

特別企画

サイクルスポーツを実施するクラブ



大かえで倶楽部 ＜長野県北安曇郡池田町＞



近年、全国的にサイクルイベントや自転車レースが開催され、自転車のブームが続いています。また、国土交通省が平成30年6月に策定した自転車活用推進計画では、総合型クラブにおける自転車競技に関する取り組みが記載されるなど、総合型クラブの活動が注目されています。そこで今回は、サイクルスポーツを実施するクラブの取り組みを紹介します。

マウンテンバイク教室 チーム名＝「スプロケットロケッツ」



1 クラブ概要

平成23年から総合型クラブの設置を行政主導で検討。平成24年、25年で設立準備を行い、26年度より大かえで倶楽部としての活動をスタートしました。

「だれでも・どこでも・いつでも・いつまでも」スポーツに親しむことができる環境を整え、「人を元気に、地域を元気にする」地域コミュニティ形成の一端を担い、健康で豊かな暮らしの実現に貢献するというのがクラブ理念で、どんな年代でもずっとスポーツを楽しんでいけるよう、様々な生涯スポーツのプログラムを組んでいます。スポーツ振興くじと町からの助成を受け、毎年新しい企画を取り入れて参加者を増やしています。

2

バイククラブの中学英語先生（カナダ人）が ジュニア向け教室を提案

もともと、池田町には地域の里山でマウンテンバイクのコースの整備や保全を目的とした自転車愛好者たちの集まり「池田マウンテンバイククラブ」がありました。そのメンバーの一人で、町の中学校のALTの先生が、ジュニア向けの教室をつくりたいと相談してきたことが、教室開催のきっかけです。カナダ人のその先生は、年中同じ仲間で同じスポーツを行う日本の部活動のやり方に懸念を抱いており、冬場に各部活の壁を取り払い、体力づくりのトレーニングを企画したりしている方でした。人生をよりアクティブに楽しむというのがマウンテンバイクの教室のテーマです。この教室は平成30年度から始めて、本年度で2年目になります。



3

地元中学生を対象に、4～10月に週2回練習

現在クラブでは、地元の中学生を対象にマウンテンバイクの教室（チーム名：スプロケットロケッツ）を開いています。ALTの先生に指導をしていただき、4月～10月末まで、月曜日と水曜日の放課後に週2回の練習が活動の主です。初年度は5名、2年目の今年は7名の生徒が参加しています。生徒たちは中学校の部活動には所属していませんが、他のスポーツもやりながら、マウンテンバイクも楽しんでいる生徒も多くいます。自転車は各自が保有しています。

学校や町、地域など多方面からの協力を得て活動

開催するにあたり、マウンテンバイクでの登下校を学校側に許可してもらい、町と相談して練習場所として河川敷にコースを確保しました。その費用は、クラブも一部負担しましたが、大きな財源は観光協会が県の補助金を活用して用意したものです。地元の事業者に重機を出してもらい、練習用のコースを造るなど、クラブだけでなく、行政、教育委員会、地域の力など、多方面から協力をいただき活動しています。

教室では交通ルールの確認や自転車のメンテナンスなど基本的なことから、自転車のスキルアップ練習やトレイルライド、雨の日には体カトレーニングや他のスポーツで身体づくりをしています。また、練習にバイクポロを取り入れるなど、ゲームを楽しみながら、テクニックを磨く工夫をしています。

転倒・ケガ防止のため、安全確保に十分配慮

マウンテンバイクは、不安定な道を走るスポーツですので、転倒やケガは十分想定されます。活動時は必ず大人が同行することや、個人で練習するときも必ず複数名で山に入るように徹底し、SNSなどを活用し連絡を取れる態勢にしています。また、救急セットを携帯して、応急処置が常にできる準備をしています。そのほか、事前に交通ルールを確認しておくことや、転び方の練習などもしています。

