

日本体育協会

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 (toto) 助成金を受けて配信しています。

スポーツ振興くじ (toto) 助成金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/>

このメールは本会 HP より登録された方々へ配信させていただいております。
配信停止設定は、メール後方のご案内をご確認ください。

現在の登録件数：4,853件



スポーツ振興くじ助成事業

INDEX

➤ 〈特別企画〉 [第1回]

[「総合型地域スポーツクラブ育成プラン2013」を策定・公表しました!!](#)

➤ 〈特集〉 スポーツ少年団と連携しているクラブ

- ▶ [NPO 法人おにすぼ \(北海道登別市\) ～手づくりが基本の施設活用術～](#)
- ▶ [コムスポクラブ東厨川 \(岩手県盛岡市\) ～既存施設を改修しクラブの活動拠点として活用～](#)
- ▶ [熊本西総合型スポーツクラブ \(熊本県熊本市\) ～地域の学校体育施設などを有効活用～](#)

➤ 〈連載〉 東日本大震災被災地 応援情報

[福島県内の支援活動](#)

➤ 〈連載〉 わがクラブの人気プログラム

[NPO 法人高城スポーツクラブ \(宮崎県都城市\) ～歩こう会 \[ウォーキングサークル\]～](#)

➤ 助成金情報

申込締切：9月30日まで

➤ お知らせ

- ▶ [総合型地域スポーツクラブ「キャッチコピー」締切迫る!!](#)
- ▶ [労力半分、効果は2倍! 「クラブのらくらく広報」をご活用ください!](#)
- ▶ [「スポーツ指導者のための倫理ガイドライン」を策定しました!](#)
- ▶ [「健幸華齢のためのエクササイズ」出版のご案内](#)
- ▶ [スポーツ指導者の資質能力向上のための有識者会議 \(タスクフォース\) 報告書について](#)
- ▶ [あくしゅ、あいさつ、ありがとう「フェアプレイで日本を元気に」キャンペーンにご協力をお願いします!](#)
- ▶ [2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会招致にご協力をお願いします!](#)

*
* あくしゅ、あいさつ、ありがとう *
* 「フェアプレイで日本を元気に」キャンペーン *
* <http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data0/fair/> *
*

〈特別企画〉 [第1回]

「総合型地域スポーツクラブ育成プラン2013」を策定・公表しました!!

日本体育協会では、これまでに寄せられた総合型クラブ関係者の意見や現状における緊急度の高い課題などを踏まえ、今後概ね5年を目途とする取り組みについて整理し、平成25(2013)年7月に「総合型地域スポーツクラブ育成プラン2013(育成プラン2013)」を策定・公表しました。

今後、本会では「育成プラン2013」に基づき、総合型クラブ育成事業を取り進めていくこととなります。

そこで、今号からは特別企画として「育成プラン2013」の内容を連載でご紹介します!

第1回目の今号では「育成プラン2013」の全体概要をご紹介します。

http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/H25/8.ikusei_plan_Vol.1.pdf

また、「育成プラン2013」の内容については、本会HP上に公開中ですので、ぜひご覧ください。

▶ 「総合型地域スポーツクラブ育成プラン2013」(全文)

http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/doc/club_ikusei_plan2013.pdf

▶ 「総合型地域スポーツクラブ育成プラン2013」について(本会HP)

<http://www.japan-sports.or.jp/local/tabid/394/Default.aspx>

[INDEXへ▲](#)

既存施設を上手に活用しているクラブ



NPO 法人おにすぽ ～手づくりが基本の施設活用術～



キーポイント

- キーパーソンが中心となり、利用状況の悪いグラウンドを整備、利用状況改善
- 空き店舗を改修してクラブハウス化
- 地域での活動を認められ市内施設の指定管理者となる

1 クラブの概要

「NPO 法人おにすぽ（以下、クラブ）」（北海道登別市）は、平成22年2月27日「のぼりべつスポーツコミュニティクラブおにすぽ」として、健康で笑顔溢れる社会づくりを理念として誕生しました。地域のサッカークラブチーム、卓球協会、登別山岳会がクラブ創りを推進し、たくさんの関係者の想いを詰め込んでのスタートとなりました。その後、クラブ運営に専念するため学校職員を退職した磯田クラブマネジャー（現理事長）がキーパーソンとなって地域施設の再利用を図り、これまで「グラウンドの確保」「クラブハウスの開設」「市民活動拠点施設の指定管理者となる」など、地域に根付くクラブ周知と種目の充実を図っています。

