

予算額

2,373,159 円

地域課題解決に向けた取組

1	取組の名称	キッズ体操教室				
	趣旨・目的	幼児期からの運動習慣は脳の発達や活性化に良い影響があると考えられており、神経系の発達による身体調整力の高まりと運動習慣の生活化を狙い取り組んだ。				
	内容	マット上で床運動、ミニトランポリンを7～10個並べて、その上で飛んで次々にミニトランポリンを渡る遊び要素を取り入れ、大なわ跳びは保護者にも協力していただき、まず飛び方とぐり方は教室の先生が模範を示し行った。 教室の始めは大きな声で挨拶し、ストレッチでのウォーミングアップ、終わりはクールダウンした。				
	対象者	3歳以上～小学生	参加人数	62名	実施回数	14回
	効果を高めるための工夫や取組など	<ul style="list-style-type: none"> 参加しやすい時間帯を考え、教育機関が休みの土曜日、時間はお母さんの洗濯が終了し、子どもも目覚める11～12時に設定した。 スタンプカードをつくり、参加意欲が高まる工夫をした。 				
	成果	<ul style="list-style-type: none"> 指導者講師は優しく子ども達に接し、保護者から好評を得た。 運動やスポーツへの興味と関心が育ちつつあるように感じられた。 				
課題	<ul style="list-style-type: none"> 12月よりインフルエンザが流行したためか、参加する子ども達は予想人数よりも少なめであった。 年度の後半で、文科省の事業を委託したためPR不足であった。 					

2	取組の名称	ストレッチ教室				
	趣旨・目的	中高年の転倒予防の貯筋効果とメタボ予防による健康づくりを目的とした。				
	内容	ストレッチ教室は毎週木曜日(9:30～11:30)と土曜日(9:15～10:45)に開催した。講師の号令にあわせて、ゆっくりと体全体を解せるようなストレッチを行い、後半30分は、アップテンポなリズムに合わせて有酸素運動を行った。				
	対象者	中高年と全年齢	参加人数	332名	実施回数	31回
	効果を高めるための工夫や取組など	<ul style="list-style-type: none"> 木曜日は中高年齢層を対象、勤労者も参加できるように土曜日は全年齢を対象にして実施したが、年齢には関係なく、30歳代の参加もみられた。 教室参加者には知人・近隣に声がけPRをお願いした。 				
	成果	<ul style="list-style-type: none"> 参加者は指導する先生方の教え方と模範を示されるため、取り組みやすく大好評を得た。 今まで付き合いのなかった人達が、身体活動を知にすることで一体感が醸成され、教室外でも皆で開くなど交流が始まった。まさに、スポーツコミュニティが形成されつつある。 				
課題	<ul style="list-style-type: none"> 今後の教室開催の継続を望む参加者の声が多い。 					

	取組の名称	卓球教室				
	趣旨・目的	市民・中高年を対象として、比較的取り組みやすいと考えられる卓球教室を開催し、スポーツの習慣化をねらった。				
	内容	由宇文化スポーツセンターが比較的空いている水曜日の9:00～11:30に開催。ウォーミングアップとクールダウンには約15分間の時間をあて、ケガに対し注意を払った。H23. 11月より開始した。				
	対象者	市民・中高年	参加人数	734名	実施回数	19回
3	効果を高めるための工夫や取組など	<ul style="list-style-type: none"> ・ 普段から卓球でアリーナを利用しているグループに教室開催をPRし、友人・知人を誘って欲しい旨をお願いした。 ・ 教室参加者は、経験者と初心者が混在することから、初心者を経験者に教えてもらうようにした。 ・ 卓球台を20～22台と用意し、予備台で初心者が特別指導を受けられるようにした。 ・ デジタイマを10分にセットして、10分間隔で相手が変わり、お互いに交流できる工夫をした。 				
	成果	<ul style="list-style-type: none"> ・ 早い時間帯からの教室であったが、予想以上の参加者であった。 ・ 由宇地域以外から約20%の参加者があり、卓球するグループは色々な繋がりを持っていることが分かった。口コミ効果は大きい。 ・ 卓球教室の日以外にも、教室参加者が卓球や他の運動目的で、由宇文化スポーツセンターを訪れる人の姿が見受けられる。 ・ この教室が運動やスポーツをする動機付けになった人がある。 ・ 病気で運動することを進められ、病後のリハビリで教室参加を決めた人があった。 				

	取組の名称	陸上教室				
	趣旨・目的	小学生を対象として陸上教室を定期的に行う。体力向上および競技力向上の手段とする。				
	内容	金曜日は下校時刻を過ぎた16:10～17:10 由宇小学校グラウンドと雨天時は体育館、由宇文化スポーツセンターアリーナを活動場所にした。土曜日は由宇中学校200mトラックとフィールド、海浜公園、神東クロスカントリーコース、雨天時は由宇文化スポーツセンターアリーナを利用した。ケガを防止するためのストレッチから始め、スタートダッシュの練習やコーディネーショントレーニングを行い、長距離、短距離と基本的には、全体で練習を行う。				
	対象者	市内小学生	参加人数	1050名	実施回数	37回
4	効果を高めるための工夫や取組など	<ul style="list-style-type: none"> ・ 雨天時は活動プログラムに室内、コーディネーショントレーニングを取り入れた。 ・ 通常の練習では、100m走等で個人に目標タイムを設定させ、5本程度での平均値を知らせて激励した。 ・ 複数の指導体制をとり、送迎に保護者の協力を求めた。 ・ 教室のPRを小学校とスポーツ団体に行った。 				
	成果	<ul style="list-style-type: none"> ・ 第31回周防大島久賀駅伝大会(スポ少、小学生部門)に出場し、全区間で区間賞・第1位に輝いた。 ・ 保護者と子ども達の喜びは大きかった。 				
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ・ 運動の苦手な小学生の参加は少人数であり、どう呼びかけるか、動機付けの必要性がある。 ・ ゴールデンエイジをどう育てるか、そのシステムをどうつくるか。 				

