



# 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] <https://www.jpnsport.go.jp/>

スポーツくじ



## 特集★障がい者スポーツに取り組むクラブ

認定NPO法人新発田市  
総合型地域スポーツクラブ「とらい夢」(新潟県)

[http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/R5/MM168\\_trymu.PDF](http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/R5/MM168_trymu.PDF)

## 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

一般社団法人ウェルネスファム(香川県)

[http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/R5/MM168\\_wellnessfam.PDF](http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/R5/MM168_wellnessfam.PDF)

## 特別企画★子どもの体力向上に取り組むクラブ

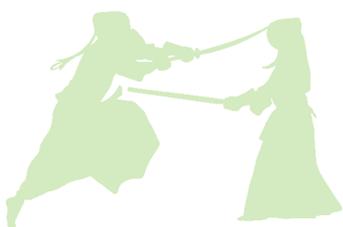
さざ俱樂部(長崎県)

[http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/R5/MM168\\_saza.PDF](http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/R5/MM168_saza.PDF)

助成金情報 ▶▶▶ 詳細

お知らせ ▶▶▶ 詳細

バックナンバー ▶▶▶ 詳細



# 特集

## ★障がい者スポーツに取り組むクラブ★

### 認定NPO法人新発田市総合型地域スポーツクラブ 「とらい夢」 新潟県新発田市

総合型地域スポーツクラブは、地域コミュニティの核として期待されており、さまざまな地域課題の解決に向け、地域スポーツ団体等と連携を図ることが重要となってきます。総合型クラブは、障がい者スポーツの推進を図るため、地域の障がい者がスポーツに親しむことができる環境を今後さらに提供することも望まれております。

そこで今回は、障がい者スポーツに取り組むクラブについて紹介します。

#### 1

## クラブ概要

特定非営利活動法人新発田市総合型地域スポーツクラブが正式名称ですが、『とらい夢』という愛称で活動しています。子どもからお年寄りまで、障がいの有無にかかわらずだれもがスポーツに親しめる環境づくりをめざして、全世代に向けたスポーツ教室の開催、とらい夢カップ等の大会・イベントの開催、指導者の派遣、スポーツ施設の管理・運営等を行っている総合型クラブです。

### 会員数約1,200名、年間66教室を開催

約1,200名(団体会員:約700名 利用会員:約500名)(令和5年3月31日現在)

※団体会員は当クラブの加盟団体で、利用会員はお得に教室参加できる会員となります。

### 令和5年度実施の教室事業(予定)

大人の健康づくり事業	
エクササイズ教室	19教室
シニア教室	3教室
スポーツ教室	2教室
シーズン教室	2教室
	小計26教室
子どもの健康づくり事業	
キッズスポーツクラブ	6教室
キッズスポーツスペシャル	4教室
キッズネイチャークラブ	2教室
夏・冬体験会	19教室
ジュニアプレススポーツ	2教室
	小計33教室
障がい者スポーツ事業	
チャレンジスポーツ2023	1教室
チャレンジダンス	1教室
チャレンジスイム	1教室
チャレンジファミスポリトル	1教室
チャレンジファミスポキッズ	1教室
チャレンジスキー	1教室
竹俣特別支援学校・放課後運動活動	1教室
	小計 7教室
	年間合計66教室

## 11名の事務局職員で多岐にわたる業務を担う

事務局職員は11名おり、業務部および総務部で構成されています。主に運動指導にあたる職員もいれば、新発田市スポーツ協会や新発田市スポーツ少年団の業務を担う職員もいます。新発田市カルチャーセンターをクラブハウスとし、施設管理を行いながら教室事業を担当している職員もいます。

## 初級パラスポーツ指導員を配置

障がい者スポーツ事業の担当者を配置し、企画から当日の指導に至るまで一元的に管理・運営を行っています。指導にあたっては、初級パラスポーツ指導員などを配置しているほか、ふだん行っている施設の管理運営業務で得た知識を生かし、施設の特性や安全管理についても気を配りながら実施しています。