2 利用状況の悪いグラウンドを自ら整備

クラブでは屋外施設として、地域のグラウンドを練習や大会開催で使用しています。しかし、当初はほとんど活用されておらず、利用する側の視点で管理されているとはいええない状況でした。そこで磯田理事長が学校職員としての経験を活かして、「手間をかけずにグラウンド整備ができるはず」とクラブ関係者に提案し、次に行政担当者に「あのグラウンド、僕たちがきれいにしてもいいですか？」と交渉した上で、整備を始めました。

磯田理事長の知人の建設業者に協力して頂き、会員、関係者と共に自賄いで整備を進め、市の予算を下回る経費で管理業務を行うことが実現できました。その実績が認められ、行政から整備委託契約を受けることができました。今では利用申請を出してまで使用したいという団体が増えています。

3 空き店舗をクラブハウス化

クラブでは、シャッター街と化していた駅前商店街の空き店舗をクラブハウス化しました。登別市では、商店街活性化に向けて空き店舗助成制度を実施していたので、クラブではその助成制度に着目し、1階が店舗・2階が居住空間・駐車場が15台分ある、元は選挙事務所として活用されていた店舗を発見し、賃貸契約を結ぶことを計画しました。ところがその過程で、その店舗が助成制度対象外地域であることがわかりました。

しかし、クラブハウスを持つことの意義や活動の自由度が増すことを見据えた結果、新たなプログラム開発やクラブハウスの賃貸料を稼ぎ出す仕組みを生み出すことで経費面は対応しようと考え、契約・開業に向けての準備が始まりました。クラブハウスのパーティーションは選挙事務所として使用されていたものをリサイクルし、内装はすべてスタッフの手づくりとしたため安価となりました。

■主な経費

① 間仕切りなどの費用	約10万円	
② スタジオ用の鏡貼り付け（壁全面）	約25万円	
③ 音響設備	約20万円	
④ 備品（デスク・ロッカーなど）	約15万円	
⑤ 契約料	20万円	合計 90万円

手作りのため予定よりは遅れましたが、ダンススタジオのあるクラブハウスが完成し、開業を迎えました。

毎月の賃貸料は駐車場込で10万円ですが（経費はクラブ会費収入で対応）、スポーツ観戦の会場、会議室等としても活用できます。また、クラブのバスも購入し、地域住民に役立つクラブとして前進しました。既存施設を活用するという意識の高さがこれらの投資に結び付き、大きなチャンスとなったと考えています。



4 地域で選ばれにくい施設の指定管理者となる

クラブでは、さらなる安定したクラブ運営のために指定管理施設の確保を目標としました。競合する公共施設は避け、敬遠されがちな施設をクラブが再生するという意識のもとに「市民活動センターのぼりん」の指定管理者となりました。この背景にはグラウンド整備、クラブハウスの開業、総合型クラブとしての活動実績などの積み重ねが行政から評価されたと考えられます。地域住民目線による活動の構想、ホスピタリティの意識、リスクマネジメントなど、総合型クラブで学んだノウハウが現場で生かされています。

5 今後の展望

磯田理事長の発想、行動力は「一期一会」の活用です。これがクラブにとっての推進力となっています。それに加え、外出しがちな理事長をしっかりと支えている事務局があるからこそクラブとしての成長を遂げています。今回の指定管理を受けた市民活動センターが、スポーツだけではなく市民活動と一体化した「総合型クラブ」としての大きな一歩と感じています。

（北海道クラブアドバイザー 久保田智）

クラブプロフィール

設立年月日：平成22年2月27日

平成25年3月19日法人格取得

地域：北海道登別市全域

運営：会員数 250名（平成25年6月現在）

予算規模 2,700万円

特徴：10種目15展開の定期教室の開催と、Jリーグのサッカー教室などイベントも多数開催。地域FMをスポンサーラジオ放送で市民活動を紹介する番組を開設。福島県総合支援事業を受託し、白樺の木を被災地に送り、その加工品の制作・販売を通じて得た収益金により被災地を継続支援するなど枠組みに囚われない幅広い活動を行っています。

連絡先：登別市富士町4丁目6番地2

TEL・FAX：(0143) 81-7444

E-mail：noboribetsusc@yahoo.co.jp

クラブHP：<http://onispo.web.fc2.com>

既存施設を上手に活用しているクラブ

コミスポクラブ東厨川^{くりやがわ}

～ 既存施設を改修しクラブの活動拠点として活用 ～



キーポイント

- 指定管理者と協力して既存施設の改修を実施
- 利用率が悪かった既存施設の利用率向上に貢献
- 行政に活動実績が認められ既存施設の指定管理者となる

1 クラブの概要

「コミスポクラブ東厨川^{くりやがわ}（以下、クラブ）」(岩手県盛岡市)は、東厨川地域で自主的な福祉活動を実践していた「東厨川福祉推進会」の会長が地区の体育指導委員(現スポーツ推進委員)や地区活動センター職員など、地域で活動している人たちに声を掛けたのがきっかけで設立された総合型クラブです。クラブ理念は「活動を通じて地区の青少年の健全育成と地域住民の生涯スポーツの推進を図りながら、安全で活力ある地域コミュニティの実現」であり、現在は11の教室やサークル、季節毎のイベント、地域の他団体と連携した事業等を開催しています。

