



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。
スポーツくじについてはこちらから
[スポーツくじ理念広報サイト「GROWING」]
<https://www.toto-growing.com/>



特別企画★人材確保・育成に取り組むクラブ

NPO法人 **スポーツライフ・鹿島**(佐賀県)

http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/R7/MM185_kashima.PDF

連載★学校運動部活動の地域展開に取り組むクラブ

NPO法人 **Sports Club RAINBOW**(京都府)

http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/R7/MM185_rainbow.PDF

コラム★クラブ間交流を行うクラブ

NPO法人 **幕別札内スポーツクラブ**(北海道)

一般社団法人 **芸北道場**(広島県)

http://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/kurabuikusei/MailMagazine/R7/MM185_interaction.PDF

助成金情報 ▶▶▶ [詳細](#)

お知らせ ▶▶▶ [詳細](#)

バックナンバー ▶▶▶ [詳細](#)

全体版 ▶▶▶ [詳細](#)



特別企画

★人材確保・育成に取り組むクラブ★

NPO法人 スポーツライフ・鹿島 佐賀県鹿島市

活動基盤・活動環境をより充実させ、持続可能な総合型クラブの運営をめざすには、地域住民の主体的な参画によって推進され永続的な活動が行えるよう、新しい人材を積極的に受け入れ、世代交代を図りながら次世代の育成・継承に関わる体制を整えることが必要となります。

そこで今回は、人材育成・人材確保に取り組むクラブについてご紹介します。

1

行政・市区町村スポーツ協会・クラブが 三位一体となった運営

鹿島市は、日本一干満の差が大きい広大な有明海に面した城下町です。そんな少子高齢化が進む町に、平成19(2007)年設立されたのが「スポーツライフ・鹿島」で、設立当初から鹿島市スポーツ協会に事務局が置かれ、行政と一体となって総合型地域スポーツクラブの普及が図られました。

当クラブの事務局はスポーツ協会職員が担当し、協会の業務・公共施設の管理も兼ねています。

クラブ組織は、評議員20名・監事2名(スポーツ協会理事・監事を兼務)、それから運営委員15名で構成されており、年間計画・予算ならびに事業報告・決算は評議員会で年2回行い、クラブの運営は年6回開催する運営委員会で協議をしています。

設立当初200名弱だった会員数は現在、520名前後まで増えています。活動はクラブ交流会が4事業、定期活動が9種目、体験教室を5種目展開しており、クラブ会員から一般市民まで多くの方に参加をいただいています。

少ない予算のなかで経費節減に工夫を凝らし、参加料として多少の負担を協力してもらい、子どもたちから高齢者まで多くの市民の健康づくりと生きがいに取り組んでいます。

2 若手登用をきっかけとした人材育成の取り組み

スポーツ推進委員・種目団体からの登用

クラブ運営に欠かせない運営委員15名の内訳は、スポーツ推進委員5名、指導者8名、行政1名、スポーツ協会1名となっています。この内訳は設立20年目を迎えた現在も変わりませんが、設立時の運営委員はクラブマネジャー1名・事務局1名・指導者1名の3名だけです。

また、スポーツ推進委員は20名で構成されています。構成員は6年程度で若手と入れ替わり、新しい考えを取り入れるようにするのが当クラブの特徴です。サークルなど定期活動の指導者は、各種目のなかで担当者を選出し、入れ替わりの際に新しい運営委員として加わってもらいます。定期活動の種目が変わった場合には、その担当者が運営委員に加わることで人材の活性化を図っています。

近年は、クラブマネジャーが1人体制だったこともあり、多くの負担を強いていました。その負担を減らすことと若手への移行も兼ねて、運営委員のなかから新たに3名をアシスタントマネジャーとして養成しました。昨年からは、40代のアシスタントマネジャーが主体となってクラブ運営をしています。その資格取得の経費はすべてクラブ経費と県の補助で賄っています。



新春！三社参りウォーキング(運営委員の引率)



四季めぐりウォーキング(運営委員で引率)



めだかスイミング(運営委員による指導)

民間からの指導者登用

当クラブでは5種目の体験教室を実施していますが、教室の指導は運営委員やスポーツ協会加盟の種目団体が担当していました。しかしこの20年で指導者が高齢になったこともあり、若返りを図りたいと考え、以下のような取り組みを実施しています。

以前開催していた子ども体操教室の内容を変更して、アクティブチャイルド教室として実施しました。この教室の指導は、以前から高校部活動のフィジカルトレーニングを指導していた地元の若手指導者に依頼しました。今では幼児から小学生低学年の多くの子どもたちが参加し、体を動かすことの楽しさを学ぶ体験教室になっています。

もう一つは、中学生硬式野球体験教室の指導者を変更したことです。これまでは地元のプロ野球選手OB生(80歳以上の方)を中心に運営委員4名程度で指導にあたっていました。この当時、指導補助として協力していた高校生が、社会人となりNPO法人を設立してスポーツ指導に携わるようになったため、彼らにこの教室を任せることにしました。

このように、若手指導者を中心とした民間からの指導者登用をきっかけとして、体験教室の活性化を図っています。



アクティブチャイルド教室(民間の若手指導)



中学生硬式野球体験教室のフィジカルトレーニング

人の輪を広げ、次の人材育成につなげる

当クラブでは、幸いにも設立から20年間、運営委員や指導者が順次入れ替わることにより、クラブの活性化が進んできました。今後は事務局職員の退職による交代時期も迫ってきており、早急に次の担当者を育成するのが課題となっています。