# 2 さまざまな障がい者スポーツ教室を開催

## 15年前からスタートした障がい者スポーツへの取り組み

平成20年に知的障がいの子どもの対象とした単発の教室を開催したことが始まりで、初代の事務局長(平成24年～平成28年)が、行政の福祉の経験が長かったこともあり、このときからさらに力を入れるようになりました。

国や県からの助成金を活用して通年の教室を少しずつ増やしてきました。

## チャレンジスポーツ

月1回/年間全9回の中学生以上を対象とした教室で、月ごとに1種目、ボッチャやフライングディスクなどさまざまなスポーツにチャレンジしています。\*参加延べ人数141人(令和4年度実績)



みんなでウォーミングアップ!



フライングディスク遠投練習中!



ボッチャ投球練習中!

## チャレンジダンス

月1回/年間全8回の中学生以上を対象とした教室で、ストレッチや体操から始まり、いろいろなステップを練習し、全身を動かしてリフレッシュしています。\*参加延べ人数97人(令和4年度実績)



先生のカウントに合わせてステップ練習中!



音楽に合わせてステップ練習中!

## チャレンジスイム

月1回/年間全6回実施している、特別支援の必要な小学生を対象とした水泳教室で、潜る・泳ぐを楽しんでいます。\*参加延べ人数48人(令和4年度実績)



プールサイドに座り、足をバタバタ!



バタ足の練習中!

## チャレンジファミスポ・リトル

障がいの有無に関係なく参加いただけるユニバーサルな教室として、昨年度から始めた新しい教室です。年3回、歩き始め～幼児とご家族に向けた運動遊びをメインとした内容で実践しています。\*参加延べ人数38人(令和4年度実績/家族で参加)



【うさぎ組】  
おうちの人の足の上に乗って  
落ちないようにゆらゆら歩き!



【うさぎ組】かにさんに変身



【ひよこ組】  
おうちの人の足に乗って飛行機ブーン

## チャレンジファミスポキッズ

月1回/年間全9回、特別な支援が必要な小学生とご家族で行う運動教室です。さまざまな運動遊びを通して、親子で身体を動かしています。\*参加延べ人数61人(令和4年度実績/家族で参加)



みんなでしっかり準備体操!



フラフープをくぐってみよう!

## チャレンジスキー

年1回、特別支援の必要な小学生・中学生を対象としたスキー教室です。\*参加人数12人(令和4年度実績)



## 竹俣特別支援学校・放課後運動活動

新発田竹俣特別支援学校の生徒を対象に、年8回(夏期4回、冬期4回)、放課後の時間帯を利用して運動活動を開催しています。種目はポッチャ、バスケットボール、フライングディスク、タスポニー、ソフトバレー等です。連携のきっかけは、新発田市における障がい者スポーツの充実のため、市内福祉施設、特別支援学校、新潟県障害者スポーツ協会等からなる「しばたパラスポーツ推進委員会」が組織したことです。委員会では、しばたパラスポーツ振興応援事業に関することをはじめ、障がい者の運動の習慣化、実施場所の検討、市内にどれくらい対象者がいるのかなどが話し合わせ、そのなかでこの活動が生まれました。

## 「しばたパラスポーツ振興応援事業」の助成金を活用

参加費に加え、「しばたパラスポーツ振興応援事業」からの助成金を活用して事業を実施しています。

➡「しばたパラスポーツ振興応援事業」とは、新発田市における障がい者スポーツ(以下「パラスポーツ」という)の普及啓発活動と競技力向上に必要な環境整備を行い、接続可能なパラスポーツ環境を育むことを目的としています。各競技団体から強化指定等を受けたパラスポーツ選手やパラスポーツの普及啓発活動を実践する団体に対し、しばたパラスポーツ振興応援助成金を交付しています。活動資金は新発田市からの負担金と当クラブが受付窓口となっている寄付金により運営されています。寄付は当クラブホームページより受け付けております。