今回は現在、クラブが指定管理者として事務局を置き、活動拠点にもなっている「盛岡市屋内ゲートボール場」の活用についてご紹介します。



2 指定管理者と協力して既存施設改修に着手

盛岡市屋内ゲートボール場は、平成17年度までゲートボール専用施設でしたが、夏季には使用する人がほとんどおらず、常駐の職員もいないような状態でした。そのような状況もあり、平成18年度から同施設の指定管理者が公募されました。そこで、クラブ設立に大きく関わっていた「東厨川福祉推進会」と岩手県内で生涯スポーツの普及・支援を目的に活動を行っていた「NPO法人スポレクRネットいわて」が協同で指定管理者への申請を行い、施設を多目的に利用できるように改修することを提案した結果、指定管理者となりました。クラブは当時、創設準備中であったことから、両団体と協力体制を取りながら、同施設の利活用方法について検討を行う方針としました。

指定管理者となった東厨川福祉推進会とNPO法人スポレクRネットいわては、指定管理料の中で、これまでゲートボール場としてのみ利用されていた施設を多目的に使用できるようにテニスコート1面を設置するとともに、施設内に防球ネットを張り、電球カバーの取り付けなどを行いました。これらの改修作業をクラブが指定管理者と一緒にやって行ったことで、施設改修後はクラブが優先的に施設を使わせていただくことができるようになりました。

その結果、平成18年12月にクラブを設立した時点でこのゲートボール場を活動拠点にすることができ、ほとんどの活動を同施設と隣の厨川地区活動センターで行うことができます。また、平成18年度にはクラブ以外にも多くの利用者がおり、施設は前年比約200%の利用率となりました。これは盛岡市の期待に沿う結果となったようです。



3 クラブが指定管理者となった効果

平成21年度以降の指定管理者募集にあたり、クラブが単独で指定管理者の申請を行うこととなりました。盛岡市に対しては「地域の施設は、地域の人たちで管理・運営していきたい」と訴え、盛岡市からはこれまでの活動実績や地域に根ざした運営が認められ、「盛岡市屋内ゲートボール場」の指定管理者になることができました。併せて、同施設をクラブ事務所として活用することへの許可をいただくこともできました。

現在は指定管理者として、より地域に密着した運営を心掛けており、地域の退職された方や主婦の方を5名雇用して施設の管理・運営を行っています。また、クラブ会員を中心とした地域住民が施設の修繕なども積極的に行ってくれており、予算内でトイレの改修を行うなど、利用者が使いやすい施設作りを目指しています。着実に地域に根ざした運営を行ってきており、地域の資源でもある「盛岡市屋内ゲートボール場」をうまく活用しながら、今後も活動を展開していきたいと考えています。

4 総合型クラブのロールモデルとして

最後に、盛岡市では平成25年4月に新たな「スポーツ推進計画」を策定し、その中で新たな総合型クラブの育成についても検討しています。クラブが、地域に根ざした総合型クラブのロールモデルとして、これから設立を予定している各地域の参考となるような活動、運営を続けていってほしいと思います。

(岩手県クラブアドバイザー 伊藤啓太)

クラブプロフィール

設立年月日：平成18年12月9日

地域：岩手県盛岡市東厨川地区(7町内会)

運営：会員数 237名(平成25年7月現在) 予算規模 約1,168万円(平成24年度)
地域に根ざしたクラブ運営(運営委員は各町内及びサークルから選出)

特徴：〒020-0127 岩手県盛岡市前九年3丁目9-27

連絡先：TEL・FAX：019-641-8484

E-mail：comispo.hk@jewel.ocn.ne.jp

クラブHP：<http://www.morioka-21net.com/comispo-hk/page04-okunai-gateball.htm>

既存施設を上手に活用しているクラブ

熊本西総合型スポーツクラブ ～地域の学校体育施設などを有効活用～



キーポイント

- 行政の支援方針により小学校体育施設を管理（8校）
- 小・中学校体育施設の活用や、高校運動部活動と連携してプログラム展開
- クラブの取組みにより、多くの地域住民がスポーツする機会を創出