今年はお揃いのジャージを作り、シマノバイカーズフェスティバルに出場しました。台風が迫る中、雨天での開催でしたが、みんな泥だらけで4時間の耐久レースを完走し、貴重な経験と思い出になりました。また、ヘッドライトをつけ、夜にトレイルを走るナイトライドや、半日かけての自転車登山など、「こんなこともできた！」という達成感を実感できる企画もしています。マウンテンバイクの教室では、競技で勝つというよりも、スポーツ自体を楽しみ、たくさんの経験をすることに重きを置いて日々の指導をしています。



4

中学生の運動のあり方に一石投じる 「中学生の運動≠部活動」

「中学生の運動≠部活動」という一つの例をつくることができました。また、部活動では大会での勝利を目標にしていることが多いですが、必ずしもチャンピオンシップだけがスポーツのすべてではないことを成長期から感覚として知っていることが、将来スポーツをする上で大きな財産になると思います。

満足度・改善点を知るため毎年アンケートを実施

毎年、クラブ会員向けに各教室の満足度や、改善点を知るためにアンケートを行っています。教室の内容や日程、指導についての満足度と、記述式で各教室とクラブ運営に関する意見を集め、今後に生かすようにしています。

●マウンテンバイク教室に関する保護者からのアンケート回答内容

- 数針縫うけがをした息子でしたが、親の心配もよそに、その後の自転車に恐怖心もなく、活動を楽しんでいます。その後の先生方のケアやご指導のおかげと感謝しています。また、マウンテンバイクでの通学や運動着での通学を許可していただいたりと、学校側の配慮にも嬉しく思います。今後は頑張っている子どもたちに目標を与えてあげたいので、大会等にも積極的にさせたいと思っていますので、今後ともよろしくお願いします。
- 体力もしっかりつき、通学もほとんどバイクで通い、子どもには生涯続けてほしいです。バイクといういい出会いができました。





5 自転車を通してクラブの存在と理念をアピール

サイクルスポーツは公道を走ることも多いですが、ほとんどの道が車のための設計で、危険箇所が多いのが現状です。歩行者、自転車、車—いずれも交通ルールの確認や、お互いの立場を認知することが重要になります。

スポーツバイクはイニシャルコストが高額になり、他のスポーツに比べてエントリーがしづらい傾向もありますが、一人でもできることや、移動手段としての活用、健康に対しての効果を考えると、非常に優位性のあるスポーツの一つだと思います。

子どもが環境を担う存在に→自転車に理解のある町に

健康やグルメ等と結びつけたサイクルスポーツの企画をするのもいいかと思います。クラブでは、冬場のオフシーズンに生徒たちとコースの整備なども学びながら行っています。それは、その子たちが大人になっても地域で自転車を楽しみながら環境づくりを担う存在になってほしい—という狙いです。町の中に自転車を楽しむ人や通勤通学を自転車でする人が増えていき、結果としてより自転車に理解のある町になってくれればと思います。

本年度で、スポーツ振興くじの助成が終了し、金銭的にも、より運営体制の自主化が求められます。サイクルスポーツは人目にふれる機会の多いスポーツですので、自転車を媒介してクラブの存在と理念をアピールしていきたいです。

(大かえで倶楽部 クラブマネジャー兼事務局長 川田 諭)

クラブ プロフィール

設立年月日 平成26年3月2日

所在地 長野県北安曇郡池田町

運営 会員数221名(令和元年12月現在)、予算規模631万円(令和元年度)

有給職員 1名

特徴 「だれでも・どこでも・いつでも・いつまでも」をコンセプトにヨガや親子運動教室、ボルダリングなど、およそ20種目の通年教室を開催しています。
周りを山に囲まれている地域の特徴を活かし、トレッキングやマウンテンバイクの教室も行っています。

連絡先 〒399-8601 長野県北安曇郡池田町大字池田3210-4 池田町総合体育館内
TEL 0261-62-7654 FAX 0261-62-9643
E-Mail o-kaede@town.ikeda.nagano.jp
URL <http://www.ikedamachi.net/0000000201.html>