそぼう！キッズでは安心して楽しんでいただけるよう感染防止に努めています。ご理解とご協力をお願いいたします。

- 事前申込時のお願い
 - ・事前申込制。あらかじめメールで申し込みください。定員は20名とします。
 - ・マスクの着用としてご参加をお願いします。
 - ・当日お子様と保護者の体温チェックをお願いします。
 - ・発熱、咳、咽頭痛等の症状や体調不良の場合は控えてください
 - ・上履・タオル・水筒を持参ください。(共有はしないでください)
- 受付・運動前
 - ・受付時に体温チェックと検温を実施します。
 - ※検温の結果37.5度以上の発熱や風邪症状のある方は、参加をお控えいただきます。
 - ・入場時には必ず、アルコールによる消毒を行います。
- 運動中
 - ・熱中症対策のため、お子様は運動中は原則マスクを外していただきます。
 - ※指導者及びスタッフはマスクを装着し、手洗いを徹底します。
 - ・ハイタッチや握手などはなるべくしないようお願いします。(親子や家族は除く)
 - ・施設内での三つの密(密閉・密集・密着)を避けるよう心がけてください。(最低1mの距離を確保)
- 運動後
 - ・教室終了後に手洗いをお願いします
 - ・教室に参加した後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告してください。

健康チェック	
① 37.5度以上の発熱がある	☐
② 喉やのどの痛みなど発熱の症状がある	☐
③ たちど (嘔吐・下痢) 発熱している	☐
④ 発熱や喉痛の症状がある	☐
⑤ 閉居実や身体に発熱や発疹が疑われる方	☐
⑥ 新型コロナウイルス感染防止とされた方との濃厚接触がある	☐
⑦ 過去14日以内に海外から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある	☐

令和4年度の案内チラシ

裏面には、コロナ感染防止対策等の注意事項をまとめ、参加者の安全安心に努めました。

3

子どもの体力が向上 地域の絆づくりで成果も

異年齢の子どもが集う開放型ACP

参加対象が、2～8歳と幅広く、鬼ごっこなどルールがあるプログラムは不向きのため、開放型のACPを実践しました。カラートンネルで遊ぶ幼い子どもや竹馬遊びの小学生など各コーナーで発達段階に合った運動遊びを楽しみました。保育所や幼稚園・学校とは違った異年齢が集うことで、遊具を順番に使う子どもたちの姿、年長の子どもの幼い子をいたわる姿も見られ、子ども同士で思いやりの気持ちが育ちました。親子で新たな仲間づくりができたと思います。



写真左からカラーロープ、キャタピラー、カラートンネル、だるま落とし、ソフト跳び箱とウレタンマット



竹馬遊び
小さな子どもにとって、竹馬は総合的な運動能力が必要です。親子でチャレンジしてくれました

市の教委・スポ協の協力を得て3年継続

運営面では、当クラブの役員と大学生が運営スタッフに加わり、事業が円滑に進行できました。遊具は、京都府から子育て応援補助金等により購入することができました。市の教育委員会や市スポーツ協会にはチラシ配付やポスター掲示、安全対策ガイド作成などで協力いただき、コロナ禍で実施できない期間もありましたが、3年間継続することができました。また、保健師・薬剤師・保育士など専門スタッフは、研修会だけでなくイベント当日も参加し、助言（アドバイス）をいただきました。

保護者は運動不足の解消に

子どもたちは、体を使った運動遊びを体験し、親子で楽しく運動・スポーツに親しむことができました。また、子どもの体力向上のみならず、保護者の運動不足の解消や、スタッフや参加者との交流など地域の絆づくりの基盤ができました。

4

体力向上だけでなく非認知能力の向上も目指す

自発的な屋外での遊びにも力点

子どもの身体活動ガイドラインによれば、1日に総計60分以上体を動かすことを推奨しています。そのため、家庭や地域で遊びの場を整えるだけでなく、子どもが自発的に屋外へ遊びに行きたくするような動機付けも重要です。

各種体験活動を通じて豊かな人間性を育成

子ども部会では、地域の子どもたちが「外あそび」に興味を持ち、地域の自然や文化に触れることができるよう、自然体験や社会体験などさまざまな体験活動のプログラムを企画しています。具体的には、令和4年度より、公園遊びを土台にしながらも、年間2回程度地元農家の協力を得て、竹林内で「たけのこ探し」や田んぼや畑での収穫体験など、生き物の不思議を体感しながら、子どもの豊かな人間性や生きる力を培い、体力向上のみならず、非認知能力を高める取り組みを予定しています。