1 クラブの概要

「熊本西総合型スポーツクラブ（以下、クラブ）」（熊本県熊本市）は、平成18年5月7日に設立されました。8小学校区を対象としていることから“スポレク・エイト”という通称が浸透しており、地域の方々には「スポレク」や「エイト」の名前で親しまれています。

今回は、クラブが学校体育施設や公共施設を活用している取り組みをご紹介します。

2 小学校体育施設の優先利用・夜間管理

熊本市では、平成12年度に策定した「熊本市生涯スポーツマスタープラン」において、総合型クラブの育成・支援する方針を定めており、市内の総合型クラブに対しては、学校施設開放を通して、活動場所の確保や財政的な支援を行っています。

○活動場所の確保

・小中学校運動施設の年間優先利用（夜間）

○財政的な支援

・学校運動施設夜間管理業務委託

また、小中学生のプログラムに対しては、施設使用料は免除されますので、クラブとしては、財政面でかなり助かっています。

クラブでは現在、活動地域にある小学校8校・中学校2校の優先利用及びその中の3校の管理委託を行っており、市内の総合型クラブで最多の管理数です。その他、活動地域内には公立中学・高校や公民館、公園、野球場などがあり、いずれも必要に応じてクラブが活用しています。会員にとってはプログラムが近隣の学校施設で開催されますので、誰でも参加しやすい環境設定が可能です。特にミニバレーボールのニーズが高く、5つの小学校で実施されています。

また、体育館の倉庫も学校のご好意でクラブの用具を置ける場所を提供していただいているので、皆で使う用具の持ち帰りが不要となり、助かっているそうです。校長先生自らが、用具をたくさん置けるように棚を作ってくれた学校もあります。

3 熊本西高等学校のグラウンドを使用したタグラグビー

クラブでは、全国高等学校ラグビー選手権大会出場常連校である熊本西高校ラグビー部の協力を得てタグラグビーを開催しています。

クラブには以前より、タグラグビー開催の要望があり、クラブ事業に参加いただいた方の中でお子さんが熊本西高校のラグビー部員である方がおり、同校ラグビー部監督と交渉していただき、教室を開設しました。

子どもたちは、毎月第3日曜日熊本西高校のグラウンドで、同校ラグビー部の指導のもとでタグラグビーを楽しん

でいます。芝生のグラウンドは気持ち良くて疲れにくく、子どもたちはとても楽しんでます。



4 中学校のグラウンドを使用した女子サッカー

クラブ設立当初、女子サッカーチーム「城山FCレディース」がクラブに所属することとなり、行政に掛け合い、中学校グラウンドの夜間照明施設をサッカーも利用できるように調整いただきました。その結果、これまで昼間の練習時間・場所の確保が難しかった女性の活動が充実し、平成24年度に文部科学省生涯スポーツ優良団体として表彰されました。

平成25年度から子どもも一緒に参加できるようにしており、毎週木曜日の夜に、親子で声を掛け合いながらボールを蹴り合う姿がみられます。



5 公園・野球場を使用したグラウンドゴルフ大会

グラウンドゴルフは近隣の公園や河川敷で愛好者が日々練習を行っており、クラブでは愛好者を集めて、毎月第4月曜日に公園と野球場が接する場所で大会を開催しています。

参加者は高齢の方が多いため、健康面を考慮し準備運動では市高齢者支援センターの専門職員による、グラウンドゴルフのスティック（クラブ）を使った柔軟体操が念入りに行われています。



6 今後の展望

現在クラブでは、近隣の学校施設を活用できていますが、利用人数が少ないプログラムが存在しており、会場使用料を節約するためにも、1つの会場で複数のプログラムを実施いただくようプログラム責任者に交渉中です。

また、山や海など地域資源に恵まれていることもあり、自然を体験できるプログラムを取り入れることを計画しています。より多くの住民に参加してもらい、地域のよさを知っていただきたいとのことです。

(熊本県クラブアドバイザー 永田好文)

設立年月日：平成18年5月7日

地 域：山あり海あり平地ありで、広範囲にまたがっている

運 営：会員数 335名(25年6月末現在) [小学生以下57%、50代以上31%]
年間予算 572万円(平成25年度)

特 徴：クラブの活動場所として活用できる施設が多い

連 絡 先：〒860-0067 熊本県熊本市西区域山大塘2-1-1 西部スポーツ内

TEL：096-200-8014 FAX：096-200-8014

E-mail：sporec8@iwa.bbiq.jp

福島県内の支援活動



キーポイント

- 福島県双葉地区連絡協議会が自ら交流活動を実施
- 福島県双葉郡広野町のクラブが自らスポーツ大会を開催
- NGO 団体が福島県内にある総合型クラブの活動を支援

