

## 緊急企画

### 我がクラブのコロナ対応

## NPO法人Let'sたるい ＜岐阜県垂井町＞

世界中で甚大な被害をもたらしている新型コロナウイルス感染症による影響は計り知れませんが、クラブが受ける影響も大きく、各クラブで試行錯誤している状況にあります。少しでも全国のクラブの力となるよう、新型コロナウイルス感染症対策の取り組みについてご紹介いたします。

### 1 現在のクラブ状況

#### 拠点施設の利用休止で活動停止 再開後も厳しい運営

Let'sたるいは、岐阜県の最も滋賀県寄りの垂井町(人口28,000人)にあり、幼児から高齢者まで健康づくりを中心とした活動と、行政から介護予防事業と指定管理も請け負っています。

2月末から3月～5月と緊急事態宣言に合わせ、クラブの拠点でもあるクラブハウス(垂井町指定管理受託施設)と活動拠点の町民体育館および学校施設が利用休止になりました。そのため、活動も休止せざるを得なくなり、新年度の会員募集や事業スタートもできず、クラブ活動に大きな影響が出ました。また、事務局もその期間はテレワークやローテーション勤務になりました。6月になり緊急事態宣言の解除で町内施設のすべてが利用再開となり、クラブも教室の申し込みと活動の再開を始めたところですが、会員登録が4割程度減少し、教室の受入れでは「3密」回避から定員を減らすなど、厳しい運営になっています。

### 2 コロナ対応への取り組み

#### クラブ・町・CATVの合同企画で運動動画を収録

外出自粛に伴うステイホーム期間中、子どもたちは休校、大人は在宅勤務、高齢者は出かける機会を控えるなど日常生活に制限がかかり、各世代のみなさんに心身の影響が少なからずあったようです。特に、高齢者は日常を奪われることで、体力・筋力が低下し、それが原因で転倒することで寝たきりにつながっていくことも懸念されました。

そこでクラブ・行政（健康福祉課）・地元ケーブルテレビ（CATV）と連携し、多世代に向けて自宅でできる簡単な運動動画を収録し、ケーブルテレビによる放送と垂井町のホームページでの配信により、運動する機会を提供しました。

### 地域貢献への強い思いから3者が合意

運動動画の配信に至った経緯を紹介します。Let'sたるいは行政（健康福祉課）より介護予防事業を受託しており、7地区の高齢者を対象に「シニアはつらつ運動教室」を実施していました。しかしコロナ感染症予防により2月後半から活動が休止となり、地域の高齢者の健康維持のためにクラブで何かできないかと思っていたところに、行政（健康福祉課）から「運動動画を一緒に作りたい」と持ちかけられ合意しました。そして動画をテレビ放送できないか行政（健康福祉課）から大垣ケーブルテレビに依頼してもらいました。3者が、家でもできる健康づくりに対し情報発信したいという地域貢献の思いが、同じタイミングで一致したということだと思います。

### 作成した運動動画は9作品

動画では、親子で楽しくできる運動のほか、成人向けにバランスボールエクササイズとヨガ、高齢者には「貯筋運動」など9つの「自宅でできる運動」を紹介しました。

このような時だからこそクラブが地域にできることを考え、クラブと地域・クラブと指導者・地域と指導者をつなぐ活動が大切だと感じました。

## ●自宅でもできる運動動画（3者合同で作成）

### 【シニア向けの運動】

- ヨガ & ストレッチ
- 貯筋運動1
- 貯筋運動2
- バランスボールを使った運動
- かんたん体操1
- かんたん体操2

### 【親子向けの運動】

- 親子でヨガ
- バランスボール
- 親子でできる遊び運動



ケーブルテレビ収録の様子

### 3

## 取り組み後の反響

### 地域の方から

「家で取り組めるのがいい」、「実際に先生の教室に参加したい」などの声をいただきました。LINE公式アカウント(ケーブルテレビの番組紹介)から見た方からは「保存して何回もやりたい」などの声もいただきました。動画の指導者が日頃クラブで指導していることもあり、テレビに顔なじみの講師が出演することで親近感を持っていただけたと思います。

