

地域スポーツフェスタ実施報告

岩国地域スポーツフェスタ

10月26日(土)、講師にプロハンドボールプレーヤーの銘苅^{めがら}淳^{あつし}氏を招き、『幸せになりたいあなたへ♡銘苅パワーを届けます! 炎のトーク&熱血コーチング』と題し、岩国地域スポーツフェスタが開催されました。小学生や高校生、指導者の105名が参加し、2時間という短い時間でしたが、熱い指導を受けていました。



銘苅氏は、ハンガリーやスペインのチームにも所属され、現在は北陸電力ブルーサンダーの選手兼任コーチとして活躍されています。今回はハンドボールに特化せず、ストレッチや2人組でできる簡単なトレーニング、ボールを使ったトレーニングなどを行っていました。指導をするだけでなく、話をしっかり聞いていない時には、話を聞く姿勢や取り組む姿勢など、なぜ必要なのかを丁寧に話されていました。高校生少数 vs 小学生多数で行



ったハンドボールを使用したラグビーでは、高校生に果敢に立ち向かう小学生の姿が見られました。

講話では、小学生にもわかりやすい言葉で、スポーツをしていくうえで大事なこと「食事・思考・心」についてのお話がありました。銘苅氏は、「朝は希望に起き 昼は努力に生き 夜は感謝に眠る」という言葉を大事にされているそうです。

終始、銘苅氏の熱いコーチングが体育館に響き渡り、とても楽しいイベントとなっていました。

厚狭地域スポーツフェスタ

「元気になーれ!!ピエンナーレ」

10月27日(日)、宇部市常盤公園を会場に、参加者120人で、スポーツフェスタが開催されました。総合型地域スポーツクラブのノウハウと宇部市のイベントを融合したイベントは、講話「100歳まで元気であるための正しい歩き方」と宇部市ふるさとコンパニオンとの「彫刻ガイドツアー」の2本立てとなりました。HBBT 関口正彦氏は、長年のスポーツメーカー時代の経験を基に、3点保持理論を確立させ、インソールの開発などで、アスリートのパフォーマンスを引き上げることに携われてこられました。理想の歩行とは、足裏のアーチ機能が発揮され、横隔膜が上がった状態で重心が移動していることを実技を交えてのお話に、参加した人が身を乗り出して聞き入っておられました。

午後からは、常盤公園彫刻の丘に会場を移して、「宇部市ふるさとコンパニオンの会」のみなさんによるガイドを聴きながら、野外彫刻や熱帯植物を見るなど、常盤公園の秋を満喫しました。この日は、「The28th UBE BIENNALE」の開催期間中であり、現代日本彫刻15点をまじかに見ることができ、その迫りに圧倒されたようです。宇部市ふるさとコンパニオンによる巧みな話術によるガイドが大好評で、「作者の思いがよくわかった」「ライトアップされた夜の景色も楽しみになった」などの感想が寄せられました。

昨年度に続き、「学び」と「運動」によるスポーツフェスタの実施となりました。厚狭地域にあるクラブどうしの連携が進んでいること、3市の行政担当者のかかわりが重要であることなど、より高まっているイベントになっているようです。



わくわく(輪く和く)通信

山口県生涯スポーツ推進センターだより

Vol.31

2019年

12月



中国ブロッククラブネットワークアクション2019

期日：11月2日(土)・3日(日) 場所：岡山市 IPU・環太平洋大学岡山駅前グローバルキャンパス
 テーマ：『かける』でひろがる地域スポーツの未来

クラブ×学生～地域の未来をひらく「だっぴ」プログラム～

＊だっぴプログラムの紹介と実践
 スケッチブックを使用したフリップトーク
 お題の回答を書き、グループ内で一斉に見せ合う
 その解答についての説明や質問をし合う
 【効果】・自身の考えや価値観と素直に向き合うことにつながる
 ・経験を話すことや聞くことで、自己肯定感が高まる



クラブ×広報（講座）

～効果的なチラシデザイン～

【チラシ作成時のポイント】

- ・誰に何を伝えたいのか
- ・伝えたいことを大きくはっきり
- ・文字のメリハリ
- ・色数は多すぎない
- ・イラストや写真を付けてイメージしやすく
- ・自分が手に取った印象を大切に



クラブ×大学（発表）～若者の力を活かす事業展開～

環太平洋大学学生と総合型クラブの連携イベントについて
 ・学生の斬新なアイデアにより、クラブにとって
 新たな発見や気づきがうまれる
 ・イベントをする上でリスクマネジメントを一番
 に考えることを忘れずに



クラブ×防災（パネルディスカッション）

～災害時の総合型クラブ対応～西日本豪雨当時の状況や対応
 ・支援物資の援助等、クラブ同士の横のつながりにとても感謝
 している
 ・少しずつクラブ活動もできるようになり、
 復興に向けて進んでいる