今回は、福島県内での総合型クラブなどによる復興に向けた活動をご紹介します。

1 「双葉地区ユニオン交流事業 in かわうち」の開催

福島県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会「うつくしま総合型スポーツクラブユニオン」は、県下8つの地区連絡協議会（ユニオン）に加盟する87クラブで組織されています。

「双葉地区ユニオン」では東日本大震災以来、初めての交流事業として平成25年7月7日に双葉郡で最初に帰村を果たした川内村でウォーキング大会を開催しました。

県内各地で避難生活を送っている双葉地区ユニオン加盟の6クラブから240名が参加し、復興が進む川内村を歩くことで、双葉郡の仲間に元気と勇気を与えることができた交流事業となりました。

事業費は全て1人300円の参加料で運営され、ゴール地点では「かわうちKOMERAクラブ」より、一人一人にとん汁と参加賞として川内高原農産物栽培工場で人工光と地下水を使って水耕栽培された野菜が手渡され、歩き終えた参加者からは「楽しかった」「また参加したい」との声が多く聞かれました。

この事業は、かわうちKOMERAクラブの頑張り、活発に意見を出し合い参加協力した双葉地区ユニオンの結束力が成功の要因です。

2 復興祈念イベント「MIKANカップ」の開催

震災と原発事故双方の多大な影響を受けた地域にある「広野みかんクラブ」（双葉郡広野町）では、広野町復興の足がかりにしたいという考えから、クラブの自主事業として復興祈念イベント第1回「MIKANカップ」フットサル大会を平成24年10月に開催しました。

平成25年は第2回「MIKANカップ」を、スポーツ振興くじ助成金も活用して「スポーツで広野町を元気に」を合言葉に年間を通じた複数種目で開催することとし、5月には「バレーボール大会」、6月には「フットサル大会」を広く町民を対象に実施しました。

5月のバレーボール大会（事業費193千円・助成金含む）では、双葉地区ユニオンの「ならはスポーツクラブ」（楢葉町）や「さくらスポーツクラブ」（富岡町）からの特別参加もあり、参加者は女子・混合合わせて12チーム120名で幅広いスポーツ交流ができました。これにより広野町に住みたいという方々の増加や町民の帰還を促し、元気なまちづくりにつながればと考えています。

6月のフットサル大会（事業費341千円・助成金含む）では、混成の部10チーム120名の参加がありました。通常ではほとんど子どもの姿が見られない広野町ですが、家族で参加するチームや家族の応援に来る子どもたちも多数あり、「久しぶりに子どもたちの元気な姿を見ることができ嬉しかった」という高齢者も多数いました。

今後は8月に夏季野球大会、9月にバレーボール大会、10月にフットサル大会、11月には野球大会を計画しています。

広野みかんクラブの大和田クラブマネジャーは「この大会をきっかけに『広野町は楽しいな、良いところだな』と感じてもらい、地域住民には生きがいを、町外の皆さんには『住んでみたいな』と思っていただけるような事業に成長させたい。そのためには種目数のさらなる増加やオリジナルルールの開発などにより、だれもが気軽に参加でき地

域にアピールできる魅力的な大会にしていきたい」と熱い想いを話してくれました。被災地のクラブが自らの事業で地域の復興に挑戦している事例なので、この想いが今後の具体的な成果につながることを期待したいと思います。

3 ふくしまコメラさんさんプロジェクトと絆キャンプの開催

原発事故後の福島県内では、屋外遊びが制限されたり、避難により家族と離れ離れになったりしている子どもたちがいます。公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン(SCJ)は、福島県内の比較的線量が低く豊かな自然環境の中で安心して元気に外遊びができる場を提供することを目的として「ふくしまコメラさんさんプロジェクト(コメラPJ)」を企画しました。

コメラPJとは、県内の総合型クラブ(ひのきスポーツクラブとかつらおスポーツクラブ)が主管する「子どもたちのサマーキャンプ」の開催を後方支援しながら、さらにはキャンプ事業の実践に必要な指導者のスキル向上を目的とした事前セミナーを、県内の総合型クラブ関係者を対象に2日間開催する事業です。キャンプ現場で子どもの成長に有益な運動を提供し、子どもたちの主体的な参加を引き出すための実践的なプログラム形成や実践能力を涵養することが目的です。

セミナーには、県内総合型クラブや関係団体から10団体16名の参加があり、自然体験・野外活動や子どもと運動、総合型クラブを軸とした子どもへの運動機会提供の可能性などについて多数の専門分野の講師からレクチャーを受けました。