## 連携・協力をいただいている団体

新発田市、新潟県障害者スポーツ協会、新潟県立新発田竹俣特別支援学校等。

## 取り組むなかで気をつけていること

### ●障がいの種別や注意事項の把握

➡把握した情報を指導者や従事者間で共有することで、安心して参加いただける(または従事できる)環境の整備に努めています。

### ●対象者への接し方

➡活動を無理強いしないことをはじめ、参加者との距離感を大事にしています。

### ●内容・種目選び

➡さまざまな特性の方がいらっしゃいますが、それぞれで楽しめるように、なおかつ、ある程度の運動量を確保できるように内容や種目選びを行っています。

### ●チラシ等のルビ表示

➡チラシや申し込み書内のすべての漢字にルビを振り、漢字が苦手な方にも伝わるものにしていきます。

### 3 参加者の送迎、ボランティアの確保が課題

#### 取り組みの効果や影響

- 障がい者の余暇活動の場の提供や運動不足解消に寄与していると感じています。
- 親子でふれあう機会を提供できていると感じています。

#### 取り組みに関する問題点

- チャレンジスイムは実施できる会場が少ない(令和5年4月現在、新発田市内で利用できる場所はありません)。
- 送迎が必要な参加者もいるため、人員や車両の確保が難しいです。

#### 今後の課題

- 補助スタッフとしてボランティア参加していただける方の参加
- 参加者の送迎
- ➡申し込みの段階で送迎の必要性を確認し、必要であれば社用車で対応しています(現在は6人程度)。しかし、今後希望者が増えた場合、乗車定員や運転手確保の面から対応が難しくなってきます(以前はクラブでマイクロバスを所有していたため、送迎人数を気にする必要はありませんでしたが、令和3年度に廃車となったため、このような課題が生まれました)。
- 広報活動

### 4 部活動の地域移行で教育委員会と密な連携を図り 市民の1割が関わるクラブをめざす

#### 目標

- 市民の1割(1万人)が関わるクラブにすることです。

#### 課題

- 部活動の地域移行にどのように関わっていけるか。
- ➡市内10校の地域をカバーしていることから、一部の地域を先行させるのではなく全市的な取り組みとなるよう教育委員会と密な連携で進めていきます。

#### 予定している取り組み

- 働く世代へのアプローチ(企業の健康経営の充実)
- 幼児運動指導のスキルアップによる、幼・保・こども園からの運動指導依頼の拡大
- 障がいを持つ中・高生の日常的な運動機会の充実

## クラブプロフィール

**設立年月日** 平成18年2月28日（平成18年2月28日 法人登記）

**所在地** 新潟県新発田市本町4丁目16番83号

**運営** 会員数：1,200名（令和5年3月現在）、予算規模約1億2,000万円（令和5年度）

**特徴**

- ・10万都市1クラブ
- ・新発田市の主要体育施設の管理・運営を受託
- ・職員数36名（令和4年4月1日現在）

**連絡先** 〒957-0054 住所：新潟県新発田市本町4丁目16番83号

TEL：0254-28-7510 FAX：0254-28-7511

HP：<http://www.trymu.com/>

E-mail：info@trymu.com



## 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 ウェルネスファム 香川県高松市

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。

### 1 クラブ概要

#### 年齢や性別、経験や障がいの有無などの垣根を越え活動

ウェルネスファムは、香川県高松市の商店街地域、高松第一小・中学校区を中心に、スポーツや健康の教室、地域活動など、総合型地域スポーツクラブの活動を通じて、年齢、性別の垣根を越え、人と地域がつながる街づくりをめざして活動しています。会員は年齢や性別、経験、障がいの有無に関係なく一緒に教室に参加しています。

#### 地元のつながりを生かし、積極的なコミュニケーションで人材を確保

活動内容は、水泳を中心に、体幹&筋トレ、フィットネスキックボクシング、ストレッチ、メディカルアクアフィットネス(水中運動)、貯筋運動の教室を開催。元プロの選手や、(公財)日本スポーツ協会をはじめ、関係各所の資格を取得した指導者が指導にあたっています。地元のつながりや活動を通じて知り合う方に加えて、行政のイベントなどへ参加するなかで積極的なコミュニケーションをとることによって人材確保の機会が生まれてきました。