体験教室への民間からの若手指導者登用は、継続的なクラブ運営・人材確保につながるのと同時に、地元の若い指導者が育成されることは、参加する子どもたちの魅力にもなっています。また、指導者にとっても、地域に貢献できる喜びになっているようです。ほかの地域から指導だけで来てもらうよりも、人と人のつながりや地元とのつながりが次の人材をつくっていくと感じています。

このクラブに関わるすべてのスタッフが楽しみながら活動することで、人の輪も広がり、次の人材育成につながっていくと考えています。

4

公認スポーツ指導者の資格取得に向けた 助成事業を検討中

来年度で設立20周年を迎えるスポーツライフ・鹿島では、人材の持続可能なクラブづくりへ向けて新たな取り組みを考えています。

現在、鹿島市でも検討している中学校部活動の地域展開に向けて、その指導者確保は急務となっています。また、その指導者には高いコンプライアンスが求められています。

そこで、当クラブではスポーツ協会と連携して、公認スポーツ指導者の資格取得に向けた助成事業を実施したいと考えています。これは、既存のスポーツ団体が高齢化や縮小していくなかで、新たな地域の人材を育成・確保することにより、スポーツの振興と子どもたちへの指導に携わってもらうことをめざしています。

スポーツライフ・鹿島 事務局長 釘尾 学

クラブプロフィール

設立年月日 平成19(2007)年6月19日

所在地 佐賀県鹿島市大字納富分5900

運営 会員数:521名(令和7年12月現在)、予算規模:160万円(令和7年度)

特徴 ①スローガン「見つけよう好きなこと！今日から始めるスポーツライフ！」

②共通理念

・成年、高齢者の健康で生きがいのある豊かな生活の実現

・将来を担う青少年の健全育成

・「みんなでつくる、みんなで楽しむ、みんなで育てる」クラブ

連絡先 〒849-1312佐賀県鹿島市大字納富分5900

TEL:0954-62-3379 FAX:0954-62-3379

HP:<http://www.asunet.ne.jp/~taikyou/>

E-mail: taikyou1@po.asunet.ne.jp

★本記事の読み上げ動画を作成しました!

忙しく記事を読む時間がない方でも、耳を傾けていただくだけで内容を把握することができるよう、本記事を読み上げた動画を作成しました。移動時間やスキマ時間などにぜひご活用ください!
動画はこちら→<https://youtu.be/S7D960LpDFA>



過去の
動画は
こちら



連載

★学校運動部活動の地域展開に取り組むクラブ★

NPO法人Sports Club RAINBOW

京都府宮津市

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。

文部科学省では、令和5(2023)年度から令和7(2025)年度までを「改革推進期間」と位置づけ、休日の部活動について、合同部活動や部活動指導員の配置により地域と連携することや、学校外の多様な地域団体が主体となる地域クラブ活動へ移行することについて、地域の実情等に応じて可能な限り早期の実現をめざすよう各自治体に求めており、総合型クラブにおいても学校運動部活動との連携が期待されています。

そこで今回は、学校運動部活動の地域展開に取り組むクラブを紹介します。

1

クラブ概要

地域に根ざして15年。スポーツの枠を超え、 多世代の笑顔と「生きる力」を育む地域クラブのカタチ

平成24(2012)年2月の設立から歩みを進め、令和8(2026)年4月で活動15年目という大きな節目を迎えます。地域に根ざした総合型地域スポーツクラブとして、現在は以下の規模で活動しています。

- 法人格:NPO法人 ※平成30(2018)年取得
- 活動頻度:年間650回以上
- プログラム数:常設22種目+月1~2回のイベント

【3本柱+αのプログラム】

構成目的やレベルに合わせた4つの部門を展開し、子どもから大人までが楽しめるよう工夫しています。

コーチング部門:フラッグフットボール、タグラグビー、キンボール、ウエルネスダーツ、ライフセービングがあり、技術の向上をめざします。

トレーニング部門:KISUKE(体力向上プログラム)、リフレッシュエアロ、プロレスごっこ、防災キッズがあり、身体の土台をつくります。

コンディショニング部門:からだスマイル、ゆるめて整うからだケア、リラクゼーションエクササイズ、身体と心すっきりヨガがあり、心身の調整・ケアを行います。

エンジョイ部門:ノルディックウォーキング、フットサル、バドミントン、ソフトバレー、ショートテニス、スリータッチボール、ポッチャ、新聞部、ボランティア活動があり、交流を楽しみます。



KISUKE～KUMOICHIコンテスト



ウエルネスダーツ



キッズエアロ



キンボール

【スポーツ以外のユニークな活動】 (スポーツの枠を超えた学びの場も提供しています)

防災キッズ:防災を学び、自治会やイベントで成果を発表します。

新聞部:子どもたちが手づくり新聞でクラブの魅力を発信します。



防災キッズ～毛布担架



新聞部

【「海の京都」ならではのイベント】

季節感や地域の特性を生かした体験イベントも充実しています。

ジュニアライフセービング講習会(年2回):秋にはウェットスーツを着用して波のある海へ。海の「楽しさ」と「怖さ」の両面を知り、安全な遊び方を学びます。

季節のイベント:四季を感じながらのノルディックウォーキング、夏休み期間の規則正しい生活習慣をつくる夏部^{なつぶ}、その他として、ニュースポーツ体験会や宮津市と連携しイベントを実施しています。



ジュニアライフセービング講習

2

RAINBOWの活動そのものを「部活動」に 宮津の中学校部活動をアップデートする地域展開案

現在、宮津市では中学校部活動の地域展開が進められています。その検討委員の一人である「RAINBOW」代表理事・垣尾靖は、これまでの部活動の枠にとられない、新しい形を提案しています。