県内2カ所で開催される夏休みサマーキャンプの速やかな後方支援(参加料無料)に連動させるコメラPJは、特に被災地の子どもの安心で元気な外遊びの場を提供する斬新な取り組みとなっています。この事業は自然環境豊かな総合型クラブを活動の場とし、互いに協働する展開方法で、一過性のイベントではなく今後地域のクラブを拠点とした子どもたちの継続的な活動プログラムの定着に可能性を秘めた実践であり、SCJのミッション実現に効果的な取り組みと考えます。

(福島県クラブアドバイザー 板垣晶行)

[INDEXへ▲](#)

歩こう会 [ウォーキングサークル] (NPO 法人高城スポーツクラブ)

プログラム概要

- 実施頻度：毎月1回程度（年間10回）
- 場 所：高城運動公園からバスで約1～2時間の距離にある場所
- 参加者層：50代～70代
- 定 員：1回当たり37名（バス1台分）
- 参 加 料：1回当たり200円／1名 別途年会費（一般3,000円、シニア2,000円、家族5,000円[2名分]）
- 実施種目：ウォーキング
- 経 費：保険料、駐車場代（必要な場合のみ）
- 運 営：毎回クラブスタッフ2名～3名を列の先頭と最後尾に配置し、安全確保に配慮している。
- 工夫した点：参加者募集に苦労したが、行政の広報紙や新聞、口コミでの広報で解決



1 プログラム導入の背景など

「NPO 法人高城スポーツクラブ（以下、クラブ）」（宮崎県都城市）では、以下の背景からウォーキングサークル「歩こう会」を実施しています。

- クラブ理念は、「人づくり 生きがいくくり 健康づくり 仲間づくり そして活力あるまちづくり」であり、誰もが参加しやすいウォーキングが「いっでん だいでん ずーつ（いつでも だれでも いつまでも）」スポーツに親しむことを目指すクラブの方向性と合致していた。
- ウォーキングを継続するうちに、遠方に出かけたほうが小旅行の意味合いも出て、参加者も集まりやすいことから、毎回様々な地域で町の歴史や雰囲気を感じることができる6km～8kmのウォーキングサークルとした。

2 運営のポイント

(1) 開催の流れ

- 1) 「歩こう会」の会員に活動場所の希望をとり、事務局で決定
- 2) バスの手配後、会員に開催案内のハガキ送付。参加希望者は事務局に電話申込み
- 3) 事務局で参加者の把握、昼食の手配、保険加入手続きなど

(2) 当日のスケジュール

- 1) 健康状態確認、コース説明、準備運動
出発前にはクラブ理事長がリーダーとなり、しっかりと準備運動を行う。クラブマネージャーからはコース、水分補給や歩く速度、安全管理、昼食場所などについて説明。

2) ウォーキング実施

クラブスタッフが必ず2～3人同行、列の先頭と最後尾に配置し安全確保に配慮する。

3) 昼食、訪問先などで買い物

3 人気のポイント

「歩こう会」では、事業実施に当たり次の工夫をしています。

○2ヶ月に1回は海岸線を歩くコースを設定している。(クラブ所在地域は盆地であり日頃海を見る機会が少ないため)

○実施場所が同じであっても4月は椿、翌年10月にはコスモスをそれぞれ観賞できるようにするなど、季節に応じた場所を選んでいる。また、2年連続して同じ時期に同じコースを歩かないようにしている。

また、運営する上で次のことに留意しています。

○スタート、ゴール地点と中間地点にトイレがあるように設定する(小休憩ができる場所の確保)。

○歩道の設定、十分な道幅が確保されているかなどを確認する。

○参加者の体力を考慮し、坂道が多い場合や外が暑い場合は距離を短めにする。一方で平坦なコースの場合は、少し負荷がかかるようにコース設定する。

○安全管理の観点から、応急手当できる道具やAEDを持参する。

以上のような工夫もあり、「歩こう会」の会員は仲間と一緒に景色や会話を楽しみ、歴史を感じ、食事を楽しむことで、「また、参加しよう!」という気持ちになり、日常生活で運動する動機づけにもなっています。また、高齢の方にとって自分で車を運転しての遠出は難しくなりがちですが、「歩こう会」に参加することで、いろいろな場所に行けることも人気の秘訣となっています。

参加者数は開催当初、クラブ所在地域の方々 30名程度でしたが、口コミなどで広がりを見せ、今では60名程度となっています。その内の3～4割は町外からの参加者となっているそうです。