クラブ×地域（講演）～地域振興の担い手となる総合型クラブとは～ 総合型クラブをバスに例えてお話をされました

ネガティブ
状態



ポジティブ
状態

- ・運転手はひとりではない（総合型クラブだけではない）
- ・同じ方向に向かう乗客ばかりではない
 （人・団体によって未来は様々、途中乗車・途中下車もありうる）
 →仲間（運転手・乗客）を増やそう！ 社会的ネットワークの構築
- ・路線も一本ではない
 →いろいろな道＝方法で進むようにしよう！ 事業性の確保
- ・ガソリンスタンドもひとつだけではない
 →走り続けるためのエネルギーをたくさん集めよう！ スポーツインフラの活用
 資源はたくさん！ お金だけでなく、人材、施設、無形のもの…いろいろ！

運転手はダレ？《当事者はどの団体？》
 乗客はダレ？《未来づくりは誰のため？》
 どういう路線？《未来までの道順は？》
 給油はどこから？《資源調達方法は？》

地域の課題（ネガティブ状態）を理解し、受け止めよう！

課題解決を独占するのではなく、他団体と話し合い、シェアしよう

地域課題をシェアする乗り合いバスへ



色々な視点から話が聞けた2日間となりました。2020年は広島県で開催予定です。

理論と実技の一致を・・・YAMAGUCHI ACPブラッシュアップ研修会の報告



11月30日(土)、JYUPO 山口を会場に、東京学芸大学の佐藤准教授とJSPOスポーツ科学研究室の青野室長代理のお二人を講師に迎えて研修会を行いました。

講師の青野先生から、「子どもの身体活動の意義」「基礎的動きを身につけることの重要性」「遊びプログラムの紹介と解説」「場・しかけの重要性」をテーマにした講義がありました。中でも、「ACPは単なる運動遊びではなく、運動遊びの必要性を重視して指導していくことを大切にしたい。理論をもって子どもたちに接していくことが大切で

す。」「キッズ・ジュニア期の指導にあたっては、子どもの心理などを巧みに活用し、『できることがよいという価値観を押し付けないこと』で、より多くの幼児が運動をしていく環境が生まれてくる。」といった内容のお話が印象的でした。

午後からは、佐藤先生から実技の指導を受け、受講者は3人～4人のグループで指導案を作成し、模擬指導の時間を設けました。模擬指導は、「ねらい」「対象」「人数」「時期」などを想定し、指導者役・子ども役に分かれて、「アイスブレイキング」「新聞紙」「鬼遊び」の3つのいずれかで行いました。講師の先生から、良かった点をたくさん紹介していただきました。

ACPというツールを使って、幼児期からの運動遊び経験を提供し、運動が苦手だったり、嫌いだったりする子どもを一人でもなくしていこうとする動きこそ、地域スポーツの役割であることを再確認できました。

人がつながる 人でつながる 人がつくる



総合型地域スポーツクラブが量より質の転換を求められています。地域に根ざしたクラブの経営や活動を支えるのは人… このコーナーでは、各コーディネーターがインタビューをして、人を紹介していきます。

佐山コミュニティスポーツクラブ 会長 中谷 重広氏

山口市南部に位置する佐山地区で活動している佐山コミュニティスポーツクラブの中谷会長にお話をお聞きしました。このクラブは、平成13年4月に設立し、19年目となりました。

スポーツとの出会い・きっかけは？

子どもの頃は運動が好きというわけではなく、スポーツ少年団もなかったため、夏休みに地区のソフトボール大会などに参加する程度でした。中学校の部活動でバレー部、高校でサッカー部に入学し、運動をする機会が増えました。その後、就職先が体育会系の職場ということもあり、先輩に誘われて駅伝等に参加するうちに走ることに目覚め、大会等にも参加するようになりました。

佐山コミュニティクラブに携わったきっかけは？

佐山地区を離れた時期が少しあり、また佐山へ戻ったある時に、佐山地区に体育推進委員という人がいることを初めて知りました。若い世代の人を探しているというお誘いを受け、35歳の頃に佐山地区の体育推進委員となりました。その後、市のスポーツ推進委員となったことで、佐山コミュニティクラブの副会長としてクラブに携わるようになりました。

佐山コミュニティクラブは全地区民を対象にしていますが、そのねらいは？

参加者の減少や指導者の不足などがあり、運営や活動を見直すこととし、私が会長になった時に、会員制というものから、全地区民対象として、その都度参加料を徴収する形に切り替えました。多くの人に参加していただきたい、クラブと共に佐山地区を盛り上げてくれる人や指導者等の発掘、要望など地域の人の声を聞きたいという思いがありました。

クラブに対する思いは？

今はクラブの運営委員で話し合っって企画をすることが多いですが、地域の声を聞きながら活動していきたいという思いはずっと持っています。数年前、夏祭りが廃止となる予定でしたが、子どもたちの楽しみがなくなることは残念なことなので、子どもの視点に立ったプログラムのある内容に形を変えてクラブが引き継いでいます。また、佐山地区には、伝統的な行事を実施している団体があるので、その団体とは別の内容を企画していきたいと思っており、新たに体験ダイビングやクップなどを計画しているところです。