それは、「中学校のなかで活動する」のではなく、「地域クラブであるRAINBOWの活動そのものを部活動にする」という考え方です。

RAINBOWは総合型地域スポーツクラブとして「多世代活動」をしていますので、中学生を受け入れる環境がすでに整っています。さらに、『選べるスポーツ！日替わり部活!!』をテーマに「今日はこの競技、明日はあの競技」といった、多種目活動が可能です。

活動時間はプログラムによってさまざまですが、主に19時から20時半に実施されている枠組みへ参加してもらう形を想定しています。現在は、この地域クラブへの参加が正式に部活動として認められるかを検討している段階ですが、このような取り組みを行うことで、RAINBOWの活動を部活動とすることが実現できると考えています。

3 「勝敗」の先にある一生モノのスポーツライフを—— 部活動の枠を超え家族みんなが主役になれる、 新しい地域展開の形

スポーツを始めるきっかけや続ける理由は、決して勝利のためだけではないはずです。憧れの選手に胸を躍らせたあの日、仲間と笑い合ったあの時間……。そんな純粋な好奇心を大切にするために、部活動の地域移行が進むなかで、単なる場所の提供にとどまらないRAINBOW部としての「三つの独自価値」を掲げています。

【勝利＜楽しく！ 未経験者大歓迎のRAINBOW部】

勝利を優先するクラブは、未経験の子どもが入りづらい雰囲気があるかもしれませんが、スポーツの入り口はもっと自由であるべきだと考えます。憧れの選手を見て「やりたい!」と思ったその瞬間こそが最高のスタートラインであり、「ルールを知らない」「体力に自信がない」といった不安でキラキラした好奇心を諦めてほしくないのです。

そのため、RAINBOWでは経験者だけでなく初心者も安心して参加できるよう、どちらかと言えば初心者の歩幅に合わせる形を大切にしています。また、総合型地域スポーツクラブとして多世代活動を行っているため、中学生という枠を超え、親世代も一緒に参加できるのが大きな魅力です。

もちろん勝負の面白さも追求しますが、基本的には「楽しく」がベース。単に技術を競うこと以上に、多様な世代とのコミュニケーションに重きを置いた温かい受け皿として、子どもたちの背中を優しく押していきたいと考えています。

【中3から始められるRAINBOW部】

京都府北部では現在も部活動への全員加入が一般的ですが(宮津市では現在「部活動への全員加盟制」がとられています)、宮津市と進めている今回の地域展開は、まずその固定観念を柔軟にすることからスタートしています。

そのなかの一つとしてRAINBOWがめざすのは、中学3年生の部活動の空白期間をつくらないということです。夏の大会が終わって引退したからといって身体を動かすことをやめてしまわず、その後の数カ月も自分なりのペースで「心」と「体」を動かし続けられる環境をつくること。現状では、中学3年生が「ちょっと遊びにいこう」と一時的に集まることはあっても、継続的な活動には至りにくいというリアルな課題はあります。しかし、中学の部活動引退後の運動不足が原因で、高校進学後に大きなケガをしてしまう事例も少なくありません。

だからこそ私たちは、中学生生活の最後まで「動ける体」を維持することを提案しています。

- ・勉強の息抜きに: 適度な運動は脳をリフレッシュさせ、受験勉強の集中力を高めてくれます。
- ・高校への準備: 次のステージで思いきり動けるよう、ケガをしないための体力づくりを続けましょう。
- ・地域とのつながり: 学校の外にある広い世界やボランティア活動に触れ、視野を広げてください。

中学生生活の最後まで全力で欲張りに、地域という大きなフィールドで最高の「青春」を駆け抜けてほしいと考えています。

【保護者も一緒に！ 送迎を「自分たちの楽しみ」に変えるRAINBOW部】

部活動の会場が学校外になると、どうしても「送迎が大変」という課題が挙げられます。しかし、多くの先生方からも「親御さんも一緒に参加してみてもは？」という前向きな提案をいただいています。多様目・多世代活動を行うRAINBOWなら、同じ時間、同じ会場で親子がそれぞれのスポーツを楽しむ「一石二鳥」のライフスタイルが可能です。

例えば、子どもがバドミントンをしている横で母親がエアロビックに汗を流したり、子どもがタグラグビーをしているそばで祖父母がポッチャやウエルネスダーツを楽しんだり。送迎を単なる「負担」にするのではなく、家族全員がそれぞれの種目でリフレッシュできる時間を共有できるのが、地域クラブならではの強みです。

「子どもを待つ時間」を「ご自身の健康づくりの時間」へ。RAINBOWは、家族みんなが主役になれる、新しい地域展開の形をめざしています。



ファミリーフットサル(左)や幅広い年齢層で楽しめるポッチャ(右)もみんなが主役になれる種目

4 「自律した地域運営」で、誰一人取り残さない持続可能なスポーツ環境を未来へつなぐ

先ほども触れたように、現在、宮津市では「部活動への全員加盟制」がとられていますが、少子化の影響で種目数が限られ、未経験の子どもたちにとって選択肢が少ないという切実な課題があります。私たちは、たとえ数%であっても「今の部活動に居場所がない」と感じている子どもたちの受け皿になりたいと考えています。強制ではなく、自らの意思で「やりたい」と思える場所を提供することこそがRAINBOWの使命です。

持続可能な運営のためには、公費に頼りきるのではなく、受益者が月額500円～1,000円程度の適切な負担を分かち合う「自律した地域運営」が不可欠であり、これはアンケート結果のニーズとも合致しています。

