

## 地域の宝「大学施設」「人材」を活用



「スポーツで笑顔あふれるまちづくり、みんなでクラブつくろうYa!」というスローガンのもと、「そこにいけば何かがある」、「ここにくれば何かができる」、そんな“行きたくなるクラブづくり”を地域住民・大学・行政が一つになって活動しているクラブです。

## いきいき大東スポーツクラブ 大阪府大東市

### ■クラブの特徴

「いきいき大東スポーツクラブ」は、大阪産業大学の運動施設である「wellness2008」を利用して活動しています。当クラブでは、「トレーニングができる、体力作りができる」、ことはもちろんですが、「**医学など専門性に裏付けられた健康づくりができる**」ことが他のスポーツクラブには無い、大きな特徴です。というのは大学のスタッフに、日本医師会健康スポーツ医が2名、心臓リハビリテーション指導士が1名、健康運動指導士が2名、いてクラブの運営にアドバイスを送ってくれています。また、直接指導にあたるスタッフも健康運動指導士や健康運動実践指導者などの資格を有するものが多いです。こうした、人材が協力してくれるおかげで当クラブの運動教室では、一人ひとりの健康状態に配慮した内容が展開されています。



### ■クラブ概要

設立年月日:平成21年2月22日

設立経緯:大東市と大阪産業大学がスポーツを通じてのまちづくりを目的に設立

対象地域:大東市 対象人口:13万  
大阪府東部に位置する大東市は、大阪都心部と関西学術研究都市の中間という好立地であり、府東部のものづくり産業集積地として発展しています。

会員数:男性:24名 女性:83名  
賛助会員:大学職員、学生等

財源:8,000,000円(自己財源比率:65%)  
助成金:2,974,000円

所在地:大阪府大東市中垣内3-1-1  
大阪産業大学「wellness2008」内  
いきいき大東スポーツクラブ事務局

電話:072-875-3001(代表)

FAX:072-875-3029

メールアドレス:ikik@osuhsa.net

ホームページ:http://ikik.osuhsa.net

スローガン:

「スポーツで笑顔あふれるまちづくり、みんなでクラブつくろうYa!」

## ■ いきいきと元気に長寿を全うするために運動習慣が重要!!

大東スポーツクラブには、「いきいきエイジ測定」と「いきいきアクティブプラン」といった目玉プログラムがあります。これらは、医学のエキスパートがデータにもとづき会員一人一人にあったプログラムを提供し、クラブの活動を通してサポートしていく画期的な取り組みとなっています。



【担当する佐藤真治氏(スポーツ健康学科准教授)】



いきいきと元気に長寿を全うするために運動習慣が重要なのですが、やみくもに運動をおこなっても思うように効果は上がりません。なかには、独りよがりの運動によってからだを悪くすることもあります。**自分自身のからだの特徴や目的に合った運動を安全な方法で行うことが大切です。**そこで、大学の最新機器を使い多角的な情報収集による「いきいきエイジ測定」と大学の専門教員が会員に個別的な運動プログラムを考える「いきいきアクティブプラン」は、会員の“いきいき長寿”を強力にサポートしているプログラムです。検査結果のわかりやすい解説とじっくりと話を聞く姿勢が好評です。また、必要に応じて食事などのアドバイスもさせていただきます。



## ■大学を活かした運営

いきいき大東スポーツクラブでは運営に学生を巻き込む構想を持ち現在進行中。将来的には学生や地域の方を主体にクラブを運営できるように「学生ボランティア」を組織に入れ、より地域に密着したクラブを目指しています。クラブを通して大学は社会貢献、学生は実践の場、住民は医療、スポーツ、文化のコミュニティの場として考えクラブを育んでいるところです。



健康体操



## ■アドバイザー's eye

いきいき大東スポーツクラブのように施設、人材に恵まれているクラブは少ないと思います。しかし、広い目で見ると地域には大学や教育機関、医療機関とった地域に眠っている宝は沢山あるように感じます。クラブは、「地域住民のために良いプログラムの提供を・・・」といったあり方も1つですが、より地域全体が動く運営形態を考えていくことも総合型地域スポーツクラブをつくっていく上で必要な視点であるように感じています。いきいき大東スポーツクラブのスタッフの方に出会ったことで“地域に根ざしたクラブ”のあり方が広がったように感じます。

(祐末 ひとみ 大阪府クラブ育成アドバイザー)