（長五校区総合型スポーツクラブ 子ども部会・部会長 中小路 貴司）



竹林にて「たけのこ探し」。
農家の協力を得て、親子で野菜の収穫体験を企画。
今後、野外体験活動も充実したいと思います。

クラブプロフィール

設立年月日 平成22年7月31日

所在地 京都府長岡京市下海印寺東山1 長岡京市立長岡第五小学校内

運営 会員数16名（令和4年3月現在）、予算規模335千円（令和4年度）

地域の体育振興会など小学校区の各種団体と連携して活動しています。

特徴

- ・「スポーツフェスティバル」の開催
- ・例年11月にスラックラインやウエルネスダーツ等を取り入れた体験教室の実施
- ・「木（モク）スポ」毎週木曜日午後6～9時に、小学校体育館を開放してミニバレー、卓球、ファミリーバドミントンなどを実施
- ・「親子であそぼう！キッズパーク」の開催
- 「だれもが、いつでも、どこでも、いつまでも気軽にスポーツを」のスローガンで住民ニーズや要望に応え、「ポッチャ」「ウエルネスダーツ」「スポーツ吹き矢」「スラックライン」などのニュースポーツにも取り組んでいます。
- 令和3年度文部科学省大臣「生涯スポーツ優良団体」表彰受賞

連絡先

〒617-0826 京都府長岡京市開田3丁目3-14 文京堂書店内

TEL 075-953-0225 FAX 075-955-4051

E-Mail bunkiyodo@geisya.or.jp

特別企画

大学・外国人・民間・行政と連携し、 地域活性化の促進に取り組むクラブ

いすずウキウキクラブ ＜三重県伊勢市＞

総合型クラブには、地域コミュニティの核として、地域スポーツ環境の充実やスポーツを通じた地域課題解決などの取り組みが期待されています。

そこで今回は、大学・外国人・民間・行政と連携し、地域活性化の促進に取り組むクラブを紹介します。

1 クラブ概要

いすずウキウキクラブは、伊勢神宮・内宮周辺の五十鈴中学校区を活動拠点として、平成16年3月13日に伊勢市で最初の総合型地域スポーツクラブとして設立されました。当クラブの目的は、「五十鈴中学校区における地域住民の健全な心身の保持・増進とコミュニティづくりに寄与すること」です。

年間約30種類の教室を実施

特に、地域のコミュニティづくりに力を入れており、より多くの地域住民の方に参加していただけるよう、会員・会員外を問わず気軽に参加できる教室を年間約30種類、850回ほど予定しています。

大人は年会費8,000円、子どもは年会費5,000円のみで、すべての教室に自由に参加できるように設定しています。

会員数は、令和元年度は541人でしたが、新型コロナウイルスの影響により、令和2年度が419人と大きく減少、令和3年度は474人まで回復しました。

地域小学生の約4割が会員(コロナ禍前)

当クラブは、子どもの会員が多く、コロナ前には地域の小学生の4割が加入していました。また、高齢者の会員も多く、仲間づくり、生きがいづくりに効果が出ていると考えています。

令和2年度に生涯スポーツ優良団体表彰(文部科学大臣表彰)を受賞させていただき、さらに地域貢献に努めていきたいと考えています。

2

大学・外国人・民間・行政との連携で地域貢献

当クラブは、地域のコミュニティづくりに寄与することが、最も重要と考えています。地域コミュニティが強化されることで、社会が抱える多くの問題が解決されると考えていることから、より多くの地域住民のみなさんが、当クラブの参加者として、あるいはスタッフ・指導者として、関わっていただくことを期待しています。

大学との連携を契機に会員増

設立からしばらくの間は会員数が伸び悩んでいましたが、大学との連携による教室を始めると、子どもだけでなく保護者の皆さんが興味を持ち始め、活動状況を見学され、口コミで広がっていきようになり、会員数の増加につながりました。

様々な連携を図ることは、クラブの魅力を高めるとともに、人材育成・次世代育成にもつながっていくと考えています。

(1) 地元の皇學館大学との連携

当クラブで、最も重視する連携として、地元の大学である皇學館大学との連携があります。きっかけは、15年ほど前、町の「子ども会」の行事で、同大学のレクリエーション部によるイベントが行われていました。そこでは、子どもにとって「最も年齢の近い大人」である大学生の皆さんが、子どもたちと一緒に走って走り回ったり、私たちが考えつかない遊びで楽しんでいる光景を目の当たりにしました。