また、活動場所も地元を生かし、公共施設のほかに、商店街の貸スペースや寺院を活用しています。

### 2 さまざまな施設や団体と連携した活動に取り組む

#### “貯筋運動”を取り入れ、介護福祉施設と連携できることを実証

代表でもある松山哲也は競技別の指導者資格だけでなく、健康に関する勉強も重ね、健康運動指導士の資格を取得後、(公財)健康・体力づくり事業財団推奨、福永哲夫氏(鹿屋体育大学元学長)が提唱する、自分で筋肉を貯めて介護予防や健康増進を図る「貯筋運動」<https://www.health-net.or.jp/tyousa/tyokin/index.html>を広げるべく、貯筋運動指導者研修会を修了しました。

令和元年度に、(公財)健康・体力づくり事業財団の貯筋運動ステーションを開催。地域のデイサービス施設を利用させていただき、新聞チラシなどを見て集まった一般の方が参加されました。

公共施設などでの開催が多いなか、デイサービス施設での開催は、利用をしたことがない参加者に施設を知っていただくきっかけとなり、総合型地域スポーツクラブと介護福祉施設が連携できることを実証したものになりました。



(公財)健康・体力づくり事業財団の貯筋運動ステーションとしての貯筋運動教室(令和元年)

### イベントを通じて、指導者や運営側の育成も

代表はもともと商店街育ちのため、地元との結びつきが強く、さらにフィットネストレーナーの資格を生かし、介護施設や医療施設を対象に活動するなかで、行政や(公財)高松市スポーツ協会、(公財)健康・体力づくり事業財団、商店街組合、地域の福祉や医療関係施設、老健施設とも連携を深めてきました。各所でクラブ主催の貯筋運動教室を開催するとともに、だれもが参加できるイベントなどの機会にも、スポットで貯筋運動を体験できる企画を実施したり、健康関係の企業に協力をしていただき、健康に関するセミナーも実施しています。

また、指導補助として、福祉や医療関係の学生を受け入れたり、貯筋運動指導者の養成、他の総合型地域スポーツクラブでの貯筋運動教室の実施協力など運営側の育成にも力を注いでいます。

### 資料や動画を作成し“日々継続”を促進

貯筋運動の際には、日々家庭でも継続していただけるよう、健康に関する話のなかでも、特に高齢者が興味を持っている生活習慣病予防の話や、口腔運動「パタカラ体操」を貯筋運動と同時にを行うなど、バリエーションをつけることで、楽しく知識を学べる場にもなるよう心がけています。

さらに、どこでも体操を振り返っていただけるよう、貯筋運動を促進する資料を作成して、参加者に配布しています。

また、コロナ禍に高松市では新しい生活様式に合わせた運動の機会の創出のため、運動プログラム動画の配信を開始し、代表の松山は貯筋運動プログラム動画を担当しました。<https://www.youtube.com/watch?v=RVbK4aMmr54>



貯筋運動を普及する人のための研修・令和3年度貯筋運動研修会



ほかの総合型地域スポーツクラブでの貯筋運動教室の実施協力(講師と指導者講習/令和4年~令和5年)

### 3 それぞれのニーズに合わせた指導で健康維持の一助に

#### 「はつらつくらぶ」(一般介護予防事業)をきっかけにチャレンジ精神がめばえる

また、令和3年より、高松市の業務委託事業「はつらつくらぶ」(一般介護予防事業)で貯筋運動教室を実施しています。

「はつらつくらぶ」は、高松市内在住の65歳以上の方を対象とした教室を開催しており、体操・テニス・水泳・ヨガ等、市内約20カ所で実施しています。月2回×4カ月を1クールとし、好きな教室を選択して参加することができます。1人1クール限りの参加となっていますが、教室受講者に対し、運動の継続を支援する制度などもあります。

この「はつらつくらぶ」をきっかけに、もともとウェルネスファム独自で行っていた教室で貯筋運動水泳を続けたり、メディカルアクアフィットネスにチャレンジして下さったりと広がりを見せています。