さらに、RAINBOWがめざす自律とは、単なる金銭面だけではありません。クラブ内には、スタッフと会員という枠を超えた多様な「協力のカタチ」が存在します。「プレーはできないけれど広報なら手伝うよ」「早めに行ってコートを準備するよ」「遠征のときに運転手をするよ」といった、会員一人ひとりの主体的な関わりが、現在22種目におよぶ多彩なプログラムを支える大きな力となっています。こうした「地域力」こそが、全国的な課題である指導者、人材不足を解消するカギになると確信しています。

例えば、RAINBOWで実施しているフラッグフットボールでは、当初は専門家である大学のコーチを招いていましたが、その指導を現場で受けていた「かつての経験者である保護者」が、今では立派な指導的役割を担っています。専門家から直接、あるいはリモートでノウハウを学び、それを地域の大人が子どもたちへつないでいく。この理想的な循環を部活動の地域展開に組み込むことで、指導者不足を地域全体で補い合えるはずです。

部活動の地域移行という枠組みを超え、「地域のスポーツ文化をどう守り、育てるか」。私たちは地域の方々と手を取り合い、一歩ずつ理想の形へと歩みを進めていきます。

NPO法人Sports Club RAINBOW 代表理事 垣尾 靖



フラッグフットボールは競技経験のある保護者が指導者として活躍中



ボランティア活動で行った宮津湾牡蠣殻環境学習会にて。地域の方々と手を取り未来へ。「自律した地域運営」をめざした挑戦は続く

クラブプロフィール

設立年月日 平成24(2012)年2月25日 平成30(2018)年8月21日 法人登記

所在地 京都府宮津市浜町3000 宮津市民体育館内

運営 会員数:120名(令和8年2月現在)、予算規模460万円(令和7年度)

- 特徴**
- 多世代活動(未就園児から80歳を越える高齢の方も参加いただいています)
 - 多項目活動(22のプログラムと月1~2回のイベントを実施)
 - 多志向活動(スポーツが苦手な方にも楽しんでいただけるよう心掛けています)
 - 15名の役員を含む20名の正会員のほか、協力者を増やすことを大切に考えています(参加される方ができる範囲内で)

連絡先 〒626-0012 住所:京都府宮津市浜町3000 宮津市民体育館内
 TEL:090-6237-2607 FAX:なし
 HP:<https://rainbow-miyazu.com/>
 E-mail:ranbow.miyazu@gmail.com

クラブ間交流を行うクラブ

総合型地域スポーツクラブの設立から約30年が経過し、地域に根ざしたスポーツ環境づくりが進められてきました。こうしたなかで、クラブの持続的な発展と地域スポーツの活性化を図るうえで、単一クラブでの活動にとどまらず、他総合型クラブや関係団体と連携し、合同事業や情報交換、指導者研修などを行う動きが広がっています。そこで今回は、クラブ間交流を行うクラブについてご紹介します。



ビクトリア州立図書館前



語学学校でクラスメートとともに



語学学校での勉強



オーストラリアスポーツ博物館

NPO法人 幕別札内スポーツクラブ (北海道)

設立年月日 平成22(2010)年4月1日
(平成23年8月31日 法人登記)

運営 会員数:853名(令和7年8月現在)
予算規模:7,520千円(令和6年度)

特徴

- 母体はサッカー少年団から総合型地域スポーツクラブへ展開。
- 町内2つの体育施設の指定管理を受託。
- 地域の学校とのつながりが多く、体育支援などのサポート。
- 地元の高校とは包括連携協定を結んでいる。

連絡先 住所:〒089-0531 北海道中川郡幕別町札内曉町
287 札内スポーツセンター
TEL:0155-56-4083
HP:<http://satsunaisc.east-hokkaido.co.jp/>
E-mail:mssc2000@infoseek.jp

一般社団法人 芸北道場 (広島県)

設立年月日 平成22(2010)年3月28日
(平成26年12月1日 法人登記)

運営 会員数:184名(令和8年2月現在)
予算規模:5,706千円(令和6年度)

特徴

- スノースポーツを柱とする総合型地域スポーツクラブとしてスタート。
- 町内の1つの体育施設の指定管理を受託。
- 放課後児童クラブを運営。
- 地域の小・中・高校とのつながりが深く、部活支援や授業連携を密に行っている。

連絡先 住所:〒731-2322 広島県山県郡北広島町細見
10141-16北広島町芸北運動公園内
TEL:0826-35-1045 FAX:0826-35-1058
HP:<https://geihoku-dojo.jp/>
E-mail:geihokudojo@khiro.jp

クラブ間交流事業概要

広島×北海道からメルボルンへ！ 高校生E・C・S交流事業 活動レポート

「高校生E・C・S交流事業」は、一般財団法人どんぐり財団^{*}とNPO法人幕別札内スポーツクラブが主催したクラブ間交流事業です。

E・C・Sとは……

E=Education (教育) & Experience (経験)

C=Culture (文化) & Contribution to the Community (地域貢献)

S=Sports (スポーツ) & Sense (感性) & Shine (輝く)

すなわち、教育と経験、文化と地域貢献、スポーツと感性と輝きを表しています。

本事業は、地域クラブ主導で広島県と北海道の高校生や職員を対象に実施され、文化や歴史などの教育的活動に触れることで新たな価値観を生み出すことを目的に、企業と地元高校の連携を深め、互いに学んだ成果を地域の小中学生へ還元する機会も設けられました。