4 今後について

「歩こう会」の会員数が年々増えてきているため、今後クラブでは参加回数を増やすことやコースがマンネリ化してきているので新たなコース設定を考えています。また、現在は行政(高城総合支所)所有のバスを借用していますが、今後借用できなくなる可能性もあるので、スポーツ振興くじ助成事業を活用したマイクロバスの購入も検討しています。理事長の「誰でも参加ができ、楽しい仲間と一緒に体を動かし、新しいことにも挑戦し、会員でつくりあげるクラブ。人と人がふれあい、磨きあう、心豊かなまちづくりを目指しています」という言葉が印象に残ります。

(宮崎県クラブアドバイザー 宮田育俊)

クラブプロフィール

設	立：平成19年2月28日(平成22年10月29日NPO法人化)
地	域：宮崎県都城市高城町
運	営：地域人口 約11,000人 会員数 401名(平成25年7月現在) 予算規模 約4,000万円(平成25年度)
特	徴：高城運動公園を中心に幼児から高齢者までを対象に活動を行っている。
連	絡 先：〒885-1202 宮崎県都城市高城町穂満坊2492番地 高城運動公園総合体育館 TEL・FAX：0986-58-5514 E-mail： taka-spo2007@btvm.ne.jp

助成金情報

申込締切：9月30日まで

- ▶ 未来を強くする子育てプロジェクト・子育て支援活動の表彰
(住友生命) [9月10日(火)当日必着]

http://www.sumitomolife.co.jp/about/csr/community/mirai_child/child/bosyu.html

- ▶ 第3回 夢屋基金
(公益財団法人 公益推進協会) [9月19日(木)当日消印有効]

http://kosuikyo.com/yumeya_3

- ▶ 子どもたちの「こころを育む活動」募集
(「こころを育む総合フォーラム」全国運動) [9月30日(月)17:00締切 ※web申込]

http://www.kokoro-forum.jp/project_kokoro/

[INDEXへ▲](#)

お知らせ

●総合型地域スポーツクラブ「キャッチコピー」締切迫る!!

総合型地域スポーツクラブ全国協議会(SC全国ネットワーク)が平成25年(2013年)度に設立5周年を迎えることから、その記念事業として、総合型地域スポーツクラブ「キャッチコピー」コンテストを実施しています。締切が迫ってきました!

皆さまからのたくさんのご応募お待ちしております!!

応募資格：SC全国ネットワーク加入クラブ(含、設立準備中団体)

応募期間：平成25年5月1日(水)~8月30日(金) ※締切日当日までの応募有効

- ▶ 詳細はこちらから

<http://www.japan-sports.or.jp/local/news/tabid/84/Default.aspx?itemid=2634>

●労力半分、効果は2倍! 「クラブのらくらく広報」をご活用ください!

会員募集やクラブの周知が思うように進まない・・・

広報活動をする人手が足りず、技術もなく困っている・・・

そんなクラブの方のために効果的な広報を行うためのガイドを作成しました。

実際に活用いただいた方から好評の声をいただいております!

本会HP上からダウンロードできますのでご利用ください。

- ▶ 「クラブのらくらく広報」

<http://www.japan-sports.or.jp/local/tabid/514/Default.aspx#05>

●「スポーツ指導者のための倫理ガイドライン」を策定しました!

スポーツの意義や価値が改めて問われている昨今、日本体育協会では、スポーツ指導者の望ましい考え方や行動についてガイドラインを策定しました。

本ガイドラインでは「スポーツの価値」「プレーヤーズファースト」「フェアプレー」の視点から、安全で、正しく、

楽しいスポーツ活動をサポートするためのプレーヤーと指導者の望ましい関係づくりについて解説しています。

また、暴力やハラスメントなどの反倫理的行為が起きる背景や影響、指導者としての注意点なども網羅しています。

総合型クラブの現場で活動されているスポーツ指導者をはじめ、運営スタッフやクラブ会員の保護者などスポーツに関わる皆さまに読んでいただき、本ガイドラインの趣旨を共有することで、スポーツ界から反倫理的行為を根絶するための一助となれば幸いです。

▶ スポーツ指導者のための倫理ガイドライン

<http://www.japan-sports.or.jp/publish/tabid/677/Default.aspx#book06>

●「健幸華齢のためのエクササイズ」出版のご案内

本書は、本会が平成21～23年度に取り組んだ「高齢者の元気長寿支援プログラム開発に関する研究」プロジェクトの知見を盛り込み、人類の健幸華齢(健康+幸福+元気長寿)の実現に向けた具体的なエクササイズなどを分かりやすく紹介した冊子です。

「健幸華齢」とは、疾病や心身の機能低下と上手に付き合いながら豊かで張りのある老年期が送れることを意味する用語「サクセスフル・エイジング」をさらに発展させた用語として本書で提唱しています。

本書で特徴的な点は、健康エクササイズのあり方の他、認知症予防のための手先を使った手軽なエクササイズ、良質の睡眠を得るための心得、快眠につながる入浴法、快便につながる食生活やエクササイズなどを含めていることです。

さらには、クラブで行う健康運動教室などで活用できる実践的なエクササイズを、写真やイラストを用いて丁寧に紹介しています。

ぜひお買い求めください!!