「はつらつくらぶ」参加時には杖をつけて歩いていた方が、ウェルネスファムのメディカルアクアフィットネスの教室にも参加し、貯筋運動を家庭でも継続して行うことによって、1年後には杖もなく歩けるようになり、2年後の現在、自転車にも乗れるようになりました。今では泳げることをめざしていますが、その姿に刺激され、私も泳ぎたいと一緒に頑張る会員も増えました。



高松市の業務委託事業「はつらつくらぶ」  
(一般介護予防事業)での貯筋運動教室

#### 一人ひとりに合わせた指導で運動の継続、健康維持に努める

介護予防の運動は、効果が早急に出るものではないのかもしれませんが、日々の小さな積み重ねが1年後、2年後の身体を変えていくものだと実感しています。

貯筋運動はその名のとおり、お金を貯めるように、コツコツと日々自分で筋肉を貯める運動です。しかし、わかっている「毎日継続すること」は難しく、やめてしまう方が多いのも現状です。

当法人は人数が少ない分、貯筋運動をはじめ全事業において、一人ひとりに目が届く指導やケアができることが強みです。毎回のバイタルチェックやヒアリングを通じて、体調の把握やコミュニケーションをとることで、会員の運動の継続、健康の維持に努めています。

人数が多くなったときの対応方法や、運動をただこなすだけでなく、意欲的に取り組める事業内容をこれからも考案していきます。

#### 高齢者をスタッフとして運営側に

また「はつらつくらぶ」では、高齢者のボランティアスタッフをお願いしました。高齢者がいきいきと運営に参加できるだけでなく、参加者と同年代のスタッフがいることで、打ち解けた雰囲気づくりのきっかけにもなり、介護事業の運営側のあり方を考える機会ともなりました。

4

## 水陸、デジタルとアナログ 多方面からの介護予防事業のアプローチを進める

### 行政や関係各所とのあらゆる連携がキーポイント

「介護予防事業にはあらゆる連携が重要」だと思います。

一つのクラブ、一つの地域のこととしてではなく、市や県、全国といった広義のこととして捉え、多くの人や組織が連携して取り組むことで継続や発展をしていくのではないのでしょうか。

そのためにも、指導者や補助員、ボランティアスタッフ、そして開催する場所が必要不可欠です。運営側の専門知識や資格の取得、研修の機会が地方でも開催されるよう、また教室を実施する場所が多く確保できるよう、行政や関係各所と連携して活動を展開していきます。

さらにバイタルや筋力などの変化を数値化することで、効果が顕著にわかるため、行政、福祉や医療機関、学校などと連携して、何らかの取り組みができないかと考えています。

当法人の定期的な事業としては引き続き、貯筋運動教室をはじめとした陸上での介護予防事業の実施と、水中の分野から行う「水陸両方からの介護予防事業のアプローチ」を進めていきます。

### デジタルとアナログ、両方向から広報活動を模索

今後の課題として、高齢者に対する広報手段は何がいいのか？ があります。デジタル化が進んでいる社会ですが、高齢者のなかにはまだまだ、新聞やチラシの紙媒体や、電話など口頭での伝達が確実な方も大勢います。メールやWebからの申し込みが難しい現状で、スマートフォンやWebを学ぶ教室の開催や、病院やスーパーなど高齢者が手にしやすい場所にチラシ配置の協力を依頼するなど、デジタルとアナログ両方向からの広報の仕方も模索していきます。

一般社団法人ウェルネスファム 事務局長 平井 郁子

## クラブプロフィール

**設立年月日** 平成28年5月9日（平成28年5月9日 法人登記）

**所在地** 香川県高松市紺屋町5-5

**運営** 会員数：26名（令和5年4月末現在）、予算規模400万円（令和5年度）

- 特徴**
- ・スポーツと健康に関する両事業を実施。
  - ・年齢や性別、経験、障がいの有無など関係なくだれもが一緒に参加できるレッスンを実施。
  - ・指導者は（公財）日本スポーツ協会や関係各所の資格を取得。元プロ選手も指導にあたる。
  - ・活動場所：公共施設、商店街の貸スペース（フィットネスキックボクシング）、寺院（ストレッチ）を利用してレッスンを開催。
  - ・指導者の研修や会員との話し合いの機会を定期的に行う。