渡航期間は令和8(2026)年2月1日から7日で、オーストラリアのメルボルンにて実施されました。参加者は、広島県立千代田高等学校から2名、加計高等学校芸北分校から3名、北海道幕別清陵高等学校から1名であり、現地ではホームステイ(4泊)およびホテル(1泊)に滞在しました。大人の部では、語学学校の体験授業や福祉系の専門学校、現地高校などの視察を実施。さらに、オーストラリアクラブを訪問し、一輪車チームの現地公演に向けたプロモーション活動も行われました。

*どんぐり財団と芸北道場は、同じ町内にある総合型クラブのネットワーク組織として協力して活動しており、本事業には芸北道場が参加している。

クラブ間交流当日スケジュール

第1日目(2月1日):広島空港および帯広空港を出発、機内泊にてメルボルンへ

第2日目(2月2日):現地到着後、各ホームステイ先へ移動。語学学校「Explore English」にてオリエンテーションと授業に参加、放課後は大型スーパーマーケットで買い物を体験し、オーストラリアの食文化について学んだ。

第3日目(2月3日):語学学校での授業を受講。放課後は、州立図書館やメルボルンセントラルを訪れ、メルボルンの伝統的および近代的な建築を見学した。

第4日目(2月4日):午前中に現地のMarian College (高校)を視察した後、市内に戻り語学学校の授業を受けた。放課後は、オーストラリアスポーツ博物館を訪問し、スポーツ文化を体験的に学んだ。

第5日目(2月5日):語学学校での最後の授業を受け、卒業式に参加。大人は福祉系専門学校などを視察。放課後は、デグレーブス・ストリートやホイザーレーンを訪れ、カフェ文化やストリートアートを体験した。

第6日目(2月6日):ホテルに宿泊、午前は南半球最大のクイーン・ビクトリア・マーケットへ。午後はメルボルン動物園での固有種動物の見学、または市街地でのショッピングを選択して過ごし、夕方はサウバンクエリアの遊歩道を散策した。

第7日目(2月7日):早朝にホテルを出発し、メルボルン空港から羽田空港を経由して帰路へ。



出発前の空港で



保健士育成のための専門学校での研修

クラブ代表者&引率の方の声

小田 新紀

NPO法人 幕別札幌内スポーツクラブ
クラブコーディネーター

地域還元と次世代の人材育成をめざして

交流中の様子:生徒はホームステイや語学学校を通じて現地の文化に触れました。クラブスタッフも学校視察や面談を通じて、研修や人脈形成に努めました。

参加者の変化:初めは不安げでしたが次第に生き生きとし、自らコミュニケーションをとり挑戦する姿勢が見られました。異国で公共交通機関を自主的に利用した経験は、大きな充足感につながっています。

展望:民間の強みを生かして地域に新たな価値を還元できる点がメリットです。高校生と若手スタッフの「人材育成」の場として、今後は地域の支援の輪を広げ、持続可能で地域に不可欠な事業へ成長させることを期待しています。

曾利 亮太

一般社団法人 芸北道場
教諭

未知への挑戦が生み出す、生徒の主体性と人間的成長

交流中の様子:慣れない環境でも駅員への質問やお店での注文を英語で行い、ふだんの授業ではできない実践的な学びに懸命に取り組んでいました。

参加者の変化:自分の英語が伝わる喜びが自信となり、帰国後も英語学習の意欲が向上し、同級生にも良い影響を与えています。また、現地の人々のチャレンジ精神に触れ、進路選択の幅も広がりました。

展望:生徒がコンフォートゾーンを抜け出し、多様な人と関わることで社会性や豊かな人間性が育まれる点が大きな魅力です。今後は事業を継続しつつ、地域の小中学校での報告会を実施し、次世代へ良い影響を広げていくことを期待しています。



語学学校で卒業証書とともに



国内外の主要人物が集う、オーストラリアクラブでの意見交換後



カトリック系の高校にて研修



街を散策

参加者の声<クラブ引率の方>

深井 高子

クラブマネジャー

異文化交流がもたらす自己変革と、

次世代の背中を押す力

参加理由と楽しかったこと: 異国で刺激を受け、自分の殻を破ってその体験を地域に還元したいと考え参加しました。他のクラブの方々と情報共有しながら一つの事業をつくり上げる過程には、大きなやりがいと達成感がありました。

印象に残ったこと: 言葉が出なくてもジェスチャーで一生懸命伝えようとする生徒と、それに寄り添う現地の人の姿に、言葉以上の温かいコミュニケーションを感じました。言葉が通じた喜びが自信につながり、緊張で硬かった生徒たちの表情が自然な笑顔へと変わっていく過程がとても印象的でした。

メリットと展望: 他者と交流し物の見方を変えることで、新たな発見や自身のスキルアップにつながる点が大きなメリットです。今回の体験が進路選択の活力になった生徒もあり、一歩踏み出す勇気が欲しい高校生の背中を押すこの事業を、さらに多くの人に知ってほしいと願っています。

畠山 愛梨

スタッフ

クラブ間連携で広がる視野。

一輪車チームの新たな可能性

参加理由と楽しかったこと: 高校生が新しい経験から学ぶ瞬間に立ち会うとともに、自身が指導する一輪車チームの今後の事業展開に向けた視察を兼ねて参加しました。ふだんとは全く違う海外という環境で、子どもも大人もそれぞれに深い学びを得られたことがとても楽しかったです。

印象に残ったこと: 地域の異なるクラブ同士が海外で共同活動を行うことで、自然と交流の輪が広がっていくのを実感しました。新たな考え方や視点に直接触れることができ、クラブ間で関わりを持つことの重要性をあらためて学びました。