### 行政から

- 上記の取り組み後に、行政のスポーツ担当課からも、親子から一般世代を対象とした運動動画の作成依頼をし、Let'sたるいで単独収録していただいたものを垂井町のホームページで配信しました。今後も多世代に向けた運動動画を継続的に配信したいと考えております。(生涯学習課スポーツ振興係の担当者)
- 今回の運動動画の指導者は運動を専門とした講師とのネットワークがあるLet'sたるいに依頼したいと思いました。動画配信の効果までは分かっていませんが、こういった事態でも動画を配信したことは、住民サービスとして一歩前進したと思います。(健康福祉課の担当者)

### 事務局側の声

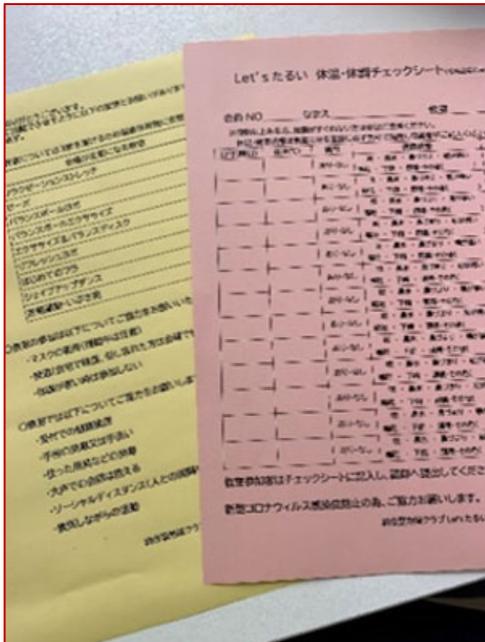
行政とクラブが一緒になり地域に動画を発信できたことや、クラブの活動を知ってもらえたことがプラス材料です。指導者にもクラブの活動を理解していただく機会になったと思います。しかしながら、たくさんの方が動画を見て利用してもらうために、どのように告知すべきかなど、広報の手法面に課題が残りました。また、このような緊急事態の場合、クラブがどのように地域に貢献していくかを日頃から話し合うなどの準備も必要だと思いました。

## 4 事業再開後の対応

コロナを契機に「事業の見直し」「運営方法の改善」を前向きに

- 子どもから大人まですべての活動が再開できることになりましたが、体温・体調チェックシートなど、コロナ対策は今後も続けなければなりません。教室ごとに申込受付日を分けるだけでなく、密にならないよう教室の定員を減らすほか、会場の変更なども必要となります。こうした制約から活動が難しくなっている状況を、会員の方々に理解していただけるよう努めてまいります。
- 今回、LINE公式アカウントを作成したので、今後の連絡にも活用していきたいと思えます。
- コロナ禍によりクラブはダメージを受けましたが、事業の見直しや運営方法の改善など前向きに捉え、会員にもクラブの存在と活動維持についての理解を求めていく機会としたいと思います。
- 運営全体の資金ですが、活動停止に加え受託事業などの発注がない状況ですので、政府からの支援対策を可能な限り活用するために手続きを進めたいと考えております。

(特定非営利活動法人Let'sたるい クラブマネージャー 波賀野 里美)



コロナ対策  
教室参加時の注意事項  
体温・体調チェックシート(子ども教室用)



LINE公式アカウントの活用  
ケーブルテレビの放送連絡

## クラブ プロフィール

**設立年月日** 平成15年4月29日（平成25年2月22日NPO法人登記）

**所在地** 岐阜県不破郡垂井町

**特 徴**

- ・幼児から高齢者まで幅広い世代に向けて活動している。
- ・スポーツだけではなく文化も取り入れ活動している。
- ・スポーツ事業だけではなく介護予防事業の受託も実施。
- ・他団体からの講師派遣や委託事業などの実施。
- ・行政より指定管理を受けている。

**連絡先** 〒503-2124 岐阜県不破郡垂井町宮代1993-1 勤労青少年ホーム内  
TEL 0584-22-0139 FAX 0584-22-0139  
URL <http://www.lets-tarui.com/>  
E-Mail [letshagano@ogaki-tv.ne.jp](mailto:letshagano@ogaki-tv.ne.jp)