仕様：B5版／158ページ

本体価格：2,000円(税別)

▶ ご注文はこちらから

http://www.sunlife.net/publication/health_promotion/exercise/

●スポーツ指導者の資質能力向上のための有識者会議(タスクフォース)報告書について

文部科学省では、スポーツ指導において暴力を行使する事案が明らかになったことを受け、「スポーツ指導者の資質向上のための有識者会議(タスクフォース)」を設置し「新しい時代にふさわしいスポーツの指導法」のあり方について検討を行ってきました。

このたび、本タスクフォースの報告書がまとまり、公表されました。

我が国のスポーツ指導の場から今後、暴力が一掃されるよう、皆さまのご協力をお願いします。

▶ スポーツ指導者の資質能力向上のための有識者会議(タスクフォース)報告書

http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/sports/017/toushin/1337250.htm

●あくしゅ、あいさつ、ありがとう

「フェアプレイで日本を元気に」キャンペーンにご協力をお願いします!

日本体育協会では、社会におけるスポーツの価値をより高めていくこと、スポーツ界を中心に「フェアプレイ」を社会

全体に浸透させ、日本を元気にしていくことを目的に「フェアプレイで日本を元気に」キャンペーンを実施中で、専用WEBサイトも公開しています。

このたび、スピードスケートの住吉都選手に「フェアプレイ宣言」していただきました！

皆さまのご協力もあり、「フェアプレイ宣言者」は、現在約18,000人になりました！
まだフェアプレイ宣言をされていない方はぜひ専用WEBサイト上でフェアプレイ宣言をお願いします。

なお、フェアプレイ宣言を行っていただくと宣言書のダウンロードができ、各種画像データをご自身のブログなどでもご利用いただけます。ぜひご活用ください。

日本体育協会は、これからも「フェアプレイ」を広げるためにキャンペーン活動を続けてまいりますので、皆さまのご協力をお願いします。

▶ フェアプレイ宣言など、詳しくはこちらから

<http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data0/fair/>

●2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会招致にご協力をお願いします！

2020年オリンピック・パラリンピック競技大会の開催都市が決定する9月7日まであと20日を切りました！！

スペイン・バルセロナで開催された世界水泳選手権、ハンガリー・ブタペストで開催されたフェンシング世界選手権、そしてロシア・モスクワで開催された世界陸上選手権の各会場においても、東京招致ブースなどを設置し、積極的な招致活動を展開しました。

招致活動もいよいよ大詰めを迎えました！

2020年オリンピック・パラリンピック招致実現に向けて、皆さまのより一層の応援をどうぞよろしくお願いいたします。
(twitter、facebookなどもご活用ください)

▶ 2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会招致委員会HPはこちらから

(貴クラブのHPにリンクいただくなど、ご協力をお願いします)

<http://tokyo2020.jp/jp/index.php>

●公式メールマガジンへの登録をお勧めください！

公式メールマガジンをご愛読いただき、ありがとうございます。

おかげさまで、現在約4,800の登録をいただいております。

このメールマガジンは、関係者はもちろん、クラブに少しでも関心のある方、会員の方、どなたでも無料でお送りいたします。

メールアドレスをお持ちであれば、すぐに登録できます。個人情報は一切入力しません。退会も簡単にできます。

登録方法は下記にありますので、本メールマガジンの登録を周りの方におススメください。よろしくお願いいたします。

【公式メールマガジン登録方法】

- 1) 日本体育協会HPのトップページの中央にある「総合型地域スポーツクラブ」をクリック
- 2) 下段の「メールマガジン」をクリック
- 3) 「登録・退会」をクリック
- 4) 「登録する」をクリック

5) 登録フォームに、お持ちのメールアドレスを入力(2回)

6) 登録確認画面へ(完了)

▶ メールマガジンの登録(無料)はこちらから簡単にできます。周りの人にもぜひ登録をオススメください!

<http://www.japan-sports.or.jp/local/tabid/516/Default.aspx>

▶ メールマガジン配信停止(退会)ご希望の方は、こちらから

<http://www.japan-sports.or.jp/local/tabid/515/Default.aspx>

※お客様のメールアドレスが変更になる場合は、上記ページで一度退会処理をされた後、再度登録手続きを行ってください。

[INDEXへ▲](#)