メリットと展望: 活動のヒントや新しい考え方を得られる点が最大のメリットであり、一輪車チームの発展にもつながる非常に貴重な経験となりました。今後もクラブ間交流を継続し、子どもたちが広い視野を持って多様な経験ができる機会づくりに、携わっていきたいです。

参加者の声<高校生>

根本 結衣

高校2年

(NPO法人幕別札幌内スポーツクラブ所属・活動歴2年)

念願の国際交流で得た異文化の刺激と、言葉が通じ合う喜び

参加のきっかけ: もともと国際交流に強い興味を持っていましたが、以前別の交流事業があった際には参加できず、もどかしい思いをしていました。

そのため、今回の機会を知った際は「どうしても行ってみたい」という強い気持ちが湧き上がりました。費用の面で少し心配な部分もありましたが、海外に挑戦したいという思いが勝り、自ら応募して参加を決意しました。

印象に残っていること: 滞在中で特に楽しかったのは、現地での動物園見学です。日本の動物園とは全く異なるスケールの広大な敷地にとっても驚かされました。日本にはいない動物たちを見られたことや、独自の飼育環境を観察できたことも強く印象に残っています。こうした異国ならではの一つ一つの違いに触れられたことが、非常に貴重で良い体験となりました。

自身の成長や変化: 今回の滞在で最も大変であり、同時に最も心に残っているのは、ホームステイ先の人との交流です。言葉が違うため、まずは相手の言葉の意味を理解し、そこから返答を組み立てる過程が想像以上に大変でした。しかしその分とても良い勉強になり、ついに言葉が通じて会話が成立した瞬間のうれしさはひとしおでした。

次なる目標と今後の期待: 次回のクラブ間交流では、テニスの「全豪オープン」の会場にぜひ足を運んでみたいという新たな目標ができました。

また、現地で有名なスポーツを実際に体験するプログラムなどがさらに増えれば、もっと楽しい交流になるのではないかと期待しています。



参加者の声<高校生>

井上 椿

高校2年(一般社団法人芸北道場所属・活動歴2年)

「とりあえず話す！」

ポジティブな姿勢で得た自信と異文化体験

交流中の様子:語学学校での学習や同世代との交流、市場や名所観光などを通じて、楽しく学ぶことができました。

自身の成長や変化:初めは高い英語力に圧倒されましたが、「とりあえず話す」と意識を変えたことで周囲と打ち解け、お店でも自分から話しかける自信ができました。

今後の期待:現地の人々の生活や温かさに触れ、日本とは違う世界を自分の目で見られるのが魅力です。今後は交換留学など、より深い関わりを持ちたいと考えています。



政国 優斗

高校2年(一般社団法人芸北道場所属・活動歴2年)

伝える難しさを乗り越え実感した、

リスニング力の向上

交流中の様子:語学学校や市内観光に加え、ホストファミリーと公園やビーチへ出かけました。においや食事などの生活の違い、日照時間の長さには驚かされました。

自身の成長や変化:日常的な単語が出てこず伝える難しさを痛感しましたが、店員の早い英語に食らいついた結果、帰国後は聞き取りが少し楽になりました。

今後の期待:わからないときは聞き返すなど、堂々と話せば問題ないため、英語に自信がない人にこそおすすめです。今後は到着直後のスケジュールに少しゆとりができるとうれしいです。



片桐 颯太

高校2年(一般社団法人芸北道場所属・活動歴11年)

初の海外挑戦で広がった価値観と、

高まる英語への関心

交流中の様子:ストリートアート巡りや、ホストファミリーとのビーチへの外出を通じて、日本とは異なる景色や文化を体験しました。

自身の成長や変化:海外への挑戦は勇気が必要でしたが、徐々に話せるようになり、これからの社会に必要な英語への関心がさらに高まりました。

今後の期待:多文化を五感で味わい、多面的な見方や新しい価値観を得られるのがメリットです。今後もっと多くの人にこの経験を積んでほしいと願っています。



助成金情報

令和8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8(2026)年10月1日(木)以降に開始し、令和9(2027)年3月31日(水)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。

[申し込み期間]

電子申請システムを利用した申請のみ受付／令和8(2026)年5月1日(金)～6月23日(火)(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/>

お知らせ

アンチ・ドーピングについて

JSPPOでは、スポーツの価値を守る活動の一環として、アンチ・ドーピング教育・啓発に取り組んでいます。

ドーピング検査の対象となる方だけではなく、スポーツに関わるすべての皆さまに「アンチ・ドーピング」を通してスポーツの価値を考えるきっかけとしていただきたく、以下の資料を作成し、ホームページで公開しています。

すべて無料でPDFデータがダウンロードできますので、ぜひご利用ください。

■JSPPOスポーツ医・科学info(壁新聞)

「スポーツの価値を守るための『アンチ・ドーピング』」 (2024年2月発行)

https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/supoken/doc/anti_doping/jspo_anti-doping_poster202402.pdf

JSPPO スポーツ医・科学info

SPORT SCIENCES INFORMATION

2024年
2月19日発行

スポーツの価値を守るための「アンチ・ドーピング」

スポーツの本質のひとつに「ドーピング」というのがあるよ。たとえば、薬などを使って他の人よりも強くなること、薬などを使って勝とうとするのってずいぶんね。スポーツはみんなが同じルールで公平に競うものだから。

「ドーピング」をすると、勝負がフェアじゃなくなるんだ。ルールを守らないと、スポーツの楽しさや価値がなくなっちゃう。みんながフェアに遊ぶからこそ、スポーツは素晴らしいんだよ。

「アンチ・ドーピング」とは、ドーピングをしないで、みんなが正直でクリーンにスポーツを楽しむこと。みんながルールを守ってスポーツをもっと楽しく、素晴らしいものにしよう！