それは、当クラブの活動には無い新鮮なもので、子どもたちの目が生き生きしていることに気づいたのです。その後、同大学のレクリエーション部に協力を依頼し、大学との様々な連携がスタートするきっかけとなりました。

① 大学生との「ふれあい教室」を開催

当クラブでは、同大学レクリエーション部により、「お兄さんお姉さんとのふれあい教室」として、鬼ごっこやオリジナルのゲームなど「遊び」を中心に運動が苦手な子どもでも楽しめる教室を開催していただいております。12月にはクリスマス会も企画してくれています。

部員の中には教員を目指す学生が多く、子どもと接することができる貴重な経験の場になっています。

また、クラブの会員だった児童が、この教室に参加したことがきっかけで同大学に入学。レクリエーション部に入部して、今では部員として子どもたちを指導する立場となった学生もいます。



皇學館大学レクリエーション部「お兄さんお姉さんとのふれあい教室」の様子



皇學館大学レクリエーション部
「お兄さんお姉さんとのふれあい教室」
クリスマス会の様子(令和元年度実施)

②同大学教育学部の授業への協力 クラブスタッフが講師に

同大学教育学部の授業において、「総合型地域スポーツクラブの運営と課題」をテーマに、当クラブスタッフがゲスト講師として毎年授業を行っています。

学生の皆さんに地域スポーツの現状と課題を伝え、その上で総合型地域スポーツクラブの意義と必要性を理解していただくことで、将来、指導者やスタッフとして活躍していただくきっかけとなればと考えています。

③大学でも各スポーツ教室を開催 大学・市・8つの総合型クラブが連携

当初は、当クラブ会員の子どもたちが同大学に行き、陸上部の学生の皆さんに指導をしていただく教室を試験的に行っていました。

その後、伊勢市教育委員会事務局スポーツ課と同大学の連携により、市内にある8つの総合型地域スポーツクラブの子どもに対象を広げ、陸上のみならず、サッカー、バドミントン、柔道、よさこいなど多くの部活動の学生による教室を大学内で開催していただいています。

皇學館大学 学生・教授の声



皇學館大学レクリエーション部 別所香奈さん

私は、教育学部の学生で、保育士を目指しています。月2回の教室は、私にとって多くの子どもたちと関われる大切な時間です。教室の内容は、参加する子どもの人数や年齢に応じて、また、子どもたちの体力を見極め、どの遊びにすると楽しんでもらえるかを部員のみinnで相談し決定しています。

様々な子どもと関わることで、一人一人の性格や考え方を知ることができ、将来に役立つ知識を得ることができます。これからも子どもたちに楽しんでもらえるような遊びを考えていきたいと思います。



皇學館大学レクリエーション部 仲田衣里さん

私は、小学生の頃にいすゞウキウキクラブの会員でした。毎週土曜日に行われる体育館での活動やものづくり教室、キャンプなどに参加していました。

その中でも私が一番好きだった活動は、月2回ある皇學館大学のレクリエーション部のお兄さんお姉さんと一緒に遊ぶ時間でした。いつも笑顔で優しく、時にはちゃんと注意してくれたり、さまざまなことを教えてくれたりと、頼りになるお兄さんお姉さんの姿を見て、私もいつかこんな大人になりたいなと思うようになりました。

そして、もし皇學館大学に入学したら、レクリエーション部に入部したいと小学生の頃から決めていました。

入部した今でも、小学生の皆さんにとって、優しく頼りになるお姉さんになることが目標です！



皇學館大学教育学部 中村先生のコメント

従来は学校が中心であった「スポーツの場」ですが、現在では多様な場が形成されています。

特に、「総合型地域スポーツクラブ」は、地域社会のさまざまな年代の人たちにとって、よりいっそう重要な「スポーツの場」となっていくと思います。体育・スポーツの指導者を目指す本学教育学部の学生にとって、「総合型地域スポーツクラブ」について、よりリアルに、また具体的にその活動の実態や課題に関して学修することは、今後の指導者としての資質を向上させる上で、大切なことだと思います。