**連絡先**  
 〒760-0027 住所：香川県高松市紺屋町5-5  
 TEL：087-821-1192（担当平井：090-9777-5291）  
 HP：<https://www.wellness-fam.com/>  
 E-mail：info@wellness-fam.com



# 特別企画

## ★子どもの体力向上に取り組むクラブ★

### さざ俱樂部

#### 長崎県北松浦郡佐々町

令和元年以降、子どもの体力が低下傾向にあり、新型コロナウイルス感染症拡大により拍車がかかった運動不足について、抜本的に改善することが必要とされています。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

- 事務所** 長崎県北松浦郡佐々町本田原免123佐々町公民館2階
- 会員** 101名
- 教室** テニス、バドミントン、ジュニア陸上&ニュースポーツ、バレエエクササイズ(水・木)、ピラティス(月・木)、ポールピラティス、エアロビクス、書き方教室
- 事業** 佐々っ子土曜学習プログラム事業 佐々っ子スポーツ塾  
町内の小学生のキャンプ  
体力測定&ニュースポーツ教室
- 事務局** 15名の構成で活動

## 2

### 町内の小学生はだれでも参加できるスポーツ塾

#### 学童保育の時間内のスポーツ指導からスタート

当クラブでは、「佐々っ子スポーツ塾」として、町内の小学生を対象とした運動教室を平成22年度より年10回開催しています。

この教室を始めたきっかけは、町内に2校ある小学校の学童保育に対して、体力向上の一環として土曜日の学童保育の時間内にスポーツ指導のお手伝いをさせていただけないかと提案したことです。学童保育で2年間指導を行い、現在では開催場所を町民体育館等に移して、町内の小学生であればだれでも参加できる「佐々っ子スポーツ塾」を行っています。

参加申込は年に1回受け付けており、今年は町内2校ある小学校に学校を通して募集チラシを配布してもらい、4月末の3日間クラブ事務所において受け付けを行い、26人の応募がありました。

「佐々っ子土曜学習プログラム推進事業」による  
**佐々っ子スポーツ塾** 令和5年度参加者募集

対象者：佐々町内小学生（全学年）  
期 間：令和5年5月～令和6年3月（計11回）  
※団体名簿を提出して参加申し込みます  
時 間：土曜11:00  
場 所：佐々町民体育館  
参加料：年間2,000円（保険別途）  
※運動靴は各自で準備してください  
※運動靴のサイズ・水筒・タオル  
※運動靴のサイズを事前に確認してください

Instagram: @sazakko\_sports\_club

お申し込み  
受付期間：4月22日（土）23日（日）24日（月）  
受付時間：10:00～12:00  
受付場所：佐々町公民館2階 さざ俱樂部 事務局  
※申込書と参加料をご持参下さい

（お問い合わせ先）  
さざ俱樂部：TEL 070-2407-2621 E-mail sazaspports0123@gmail.com  
佐々町教育委員会（佐々町公民館）：TEL 62-6294

実施団体（主催）総合型地域スポーツクラブ「さざ俱樂部」 代表：宮島 真知代  
（後援）佐々町教育委員会

土曜学習 スポーツ塾申込みチラシ

## 基本運動から運動遊び、ニュースポーツも実施

佐々っ子スポーツ塾では、基礎的な柔軟運動やサーキット活動で体ほぐしを行ったあと、計画書に基づきさまざまな種目を実施しています。走る・投げる・跳ぶなどの基本動作を養う運動やポッチャやフロッカー(フロアカーリング)などのニュースポーツも取り入れ、子どもたちが楽しく笑顔で参加できることを目標にしています。子どもたちからの要望を受けて、広い体育館のなかを存分に走り回って行う鬼ごっこや、縄跳び、ドッジボールなどの運動遊びを行うこともあります。



フロッカー(フロアカーリング)