5	取組の名称	エアロビクス教室				
	趣旨・目的	中高年の転倒予防の貯筋効果と有酸素運動による身体活性化を目的とした。				
	内容	平成23年11月より、由宇文化スポーツセンター小体育室で毎週水曜日に、9時30分～11時30分の時間帯で開催した。ロウテンポなリズムに合わせてストレッチ動作を交え体をリズムに慣れさせ、少しずつテンポを上げていき、実際のエアロビクスの動作への移し、全身の有酸素運動を行う。後半30分は、ゆっくりしたリズムで全身のポテンシャルトレーニングを行う。				
	対象者	成年～中高年齢層	参加人数	579名	実施回数	16回
	効果を高めるための工夫や取組など	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教室参加者は35～70才代まで年齢に幅があるため、あまり激しい動きは少なくして、高齢者に配慮した。 ・ インストラクターはアパに所属、USAでも通用する資格者を配置した。 ・ 身体運動に伴う呼吸法の意味あいを、丁寧に説明し貯筋と有酸素運動の健康寿命効果への理解度を深めるようにした。 				
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・ エアロビクス教室の参加者は予想よりも多く、月3回の実施であったが、月平均参加者数は100人を超えた。 ・ 口コミで教室の良い噂が広まり参加者が増えた。この教室はスポーツコミュニティができつつある。 					

6	取組の名称	由宇中学校運動部活動へのコーチ派遣				
	趣旨・目的	部活動を支援するため地域指導者を中学校に派遣して、生徒の競技力向上、人間力の形成を目指す。				
	内容	野球部、剣道部、バレーボール部、卓球部、バスケットボール部に計6名を派遣し、顧問をサポートした。				
	対象者	由宇中学校運動部加入生徒	参加人数／週	1175名	実施回数	100
	効果を高めるための工夫や取組など	<ul style="list-style-type: none"> ・ 剣道とバレーボール、卓球、バスケットボールは中学校の体育館は狭いため、4種目を同時に行うことができないため、由宇文化スポーツセンターで活動できるようにした。 				
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・ 剣道部は女子が全国大会に出場、男子は中国大会に出場した。 ・ 中学校と地域の連携が深まり、問題となる生徒は皆無。 ・ 生徒が誰にでも挨拶する姿が見受けられる。 					
課題	<ul style="list-style-type: none"> ・ 派遣するコーチの高齢化 					

小学校体育活動支援

派遣先学校総数	3 校
---------	-----

コーディネーター総数	1 名
------------	-----

◆効果を高めるための工夫や取組など

- ・ ゆうスポーツクラブと学校、岩国市教育委員会、山口県教育庁学校安全体育課(やまぐち広域スポーツセンター)との連携調整を図るため、「スポーツコミュニティ形成促進事業推進協議会」を平成23年10月19日(日)に開催して、事業計画を説明し、各関係者(推進委員)の意見・要望を吸いあげ、体育活動に反映させるようにした。
- ・ 11月から実施できるようにするため、コーディネーターとプロジェクトリーダーは、各小学校に出向き、学校行事と体育授業の時間割を確認し、授業日程表を10月下旬に作成し、体育用具の安全点検や救急体制の確認及びコーディネーター自身の安全対策として、スポーツ安全保険を適用し、指導者賠償に備えることとした。
- ・ コーディネーターをゆうスポーツクラブ会員として所属させ、由宇町のアパートを借りあげ、居住できるようにした。
- ・ 各小学校では、コーディネーターも児童と一緒に給食できるようにして、児童との食を通じての触れ合いができるよう配慮した。

◆成果と課題

[成果]

- ・ 体育授業を教師とコーディネーターが行えると、児童により目くばりができる。
- ・ コーディネーターが模範的な身体活動や技能を示すことで体育授業をより充実させた。
- ・ 教師がコーディネーターの指導ぶりに刺激を受けた。
- ・ 体育授業に対し児童には、今までよりも意欲の向上が認められる。
- ・ 教師とコーディネーター、複数で体育授業を行えることで、児童を2グループに分けての球技等の実施が可能となり、児童の運動量が増加し、授業内容にメリハリがでている。
- ・ コーディネーターは教師と違う目線で児童に接している。褒め上手で、児童はなついている。

[課題]

- ・ コーディネーターとしての自立を望む者もあり、自立のための給与・手当が望まれる。
- ・ コーディネーターを捜すのが困難であった。

本事業全体の成果と課題

[成果]

- ・ 体育活動コーディネーターの派遣は、小学校の体育授業が充実する成果が認められた。
- ・ 中高年対象の教室では、教室参加者が動機となり、運動やスポーツを始めた人が複数あり、教室外でも交流が始まり、スポーツコミュニティが形成されつつある。

[課題]

- ・ 総合型クラブのいずれも自主財源に乏しいため、事業年度当初の概算払が望まれる。