田布施スポーツクラブ 会長 鳥越 昭次氏

田布施スポーツクラブは、「誰もが、いつでも・どこでも・いつまで各自の趣味・目的に応じてスポーツに親しめるように」「学校5日制における子どもたちのスポーツの受け皿の整備」のため、設立されました。今回は、会長の鳥越氏にお話を伺いました。

会長がクラブに携わったきっかけは？

田布施中学校の水泳部と弓道部が休部になることから、教育委員会からクラブで実施できないか打診がありました。その際に、水泳部の指導者となったことがクラブへ携わるきっかけとなりました。

最近、クラブと部活動の連携についての話題が出ていますが、すでに田布施スポーツクラブでは連携されていますね。会費などはどのようになっているのでしょうか？

水泳・弓道・サッカーの3種目において、クラブでの活動を部活として中学校と連携して実施しています。クラブにあるその他の教室と同様に、年会費と参加費を徴収しています。中学校からは、部員の人数に応じた金銭的援助をいただいております。用具等の備品購入に充てています。

校長先生等、先生が替わる度に説明をする必要があることは大変ですが、これからも中学校と連携をしながら、部活動の受け皿を担うことで、子どもたちにスポーツができる環境をつくっていきたくと思っています。

今後の取組は？

現在、会員が約380名ですが、もう少し会員を増やしていきたいと考えています。年度末の広報紙での募集案内や中学校の入学式での勧誘などをしてしていますが、公民館等の施設にもクラブの募集チラシを常時設置していくこととしています。

来年度は、田布施町でスポーツフェスタを計画しており、講師を招き、リズムジャンプの講習会を実施したいと考えています。リズムジャンプは、ラインという中心線を踏まないように、曲に合わせて、前後左右方向のジャンプ、回転やステップ、手の動きを加え、脳と身体を鍛えます。プロ野球や、スポーツ強豪チーム、幼稚園や学校、企業などさまざまな団体で導入されています。皆さんもぜひ体験に田布施町へお越しください！



総合型地域スポーツクラブ 訪問日記

クラブ名	イベント名	訪問日	訪問者
コミュニティクラブ東亜	15周年記念講座「コンディショニング」 記念祝賀会	令和元年 10月27日(日) 11月 2日(土)	岡村 睦美

下関市で活動するコミュニティクラブ東亜の15周年創立記念講座「コンディショニング」が開催されました。講師に、第1回創設・育成研修会でも講義をしていただいた、日本コンディショニング協会会長の有吉与志恵氏を迎え、コンディショニングについての説明と実践が行われました。クラブ会員、東亜大学の教員や学生、地域住民など134名が参加していました。コンディショニングはタオル大・小があれば実践することが可能で、足首を回したり、手をぶらぶら小刻みに揺らしたりという簡単な動作でできるため、継続しやすい運動です。参加者の多くは、すぐに身体の変化を体感できることに驚いている様子でした。講習会の終了後には、身体がスムーズに動くようになったり、軽くなったりと大変満足され、笑顔で帰っておられました。



11月2日(土)には、東亜大学で各サークルの発表会が行われた後、シーモールパレスにて15周年記念祝賀会が開催されました。祝賀会には、県スポーツ推進課中尾主任と県体育協会の和田リーダーが出席させていただきました。クラブ設立当時に大学教授として関わっておられた八代勉氏、桂川保彦氏、片山健二氏などが来賓として出席され、クラブの指導者や会員約100名が参加し、盛大に15周年を祝いました。

新しいクラブが仲間入りをしました！「よりあい処 西が丘」

2年間の準備期間を経て、11月8日(金)に、宇部市の5番目のクラブとして正式に発足しました。

「よりあい処 西が丘」は、宇部市の西宇部地区にある単位自治会ですが、平成23年から、宇部市からの支援を受け、高齢者向けのプログラムを展開してきました。平成30年度には、地域福祉などの社会参加活動が認められ内閣府から表彰されるなど、着実に事業を展開してこられました。これまでの実績が総合型地域スポーツクラブの理念と一致することから、総合型地域スポーツクラブの仲間入りを果たしたところです。



発足を記念して、地域住民でもある「広島経済大学 松本耕二教授」から、「地域スポーツのこれから」と題した講演会があり、「スポーツのとらえ方・楽しみ方には、様々あること。形式にとらわれずに楽しむことが大切」「スポーツの楽しさとは、強制されないことで、仲間づくりにつながる。負けても楽しめるように」などのテーマでお話しされました。

代表の新谷弘昌さんと、事務局の片山雅博さんは、「中学校や高等学校とも連携ができ『住んで良かった西が丘 住んでみたい西が丘』のキャッチフレーズを実現できるようになりつつある」ことや「先輩クラブとも連携を取りながら、ビジョンを大切に活動していきたい」との思いを強くされたようです。これからも、10人を超えるスタッフのみなさんがそれぞれの持ち味を活かし、活動の場を広げていかれることと思います。山口県体育協会としても、宇部市との連携をより強くし、クラブの育成支援と創設に向けた働きかけを進めてまいります。

【生涯スポーツ推進センター問い合わせ先】

中央生涯スポーツ推進センター(山口県体育協会)

TEL 083-933-4697

FAX 083-933-4699