ポッチャ



ボール運びリレー

## オリンピックとの貴重な体験

また、県内在住のオリンピックにお願いして、陸上競技の指導教室を年に1～2回開催しています。走ることの基本や正しい姿勢などを手とり足とりわかりやすく指導してもらい、子どもたちは目を輝かせて参加しています。オリンピックとの貴重な体験は、子どもたちに「走るのが速くなった」と自信を植えつけてくれます。



オリンピックによる陸上指導

このように、スポーツ塾をきっかけとして運動が苦手な子どもたちにスポーツの楽しさを体験してもらえるよう教室運営を行っています。また、さまざまな種目を実施することで、走る・停止・歩くといった運動機能のほかに、集中力が高まり、耳を澄ませて話を聴くという行動もできるようになりました。

この3年間は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で参加者が激減しました。どのように対応したらよいのか、来月は開催できるのかと不安の日々でしたが、子どもたちの元気が私たち指導者の力の源となり、現在まで活動を続けることができています。

### 3 日々の教室を通して実感する子どもの成長

活動を開始したころは元気のない子どもたちも見受けられ、まず「朝ごはん食べてきた？」と問いかけていました。今では生き生きとした表情で元気にあいさつをし、バランス・柔軟運動や体幹トレーニングもできています。保護者からは「子どもがとても喜んで参加したので、お友達にも声かけし一緒に行きます」ということばもいただきました。日々の教室を通して子どもの成長がうかがえて楽しいです。

安全管理の面では、近年異常な暑さが続いているので水分補給に気をつけたり、十分な人数の指導者を配置し、体調管理にも気を配っています。また、保育士に協力をお願いし、幼児も少数教室に参加しています。

### 4 広報活動に力を入れ、コロナ前の活気をめざす

以前行っていた、町内二つの小学校の4年生～6年生の希望者を対象としたキャンプも、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で実践できていません。コロナ禍で指導者も入れ替わったため、十分な話し合いを行ったうえで再開していきたいと考えています。

また、毎年10月に実施している「体カテスト&ニュースポーツ教室」も新型コロナウイルス感染症拡大において参加者が激減したほか、定期的な教室も参加者が激減し、夜の教室は閉鎖しておりました。

しかし、今年度は小学校へのチラシ配布や、指導者から保護者への声かけなどを行い、昨年度より参加者が5人増加したほか、参加者の呼び戻しに向けて広報活動に力を入れ、コロナ禍前の活気を取り戻していきたいと考えています。

さざ俱樂部 会長 宮島 真知代

## クラブプロフィール

設立年月日 平成21年3月21日

所在地 長崎県北松浦郡佐々町本田原免123 佐々町公民館2階

運営 会員数:101名(令和5年1月現在)、予算規模100万円程度

特徴 『明るく健康な生活』を送るための町民スポーツの活動への定着をめざしています

連絡先 〒857-0311 長崎県北松浦郡佐々町本田原免123

TEL:070-2407-2621

HP:<https://saza-club.bbs.fc2.com/>

E-mail:sazasprot0123@gmail.com



## 助成金情報

### エネルギー文化・スポーツ財団2023年度助成後期募集情報

[実施団体] (公財) エネルギー文化・スポーツ財団

中国地域に所在する文化、スポーツに関する団体(※1)が主催し、中国地域在住者が過半数(※2)を占める活動で、中国地域内において行う活動を対象とします。

※1: 団体には、社団・財団・県体育協会等の公益法人、地方公共団体を含みます。

※2: 全国規模・西日本規模の大会は中国地域の参加者が過半数でなくても対象とします。

[申込期間]

令和5年5月1日(月)～6月20日(火)(当日消印有効)

申込書をダウンロードし必要事項を記入のうえ、簡易書留にて郵送してください。

詳細は以下のページをご覧ください。

<https://www.energia-zaidan.or.jp/support/application/>

### ヨネックススポーツ振興財団2023年度助成金

[実施団体] (公財) ヨネックススポーツ振興財団

ジュニアスポーツ振興助成事業(全スポーツ競技)すべてのスポーツ競技において、ジュニアスポーツの振興に関する事業を積極的に行い、奨励し、または自ら行い、かつ当該団体としての活動を実施している団体を対象とします。