スポーツ庁長官
室伏 広治さん

スポーツはなぜ心をひきつけるのでしょうか？自分の能力や可能性を信じて、自らそれを引き出すことにスポーツのおもしろさがあると私は考えられています。また、みんなが同じルールを守り、一生懸命に競い合うことが、スポーツを見る人に感動を与えるのではないのでしょうか。

スポーツのルールの中で、薬や不正な行為によって勝負すること（ドーピング）は、フェアプレーに反することから禁じられています。また、本来は病気やけがを治すための薬が誤って使われるため、健康に悪影響をもたらす危険もあります。スポーツでは、ドーピングのないクリーンなスポーツを目指して、アスリートやアスリートを支えるコーチ・医師への教育など、さまざまな活動を行っています。

スポーツは、「自分ではできない！」という自己肯定感を高めてくれます。スポーツで不正を行うことは自己肯定の裏返しだと私は考えています。皆さんには、ルールを守りながらスポーツを楽しむことで、自分の能力や可能性を広げてほしいと思います。

経歴：日本選手権男子ハンマー投げで1995年から2014年まで20連覇、2004年、アテネ五輪男子ハンマー投げ金メダル、2012年ロンドン五輪では銀メダルを獲得、2003年に授けられた84-86は号なれた白銀メダル。

順天堂大学
スポーツ健康科学部 准教授
室伏 由佳さん

スポーツって楽しいですよね。仲間と一緒にスポーツをするのは、とてもワクワクします。でも、スポーツにはみんなが公平で安全に楽しむための大切なルールがあります。

例えば、みんなで競争しているとき、隣の人がこっそりスタートラインを超えてスタートしたらどう思いますか？「ずいぶん」と思いますよね。これと同じで、スポーツには「ドーピング」というルール違反があります。

薬などをこっそり使って、自分だけ良い成績を獲ようとするのですが、みんなが正々堂々とプレーするためにドーピングは絶対にしてはいけないことです。もちろん、病気ではないのに薬を使うから、自分の健康を損ねてしまうこともあります。

スポーツは、ルールを守ってこそ、みんなで楽しめるものです。みんなもルールを守って、安全に楽しくスポーツをしましょう！

経歴：日本選手権において女子ハンマー投げで12回、女子ハンマー投げで5回優勝、2004年、アテネ五輪女子ハンマー投げ日本代表、世界選手権2005年大会（女子ハンマー投げ）、2007年大会（女子ハンマー投げ）に出場。

フェア（公平）でないと感じるものはどれ？

家で毎日
スタート
ダッシュの
練習したんだ

たくさん
朝ごはん
食べてきたぞ

よーし、
こっそり
ちよつとだけ
前に出ちゃおう

途中で
ばでないように
スポーツドリンクを
飲んできたぞ

定の速い人の
走り方を真似して
走るんだ

抜かれそうに
なったら少し
邪魔してやるぞ

JSPPO(公益財団法人日本スポーツ協会)
スポーツ科学研究所
https://www.japan-sports.or.jp/
E-mail: spocinfo@japan-sports.or.jp

JSPPO ホームページで本ポスターのPDFを公開しておりますので、ダウンロードのうえご利用ください。

18

■よくあるご質問

「アンチ・ドーピングQ&A」(2021年3月発行)

[https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/supoken/doc/anti_doping/anti-doping_Q & A_202103.pdf](https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/data/supoken/doc/anti_doping/anti-doping_Q&A_202103.pdf)

Q1 ドーピングとは何ですか？

A1 ドーピングとは、スポーツにおいて禁止されている物質や方法によって競技能力を高め、競技的に自分だけが優位になり、勝利を執らんとするものです。また、そのように行為を繰り返すことも罰されます。ドーピングは、フェアネスの精神に反し、自分自身の努力や、チームメイトとの信頼、競い合う相手へのリスペクト、スポーツを愛する人々の期待などを重切る、不誠実で不正的行為です。

Q5 競技会外検査とはどういうものですか？

A5 ドーピングによる不正をより効果的に防ぐため、また競技者のクリーンな活動を奨励するため、トレーニング期間中などに検査が行われます。対象競技者より提出された尿標本情報などに基づき、事前の通告なしに実施され、採取の手続きは競技会検査と基本的に同じです。

Q8 治療のために医師から薬を処方されていますが、大丈夫ですか？

A8 病気の治療にも禁止物質があります。たとえば、(1) 糖尿病治療薬のインスリン、(2) ぜん息治療薬のベータ2作用薬、(3) 疼痛治療薬のプロピフェン、(4) 高血圧治療薬の利尿薬・ベータ遮断薬(特定競技のみ) などです。処方される薬については主治医からよく説明を受けて、薬名を記録しておきます。なお、薬品に関する問い合わせ先は、Q14を参照してください。

Q2 ドーピングはなぜいけないのですか？

A2 ドーピングが蔓延すると、フェアなスポーツは成立しなくなります。そして、スポーツの土壌を変える「フェアネス」が失われてしまうと、その上に稼がれている、スポーツが持つ多様な価値は壊れてしまいます。それは、スポーツの社会的な信用を失墜させることにもつながります。さらに、ドーピングは健康上の被害を引き起こす可能性がある危険な行為でもあるのです。

