

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

和歌山県

受託団体名

社団法人 和歌山県体育協会
(和歌山県広域スポーツセンター)

実践テーマ

高齢者の運動・スポーツ活動への参加機会の創出

～元気アップ！カローリング教室～

【テーマ設定の理由】

高齢者が、それぞれの健康状態や身体能力、スポーツ事情等に応じて体を動かしたり運動やスポーツを楽しんだりすることができる環境を整備する。

実践クラブ評価委員会

委員長 藤本 淳也(大阪体育大学 教授)

委員 菅井 繁實((社)和歌山県体育協会・クラブ育成アドバイザー)

委員 南 由佳((社)和歌山県体育協会・クラブ育成アドバイザー)

委員 山本 明(紀州レンジャーズ・事務局長)

委員 岸田 昌章(げんき倶楽部はしもと・クラブマネージャー)

委員 谷本 禮三(ESスポーツクラブ・会長)

県教委担当 馬場 秀典(スポーツ課 生涯スポーツ班長)

事務局員 濱口美都子((社)和歌山県体育協会事業第2係 主査)

課題解決のために連携をとった機関・団体

■ 海南市老人クラブ連合会

■ 海南市体育指導委員会

【上記機関・団体と連携をとった効果】

高齢者対象のスポーツ活動であることから、広く参加への呼びかけが可能となった。
高齢者のスポーツ活動に必要な知識と指導力で教室運営が効率的に行われた。

実践クラブ名 下津スポーツクラブ

【クラブ概要】

- ・設立年月日 平成 21 年 3 月 25 日 設立
- ・クラブ所在地 和歌山県海南市下津町下津500-1 海南市民交流センター(3階)
- ・クラブの特色 スポーツを通じた地域づくりに参画し、地域を元気にすることを理念としている。
- ・クラブマネジャーの活動状況 非常勤で有給(月額7万円程度)
- ・会員数(H21.7.1現在) 145 人 ・定期活動種目数 8 種目
- ・会費の種類と金額 大人:1500円/月 保険料1600円/年
小中学生:1000円/月 保険料600円/月
ファミリー:2500円/月 保険料 それぞれの年齢に応じて収受
入会金: 個人1000円 ファミリー2000円
- ・平成21年度総予算額 7,246,000 円(収入ベース)

実践プロジェクト① 元気アップ！カローリング教室

◆プロジェクトのねらい

高齢者が、それぞれの健康状態や身体能力、スポーツ事情等に応じて体を動かしたり運動やスポーツを楽しんだりすることができる環境を整備する。

◆実施概要

市内を12地区程度に分け、ニュースポーツである「カローリング」教室と各地区対抗の大会を開催する。対象：概ね60歳以上、回数：12回(月2回×6ヶ月)。

◆参加者数

◆活動の様子



教室参加のみなさん



交流会

◆評価

下津スポーツクラブの積極的な取り組みは、高く評価できる。プロジェクト会議による検討と計画、12地区でそれぞれ12回(月2回、6カ月間)のカローリング教室の実施、指導者講習会の開催、地区対抗カローリング大会の開催によって、多くの高齢者にスポーツに親しむ機会を創出した。また、地元体育協会、自治体、公民館、学校、老人ホームなど、多くの関連組織との連携によって、地域づくりに対する貢献も大きい。

本事業の成果

この「カローリング教室」の最大の特徴は、気軽に誰でも参加でき、参加しても見ても楽しいこと、である。教室は、下津スポーツクラブの指導者が明るく楽しく雰囲気を作りながら進め、参加者の自主性を導き出すのが特徴である。これによって、高齢者が気軽に「参加する」「体を動かす」だけでなく、「応援する」「声を出す」「笑う」という機会をつくり出しており、仲間づくりや地域づくりへの効果も期待できる。

もう一つの特徴は、カローリングの特性を活かして、身近な場所での教室の開催である。例えば、学校の体育館、公民館、そして老人ホームである。老人ホームでは、施設の協力を得て、施設入口付近の廊下を使って実施している。施設に入居している高齢者は、1階の廊下に降りてくるだけでカローリングに参加することができる。高齢者を対象とした教室での種目の選択と、地元施設の協力体制を構築したことで高齢者がスポーツに親しむ機会を作り出している。

本事業の課題と今後の取組

今後の課題としては、①教室回数の増加、②指導者の育成、③予算の確保があげられる。教室開催の回数は、1つの地区で12回(6カ月間)であるが、頻度にするると月2回である。参加する高齢者の精神的、社会的、身体的効果を高めていき、活力ある地域づくりにつなげていくためには、少なくとも週1回の開催が望まれる。実際、参加者がカローリング教室を続けたという希望も強い。そのためには、各地区、関連組織、関連施設の理解と協力を得て、機会の確保が望まれる。指導者の育成も不可欠である。上記のように、この教室の特徴は参加者が気軽に楽しく集い、参加しても、見ても楽しい雰囲気を目指している。参加してよかった理由として「楽しい」と答えた人が81.9%もいることが、その成果を示している。今後も、参加者に対して楽しい経験を提供するためには、技術やルールだけでなく、場を楽しくすることのできる指導者の育成が望まれる。

最後に予算の確保である。カローリング用具は、一式で40万円である。また、指導者の確保や活動の充実と継続にも予算が必要である。教室や大会開催の回数増加や内容の充実によって高齢者の運動・スポーツ活動への参加機会の創出につなげていくためには、活動費確保のシステム作りが望まれる。

(本件問合せ先: 社団法人和歌山県体育協会 073-431-3982・1080)