こうした中で、「いすゞウキウキクラブ」の活動内容や運営について学ぶことは、将来の体育・スポーツの指導者としての学生にとって重要な機会となっています。

(2)外国人の皆さんとの連携

多様な教室を開催するためには、多く人材が必要となります。そのため、普段の生活において、様々な方とコミュニケーションを図りながら、指導者となりえる方に声掛けをしています。知人が外国人の方とスポーツ活動を行っているという聞き、是非、子どもたちと遊んでほしいと依頼し実現しました。

ALT(外国語指導助手)をはじめ、市内で働いている方や生活している外国人の皆さんに、遊びを中心とした教室を開催していただいています。

外国人の皆さんが英語と日本語を交え、子どもたちと接していただくことで、国際社会への理解や英語の習得につながればと考えています。



「外国人の皆さんとのふれあい教室」の様子



「外国人の皆さんとのふれあい教室」ハロウインの様子

(3)民間との連携

当クラブは、民間スポーツクラブやスポーツ施設の指定管理者などと連携しています。

なかでも、「まはろ骨盤整骨院」とは、整骨院が伊勢市内に進出してから連携を進めています。同整骨院には、社会貢献として当クラブの教室を開催していただいており、当クラブとしては、経費をかけずに魅力ある教室を開催できるというメリットがあります。一方で同整骨院は、参加者に効果を体感していただくことで顧客につながることを期待しており、お互いにウィンウィンの連携が図られています。



まはろ骨盤整骨院による
「からだ改善クリニック教室」の様子

(4)行政との連携

伊勢市教育委員会事務局スポーツ課では、総合型地域スポーツクラブを重点事業と位置づけ、市内8つの総合型地域スポーツクラブとスポーツ課による定期的な意見交換会を行いながら、皇學館大学でのスポーツ教室の開催をはじめ、クラブ間のネットワークづくりや会員促進に向けた様々な支援をしていただいています。

3 連携により交流促進→地域コミュニティの強化に

様々な連携を図ることで、他ではあまり行われていない魅力ある教室の開催が実現できます。また、参加者やスタッフ・指導者として多くの方が当クラブに参加していただくことで、様々な交流が図られるようになります。

その結果、子どもにとっては、体力の向上だけでなく、健全育成、いじめの未然防止、見守り体制の強化などにつながります。また、高齢者にとっては、体力の維持、健康づくりのほか、仲間づくり、生きがいづくりなど多くの効果が期待でき、最終的には地域コミュニティの強化につながると考えています。さらに、人材育成や次世代育成にも期待できると考えています。

将来を見据え、新たな財源確保とスタッフの育成を

様々な連携を図ることは、決して容易ではありません。企画の立案や連携先との交渉、運営体制の確立や財源確保などが必要となります。

当クラブでは、安い会費でより多くの方に様々な教室に参加していただきたいと考えていることから、将来を見据えた新たな財源の確保や企画立案できるスタッフの育成を進めていかなければなりません。

新たな連携を推進 中学部活動の受け皿も視野

クラブとして最も重視する「地域コミュニティの強化」を図っていくため、より多くの地域住民の皆さんが参加していただける、魅力ある教室を常に考え実施していきたいと思っています。そのためにも新たな連携を積極的に進め、魅力の創出を図っていきたいと考えています。

また、現在の大きな話題として学校部活動の地域移行があります。中学校に入学するまでは、多くの子どもが当クラブで活動していることから、中学生以降になっても地域の子どもを引き続き見守ることは、地域にとって非常に大事なことと考えています。

当クラブの一部の指導者は中学校の部活動に協力していますが、今後中学校と連携し、当クラブが受け皿となれるよう、体制を整えていきたいと考えています。

(いすずウキウキクラブ 事務局長 東浦 久修)

クラブプロフィール

設立年月日 平成16年3月13日

所在地 三重県伊勢市楠部町乙572番地1

運営 会員数474名(令和4年3月現在)、予算規模439万5千円(令和4年度)

特徴

- ・会費が安い(大人最大8,000円／年、子ども最大5,000円／年)
- ・安い会費のみで多くの教室に自由に参加できます
(大人向け、子ども向け各400教室以上予定)
- ・大学生が指導する教室(お兄さんお姉さんとのふれあい教室)
- ・外国人が指導する教室(外国人の皆さんとのふれあい教室)
- ・民間と連携した教室(整骨院、施設指定管理業者等)
- ・陸上など様々なレベルに応じた対応(育成団体のいすずUK陸上クラブは、全国優勝や入賞する選手を多く輩出)

