

## 総合型地域スポーツクラブを核とした活力ある地域づくり推進事業実践事例

都道府県名 北海道 受託団体名 北海道広域スポーツセンター機能推進事務局

実践テーマ 女性のスポーツ参加機会の向上

女性が参加しやすいスポーツ事業の環境づくり

### 【テーマ設定の理由】

若い女性をはじめ、女性がスポーツに積極的に参加する機会の拡充や、地域住民のニーズにあったスポーツ環境の一層の整備、地域住民や関係団体の連携など、スポーツ活動を中核とした地域づくりを進めるため、このテーマを設定した。

### 実践クラブ評価委員会

山本 理人(北海道教育大学岩見沢校准教授)	原田 豊美(道北圏広域スポーツセンター主幹)
坪田 敏男(道体育指導委員協議会理事長)	土屋 敏之(十勝圏広域スポーツセンター事務局員)
渡邊 清(道体育協会クラブ育成アドバイザー)	江縁 和秀(釧路・根室圏広域スポーツセンター 専門員)
伊藤 昇(道南圏広域スポーツセンター課長)	佐々木幸子(保健福祉部保健医療局健康推進課)
富川 英孝(道央圏東胆振広域スポーツセンター主査)	三戸部康世(環境生活部生活局参事主査)

### 課題解決のために連携をとった機関・団体

- |                       |                     |
|-----------------------|---------------------|
| ■北海道教育大学              | ■道内圏広域スポーツセンター(5カ所) |
| ■北海道環境生活部生活局道民活動文化振興課 | ■留萌市立病院             |
| ■北海道保健福祉部保健医療局健康推進課   | ■留萌市健康推進課           |
| ■財団法人北海道体育協会          |                     |

### 【上記機関・団体と連携をとった効果】

さまざまな団体、組織と幅広く連携することにより、これまでになかった支援が得られた。例えば、健康を切り口にしたスポーツ教室で市立病院のドクターと看護師、さらに市の保健師が全面的に協力してくれた。

この連携は、今後のクラブの事業運営で大きな財産となった。

実践クラブ名 るもいスポーツクラブ「このゆびとまれ」

### 【クラブ概要】

- ・設立年月日 平成 19 年 3 月 16 日 設立
- ・クラブ所在地 留萌市見晴町2丁目 留萌市スポーツセンター内
- ・クラブの特色 当クラブは身の丈にあった活動を標榜しつつも個性の発揮を目指している。例えば小学生と高齢者の教室では、いずれも運動前の15分間「文武両道」「読み書き計算」として、季節にあった俳句の朗読や百マス計算なども実施している。
- ・クラブマネジャーの活動状況
- ・会員数(H20.7.1現在) 290 人 ・定期活動種目数 22 種目
- ・会費の種類と金額 一般2,000円/年 高齢者1,000円/年 小学生1,000円/年
- ・平成20年度総予算額 4,658,000 円

## 実践プロジェクト①

### フォーラム「女性とスポーツ」

#### ◆プロジェクトのねらい

趣味、健康、ふれあい、生きがいなど、女性の立場、視点からスポーツを考え、理解を深めることでスポーツの生活化を促す

#### ◆実施概要

著名な講師による基調講演。スポーツ愛好者、スポーツに興味のある女性などによるパネルディスカッション

◆参加者数 40人

#### ◆活動の様子



#### ◆評価

- ・開催日に学校行事(学校祭、PTA関係集い)あり、参加者が予定を大幅に下回る。
- ・受講ニーズは主催者の思惑とは裏腹であることがわかり、今後、同種フォーラムを開く時は、受講ニーズを把握してからにすべき、と痛感。

## 実践プロジェクト②

### 子育てママさんリフレッシュスポーツ教室

#### ◆プロジェクトのねらい

育てでスポーツから遠ざかっているママさんの気分転換を図る。

#### ◆実施概要

元祖ミニバレーボール、キンボール、バウンドテニス、バドミントン、ドッチビー、ラージボール卓球を実施。すべて遊び感覚で取り組め、ルールも難しくなく、汗のかきやすい種目であるため、全員楽しそうに取り組んでいる。毎回託児あり。