[申込期間]

後期対象期間: 令和5年10月1日～令和6年3月31日の事業

申請最終期限: 令和5年6月20日(17:00まで)

交付申請要領をご確認いただき、Webにて申請してください。詳細は以下のページをご覧ください。<https://www.yonexsports-f.or.jp/josei.html>

### 令和5年度子どもゆめ基金助成金<二次募集>

[実施団体] (独) 国立青少年教育振興機構

子どもの健全な育成を図ることを目的に、令和5年10月1日以降に開始し、令和6年3月31日までの間に行われる子どもの各種体験活動や読書活動に対する助成を行います。

[申込期間]

電子申請システムを利用した申請のみ受け付け／令和5年5月1日～6月27日(17:00まで)。

詳細は以下のページをご覧ください。

<https://yumekikin.niye.go.jp/jyosei/>

## お知らせ

### 日本スポーツ協会情報

#### 「学校部活動の地域連携に向けた動画」を公開

学校部活動の地域連携・地域クラブ活動への移行にあたっての課題や、起こり得る状況への対応を解説した動画を、当協会HPにて公開いたしました。

本動画が、総合型地域スポーツクラブ運営者、教員、指導者等の学校部活動の地域連携に関する課題解決の一助になれば幸いです。ぜひご視聴ください。

<内容>

- ① 概論 (3分38秒)
- ② 中学校との連携 (5分36秒)
- ③ 指導者の質の保障と量の確保 (3分49秒)
- ④ 事故防止と保険加入 (4分11秒)

動画の視聴はこちら

<https://www.japan-sports.or.jp/local/tabid1401.html>

#### 令和5年度公認コーチングアシスタント養成講習会(集合講習)の開催について

「公認コーチングアシスタント」資格の養成講習会は、令和元年度から日本スポーツ協会が通信講座(令和5年度からはオンライン講座)として実施してきましたが、令和5年度からは日本スポーツ協会が承認した団体等による集合講習の開催が可能となりましたので、ご案内申し上げます。

「公認コーチングアシスタント」資格は、アシスタントマネージャー資格やコーチ1資格等の共通科目部分に該当する資格であり、より多くのスポーツ指導をする方に取得いただきたい資格です。

総合型地域スポーツクラブに関わっており、公認スポーツ指導者資格を未保有の方におかれましては、この機会に是非、オンライン講座や集合講習の受講をご検討ください。

また、集合講習の実施を希望する総合型クラブにおかれましては、日本スポーツ協会のスポーツ指導者育成部コーチングアシスタント担当(ca@japan-sports.or.jp)までご連絡ください。

※コーチングアシスタント資格の詳細は下記ホームページからご確認ください。

<https://www.japan-sports.or.jp/coach/tabid1388.html> (集合講習)

<https://www.japan-sports.or.jp/coach/tabid1387.html> (オンライン講座)

### 【集合講習の概要】

■定員:20名~30名程度(詳細は実施団体にお問い合わせください)

■申込方法:実施団体が定める。

※指導者マイページ(<https://my.japan-sports.or.jp/login>)からのお申し込みが必須となりますので、まずはその前後での必要な手続きにつきまして、実施団体までお問い合わせください。

■申込期間:実施団体が定める。

※おおよそ講習会当日の1カ月半~2カ月前までに申し込みが締切となります。

詳細は実施団体までお問い合わせください。

■実施予定団体:13団体(各団体の詳細については、上記集合講習のホームページからご確認ください。5月26日現在)

### 熱中症対策について

これからの季節、屋内外の運動で特に気をつけたいのが熱中症です。  
スポーツによる熱中症は適切な予防をすれば防ぐことができます。  
熱中症事故をなくすために、しっかりと対策に取り組みましょう。

熱中症予防運動指針やスポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック、啓発動画等はこちら  
<https://www.japan-sports.or.jp/medicine/heatstroke/tabid523.html>