連絡先 〒516-0014 三重県伊勢市楠部町乙572番地1

TEL 090-4869-7759

URL www.isuzuukiuki.com

E-Mail suzuran@amigo2.ne.jp



連載

学校運動部活動と連携するクラブ



NPO法人七瀬の里Nクラブ

<大分県大分市>



学校運動部活動をめぐっては、少子化による生徒の減少、それに伴う教員数の減少、専門的指導力を持つ教員の不足等により、生徒のニーズに応じた部活動自体が成り立たなくなる現状があります。

このような中、令和4年6月6日に「運動部活動の地域移行に関する検討会議提言」が示され、提言では総合型クラブと学校運動部活動の連携が期待されています。

そこで今回は、学校運動部活動と連携するクラブの取り組みを紹介します。

1 クラブ概要

●高齢者生きがい健康づくり事業

送迎付き高齢者健康教室、出前高齢者健康教室、三世代グラウンドゴルフ大会、Nスポカップグラウンドゴルフ大会

●スポーツ振興および青少年健全育成事業

ジュニアサッカー部、ジュニアテニス部、ジュニア陸上部、ミニバスケットボール部、ジュニアスポーツ総合プログラム、中学生硬式野球クラブ、中学生硬式テニス部、中学生バドミントン部

●地域スポーツ振興事業

軟式野球リーグ(40歳以上の部、一般の部)、野津原地区バレーボール大会、野津原地区ソフトボール大会、野津原地区ふれあい駅伝大会、野津原地区お盆軟式野球大会、障害者スポーツ選手との交流会、その他各種大会(サッカー、卓球、テニス、全日本フリスビードッグ選手権大会)、総合型クラブシンポジウム

●中学校連携事業

大分県部活動改革調査研究事業

●地域スポーツ振興事業

Nスポ指導者地域スポーツ派遣事業



地区の駅伝大会（毎年12月開催）

2

学校側の理解構築に苦心 短期間のクラブ移行で得た教訓

中学教員だった現理事長の熱意で連携スタート

NPO法人七瀬の里Nクラブ（以下Nクラブ）は、野津原町が文科省モデル事業を受け平成14年から設立準備に入っておりました。中学校教員であった現理事長の森が平成15年に地元野津原中学校に異動となり、平成6年から始まっていた文科省総合型地域スポーツクラブ事業について興味深く見守り、ソシオ成岩スポーツクラブの学校部活動との連携を野津原でも取り組みたいと考えていました。平成15年から設立準備委員会のメンバーに入った森は、ジュニアスポーツの充実をクラブの基本理念の柱にするよう呼びかけ、ジュニアスポーツを柱に据えたNクラブが誕生しました。平成16年に誕生したNクラブの事務局長に就いた森は、生徒数、教員数が減少し部活動維持で問題を抱える中学校の教員として、教職員やPTAに対して部活動とクラブの連携について説明し理解を深め、連携の取り組みがスタートしました。

クラブ設立時から中学部活動と連携

Nクラブは平成16年設立時より野津原中学校部活動との連携を行ってきており、設立時に6つあった部活動（軟式野球、サッカー、剣道＝男女、柔道＝男女、女子バレーボール、女子卓球）にはすべて指導者を派遣しました。すぐに派遣できたのは、ジュニアスポーツが柱の当クラブには野津原地区の小学生クラブがすべて加入しており、小学生クラブの指導者が中学生への指導も引き受けてくれたからです。また、土日に関しては中学校教職員の有志の方がNクラブの指導者として関わっていただきました。

設立と同時に創設した硬式テニス部は会費、施設、運営はNクラブが行い、学校側には引率顧問を付けてもらいました。設立当初の会費は年会費のみで、部活生はクラブに年額2000円を納めてもらいました。現在の会費は月額3000円です。新設した硬式テニスは町営テニスコートを使用しましたが、他の種目は中学校の体育館、柔剣道場等を使用しました。中学校施設は無料です。また、運営面では、森が学校教員とNクラブ事務局長として関わりました。