#### ◆参加者数

#### ◆活動の様子



#### ◆評価

- ・託児をセットにした事業開催が喜ばれた。
- ・募集早々に定員に達する人気。乳幼児を持つ母親にニーズあること確認。
- ・子育て支援サークル(おたすけママくらぶ)と連携できた。

## 実践プロジェクト③ アンチエイジング健康スポーツ体験会

### ◆プロジェクトのねらい

中高年女性のスポーツ参加機会の向上。レク・スポーツを体験しながら有酸素運動で抗加齢に取り組む。

### ◆実施概要

ドクター講話及び、ミニバレーボール、フロアカーリング、パークゴルフ、ウォーキング(3回シリーズ)

※ 3回とも、体組成計で体脂肪など計り、血糖値、血圧も測定。

※ 血糖値は運動後にも計り、違いを実感してもらう。

### ◆参加者数 3 3 人

### ◆活動の様子



### ◆評価

- ・健康とスポーツをセットで認識でき、健康志向の人には効果あり。
- ・市立病院や保健師の連携が今後の事業にプラス効果。
- ・スポーツオンチの人には格好の教室となった。

## 実践プロジェクト④ 仲よし親子のミニ運動会

### ◆プロジェクトのねらい

フレッシュな気持ちで子どもと接してもらおうと、小学生とその親を対象に企画

### ◆実施概要

<1回目>

- ・玉入れ、二人三脚、徒競走、綱引き、シッポ取りの5種目を行った。

<2回目>

- ・1回目の「二人三脚」「シッポ取り」を「玉ころがし」「ドッジボール」に替えた。

### ◆参加者数 3 2 組 8 0 人

### ◆活動の様子



### ◆評価

- ・プログラムの内容はシンプルでよく、参加者に喜ばれた。
- ・みな楽しそうに競技し、親子のふれあいが深まり、笑顔が広がった。

## 実践プロジェクト⑤ FMIによる広報活動

### ◆プロジェクトのねらい

コミュニティーFM放送局を通じ効果的な広報を行う。すべての事業(教室、フォーラムなど)のPRや募集のほか、スポーツクラブの目的や意義についても啓発する。

### ◆実施概要

- ・ 事業開始時は、モデル事業の意義や目的について紹介した。
- ・ スポーツ教室は、開催要項に基づき募集コマーシャルを随時流した。
- ・ 通常の番組の中で、文部科学省のモデル事業を話題として取り上げた。

### ◆参加者数

### ◆活動の様子



### ◆評価

- ・ FM電波で「るもいスポーツクラブ」の名が頻繁に流されたことで、総合型地域スポーツクラブの知名度がアップした。
- 子育てママさんリフレッシュスポーツ教室は、30代前後のお母さんが対象となったが、この世代は比較的FM放送を聞いており、募集に効果があった。

## その他の取組

- ・プロジェクト会議の実施
- ・啓発イベント(るもい川まつりと運動)
- ・レッツ健康「体ぽかぽかストレッチ」
- ・働く女性のニュースポーツ体験会
- ・ソフトエアロビクス教室、シェイプアップ・ヨガ教室
- ・小学生教室引率お母さんのスポーツ試食会
- ・にこにこバトミントクラブ、にっこりピンポンクラブ
- ・運動・スポーツに関する意識調査の実施
- ・プロジェクト事業受講者アンケートのまとめ

## 本事業の成果

事業の参加者からは、事業の実施時期、時間帯、募集方法、内容、規模、指導者、目標の達成度、継続性、楽しさ、参加の意義など、いずれの視点からも概ね高い評価を得た。この高い評価の背景には、女性のニーズにあったプログラムの展開や日程、時間帯、託児などが工夫されていたこと、広報活動が充実していたことなどが主な要因としてあげられる。この事業は、単に女性の参加を促しただけでなく、地域への説明責任を果たし信頼を醸成するという点にも大きく貢献し、クラブが地域に根をおろし地域の活性化の起点となる可能性を示すものとなった。

## 本事業の課題と今後の取組

今回展開された事業においては、参加者の中から指導者になることを希望する女性が現れたという報告がなされた。このことは、総合型地域スポーツクラブの「住民主体」という理念に合致するだけでなく、女性のスポーツ参加の可能性の拡大という視点(男女共同参画という視点)からも注目に値する。今後は、調査研究を継続し、より詳細な分析を行うとともに、地域の特性を踏まえた新たなプログラムの開発などが求められる。