Q6 競技会でのドーピング尿検査はどのように行われますか？

A6 ドーピング尿検査は、以下の流れで行われます。
(ア) 検査：検査対象者は競技終了後にシャペロンから通知されます。
(イ) 受付：通知されたら、速やかにドーピング検査室に行かなければなりません。検査を拒否するとアンチ・ドーピング規程違反となります。検査室には1人の付き添いが定められます。
(ウ) 採尿：尿試料カップを選び、同様の検査員の立会いのもとトイレで採尿します。
(エ) 分注・封印：サンプルキットを選び、尿をA・B2つの検体用ボトルに分注し、封じます。
(オ) 薬物の申告：7日以内に使用した薬物とサプリメントを申告します。
(カ) コメント：検査手帳中に気づいたことがあれば、補正報告書に記入します。
(キ) 署名：公式記録簿の記載内容、手帳等に間違いがなかったかを確認して署名します。競技者用の写しは必ず保管します。詳細は日本アンチ・ドーピング機構(JADA)のHPを確認ください。

Q9 治療のため、どうしても禁止物質を使用しなければならぬ場合はどうすればよいですか？

A9 治療のために禁止物質がどうしても必要な場合は、治療使用特例(Therapeutic Use Exemptions, TUE)を申請します。規定の用語(TUE申請書)に薬名表と医師情報を添えて申請し、審査が許可されれば(承認書が送られる)使用できます。ただし、治療上必要であり、他の治療法がなく、使用しても競技力を高めたりもに限定されています。TUE申請書類は、JADAのTUE委員会へ提出します。なお、国際大会に参加する競技者は国際競技連盟などに提出する必要があるため、所属競技連盟に問い合わせてください。

Q3 禁止物質・禁止方法を教えてください

A3 禁止物質・禁止方法は、世界アンチ・ドーピング機構(WADA)の禁薬表に掲載されており、次の3つに分かれています。①薬に禁止される物質と方法(競技会(時)および競技会外)、②競技会(時)に禁止対象となる物質と方法、③特定競技において禁止される物質です。WADAの禁薬表は、少なくとも1年に1回(毎年1月1日)更新されるため、常に新しい情報を確認しておく必要があります。

Q7 検査で陽性になったらどうなりますか？

A7 A 検体の分析結果に疑わしい項目が見られた場合、本人に通知され、本人が要求すればB 検体の確認分析が行われます。B 検体もA 検体と同じ項目であればアンチ・ドーピング規程違反となり制裁が課せられる可能性があります。なお、違反の認定・制裁内容を決定する前に、聴聞が開かれ、本人には弁明の機会が与えられます。聴聞には医師、記録係員、資格停止があります。また、選手以外にサポートスタッフなど違反に関与した者に制裁が課せられることがあります。

Q10 ぜん息治療薬の注意点は何ですか？

A10 ぜん息の治療薬に使用されるベータ2作用薬は、(競技会(時)および競技会外) 禁止物質であり、吸入ベータ2作用薬もTUE申請が必要ですが、吸入ベータ2作用薬の一部はTUE不要であり、日本スポーツ協会の使用可能薬リストを参照してください。TUE申請が必要なお薬は、JADAへの提出にはJADAのHPから「気管支喘息治療に関するTUE申請のための情報提供書」をダウンロードして使用してください。

Q11 市販の薬にも禁止物質は含まれていますか？

A11 市販の風邪や発熱の薬には禁止物質が含まれているものが多く注意が必要です。一部の処方薬にも麻薬を含むものがあり、麻薬は(競技会時) 禁止物質のエアドリンが含まれています。また、市販の医薬品の中には(競技会時) 禁止物質の興奮薬ストリキニーネ(ホソカ)を含むものがあります。発熱薬の一部には(競技会(時)および競技会外) 禁止物質のメチルテストステロン(蛋白同化薬)等が含まれています。

Q12 風邪のときはどうしたらよいですか？

A12 禁止物質が含まない薬がありますので、病状に応じて医師から適切な処方を受けてください。その際、医師に自分がドーピング検査の対象となる可能性があることを伝え、禁止物質が含まない薬を処方してもらいましょう。日本スポーツ協会発行「使用可能薬リスト」を携帯して医師に見てもらい、買戻ししない薬品を処方するのにより、風邪の疑念を払ってください(Q11 Q14参照)。

アンチ・ドーピング
Q & A

Q13 サプリメントはどのようなものなら安全ですか？

A13 補剤はサプリメントに関連したアンチ・ドーピング規程違反が科されます。海外で製造されているサプリメントの中には、禁止物質を含むものがあります。サプリメントは医薬品とは異なり、成分をすべて表示する義務はなく、完全に安全な薬品を示すことは難しいのが現状です。国内のサプリメントの安全性については、JADAが示した「スポーツに起因するサプリメントの薬品情報公開の枠組みに関するガイドライン」に基づき、日本分析センターがスポーツサプリメント薬品の情報を公開しています。また、海外でいくつかの認証システムがあります。リスクを軽減するには、これらの情報を参考にしてください。ただし、これらは薬品の完全なる安全を保障するものではありません。

Global DRO

Q14 薬に関する問い合わせ先

A14 医薬品の使用可否の確認のためには、スポーツクターやスポーツファーマシストに相談することをお勧めします。各都道府県の薬師団体の設置するホットラインへFAXで問い合わせることも可能です。また、JADAが運営するGlobal DROというサイトも医薬品に禁止物質が含まれているかどうかを調べのに便利です。アンチ・ドーピングについてのさらに詳しい知識や内容については、JADAのHPを参照してください。本リーフレットもJADAのHPを参照していただけます。

本リーフレットは日本スポーツ協会のホームページよりダウンロードできます。アンチ・ドーピング情報と併せてご確認ください。

2021年3月発行

公益財団法人日本スポーツ協会
TEL: 03-6910-9808 FAX: 03-6910-5819