野津原中学校硬式テニス部
運営、指導はNクラブ

2年間の完全移行で逆風も、専門的指導面で保護者から評価

設立から17年が経ち、少子化の中、学校部活動は3つ(うち1つは硬式テニス部)になり、学校とNクラブの連携は硬式テニス部のみとなっていました。そのような中、Nクラブ単独で令和元年度、令和2年度とスポーツ庁の運動部活動改革プラン(ニーズの多様化に関する調査実践研究)の委託を受け、取り組んできました。そこに令和3年度からは大分県がスポーツ庁から委託を受け、Nクラブと朝地フレンズクラブが県の事業として取り組んでいます。

今回の事業における大分県の要請は、1年目「移行の準備期間」、2年目は「完全移行」でした。2年間という短期間で完全移行は、クラブ側にとって、生徒・保護者からの不満や批判を真正面から受けることになります。ただ一方で、保護者の方々から専門的指導についての評価がありました。また、先生が教科や学級経営に集中できるとの期待感に関する意見もありました。



運動部活動改革プラン(令和2年度)
強化コース

クラブ移行へ当初は消極的だった先生方

1年目の準備期間中は学校部活動として先生が指導する日が3日間、Nクラブとして指導者を派遣して活動するのが2日間というペースで実施してきました。ただ、中学校教職員の方々の考え方は、残念ながら消極的でした。例えば学校とクラブの打ち合わせ会では、「部活動を奪われた」という先生の発言もありました。移行への時間が短く、全国的に移行への機が熟していないこともあり、部活動の地域移行は先生方にとって素直に受け入れる環境になかったのかもしれませんが、それでも先生方には完全移行後はNクラブの指導者となって指導していただくようお願いしましたが、協力していただけたところまではいきませんでした。

完全移行の難しさが表面化

このように学校側から理解されない状況の中、2年目の完全移行に進んでいきました。先生が入れ替わる新学期の4月から、中体連の最後の大会がある6月までの時期は3年生にとって一番大切な時期でもあり、完全移行の難しさが表面化してしまいました。部活動として週5日あった活動がNクラブの活動のみの週3日になり、生徒のやる気や大会参加への意欲を減退させてしまう状況も生まれました。

理解得て先生もクラブ指導者に 移行期に必要なのは生徒中心の議論

それでも学校側の理解が徐々に進み、最終的には先生方の数名がNクラブの指導者となっていただき、活動日を保障することができたため、生徒は最後の中体連大会に参加し、中学校部活動を終えることができました。この間、学級担任のバスケットボール部顧問の先生が、他の先生方にアドバイスする役割を引き受けていただいたことで、先生方がクラブ指導者となる大きな助けとなりました。

地域移行で大切なことは、指導者の確保はもちろんですが、移行期における学校側とクラブの協力体制の構築だと思います。やはり、生徒を中心にした議論が必要ですし、生徒が思い切りスポーツに打ち込めるための移行の方法や役割分担を明確にしておくべきと感じています。

3 中学生世代のスポーツ充実に向け、地域ごとに受け皿を

生徒数が少ないため、希望調査を経て個人種目を新設

野津原中学校は全校生徒60名あまりのため、活動種目に限りがありました。こうした事情を踏まえ、今回の完全移行を機に団体ではなくバドミントン、卓球、陸上競技の個人種目を新たに用意し、生徒に希望を調査しました。新入生が入学した段階で1、2年生を対象に新種目の新設を予告するとともに、どの種目に参加したいかの希望をアンケート調査しました。その結果バドミントンのみ希望があり、バドミントン部を新設しました。2年生は20名のうち、既に部活動に参加していた生徒は2名（硬式テニス）でしたが、新設されたバドミントン部に4名が入部し、6名の生徒がスポーツに親しむようになりました。また、完全移行としてNクラブが運営する初年度に入学した1年生は全14名中の9名がバドミントン部に入部してくれました。

既にNクラブには野球、サッカーなどの集団スポーツは存在していますので、今後は個人種目を中心に新設し、野津原中学生だけでなく近隣中学校にも生徒募集を行い、発展性や継続性をテーマに中学生世代のスポーツを充実させていきたいと思っています。

地域の中で広げたいネットワーク

また、1つのクラブが完全移行しても部活動改革が終了したわけではありません。Nクラブとしては、今回、県の委託事業を受けた朝地フレンズクラブとともに「大分県ジュニアスポーツ振興育成会」(仮称)を立ち上げ、指導者育成と受け皿組織の構築を行っていきます。大分県には約2万9千人の生徒が在籍しており、500人～1000人の中学生が生活するエリアに1つの受け皿クラブをつくる構想を目標に、県内に30～50の受け皿クラブづくりに向けて取り組んでいきます。この育成会は地域、学校、行政、地元企業、プロチームの協力体制を築きあげ、これまで先生と生徒の間でのみ存在していたネットワークを地域、地元企業、学校、生徒の大きな輪の中のネットワークに変えていこうと思っています。これまで学校の先生の無償の犠牲で成り立っていた中学生スポーツを地域の中で感謝の輪を広げることにより、地元企業の経済的支援を生み出し、すべての生徒にスポーツ機会が保障され、家庭環境の違いによりスポーツの機会が奪われることのないようにしたいと強く思っています。

(NPO法人七瀬の里Nクラブ 理事長 森 慎一郎)

クラブプロフィール

設立年月日 平成16年4月29日(平成19年9月27日法人登記)

所在地 大分県大分市大字野津原397番地

運営 会員数555名(令和4年3月現在)、予算規模51,000万円(令和3年度)

特徴 ・小学生、中学生の会員が4割を占める

・地域のスポーツ大会をすべて担う

・高齢者の健康づくり、仲間づくりに力を注ぐ

連絡先 〒870-1203 大分県大分市大字野津原397番地

TEL / FAX 097-588-1662

URL <https://nspo-oita.com>

E-Mail info@nspo-oita.com





助成金情報

高齢者福祉助成(近畿 2府 4県限定)

[実施団体] (公財)大阪ガスグループ福祉財団

活力あふれる長寿社会を実現するため、高齢者を対象にした福祉活動や高齢者の社会参加を支援する活動など、「高齢社会における地域福祉づくり活動」に対して助成します。

※滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県、京都市、大阪市、堺市、神戸市の社会福祉協議会の推薦が必要です。

[申込期間] 令和4年7月1日(金)～令和4年8月31日(水)

申込書をダウンロードし必要事項を記入のうえ、社会福祉協議会へ提出してください。

http://www.osakagas.co.jp/company/efforts/fukushi/jyosei/fukushi_detail.html





お知らせ

日本スポーツ協会情報

熱中症対策について

暑いとき、屋内外のスポーツ活動で特に気をつけたいのが熱中症。一方、熱中症の予防原則はすでに確立されています。適切な予防措置を講じることで、スポーツ活動中の熱中症は防ぐことができます。

「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」では、以下の内容を中心に実践的な情報も掲載していますので、暑熱環境におけるスポーツ活動に役立てましょう！

- スポーツ活動中の熱中症予防に関する知識
- 熱中症が疑われるような症状がみられた場合の対処方法
- 応急措置など

「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(デジタル版PDF)はこちら

<https://www.japan-sports.or.jp/medicine/heatstroke/tabid523.html#04>

また、上記ガイドブックの内容を子ども向けに分かりやすくまとめたデジタルブックを7月1日に公開しました。

指導者・保護者の方も一緒にぜひご覧ください！

子ども向け「防ごう熱中症!! 元気にスポーツ」(デジタルブック)はこちら

<https://www.japan-sports.or.jp/medicine/heatstroke/tabid523.html#05>



地域課題解決に向けた取り組みを行うクラブ紹介動画を公開

全国の総合型クラブで取り組まれている様々な地域課題の解決に向けた取り組みの紹介動画を当協会HPにて公開しました！

本号に取り組みを掲載いただいた「一般社団法人N-link.」を含む、計9クラブを紹介しています。本動画が、地域が抱える課題を解決する一助になれば幸いです。

<紹介テーマ・クラブ>

- 部活動との連携
 - ・ NPO法人新町スポーツクラブ(群馬県)
 - ・ NPO法人つけちスポーツクラブ(岐阜県)
 - ・ NPO法人総合クラブとさ(高知県)
 - ・ 特定非営利活動法人総合型SC長与スポーツクラブ(長崎県)
- スポーツを通じた介護予防、健康増進
 - ・ 一般社団法人N-link.(北海道)
- 子どもの体力向上
 - ・ NPO法人かがみいしスポーツクラブ(福島県)
- 障がい者のスポーツ参加
 - ・ NPO法人ネージュスポーツクラブ(新潟県)
 - ・ NPO法人しいだコミュニティ倶楽部(福岡県)
- スポーツによる地域活性化の促進
 - ・ NPO法人スポーツコミュニティ軽井沢クラブ(長野県)

動画の視聴はコチラから

<https://www.japan-sports.or.jp/local/tabid1351.html>

