

スポオトふるまち (SPO-OTO FURUMACHI) ～「音」を媒介としたスポーツ・健康まちづくりの新提案～

提案の背景・目的

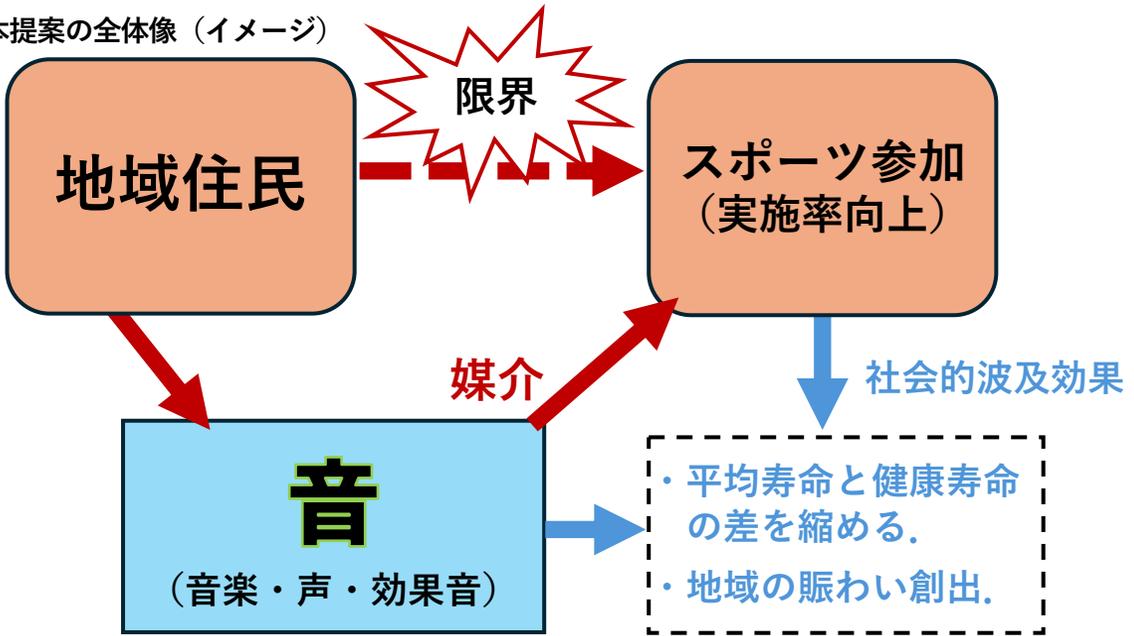
新潟市における20歳以上の週1回以上のスポーツ実施率 **50.8%***
(*R4年度の数値、第3期スポーツ基本計画の目標値は70%、R4年度の全国平均は52.3%)

+ 平均寿命と健康寿命の差、地域の賑わい創出などの地域課題

スポーツ以外の要素(文化)を媒介としたスポーツ・健康まちづくりが必要!

古町地区(新潟市)にはアーケードと音響設備という地域資源 → 「音」を活用

※本提案の全体像(イメージ)



スポーツ・運動時の「音」の効果に着目した先行研究

「音楽」と「歩行」の関係性に着目した研究

- BGMの有無やテンポ(BPM)の違いによって歩行速度が変化する可能性がある(阿部・新垣、2010)。
https://www.jcss.gr.jp/meetings/jcss2010/pdf/JCSS2010_P3-47.pdf
- リラックシグな曲を聴いた場合よりも、アクティブな曲を聴いた場合の方が、歩行速度が上がる可能性がある(USEN、2022)
https://usen.com/portal/otodesign/study/study_032.html
- リズム聴覚刺激に脳卒中患者の歩行速度や歩幅を増加させる効果がある(Thaut et al., 1997) <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9349677/>

「発声」が「健康」にもたらす効果に着目した研究

- 運動としての「歌唱」の特性が、発声リハビリテーションに効果的である可能性(羽石、2023)。
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jjlp/64/3/64_160/pdf/-char/
- 適度に発声を行うことが声帯筋の維持、さらには健康維持(嚥下障害の予防など)に重要である(平野ほか、2021)。
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jibiinkoka/124/1/124_11/pdf/-char/ja

「ラジオ体操」が生み出す「社会的紐帯」に着目した研究

- 早朝のラジオ体操への参加は、歩行能力の維持、友人関係のソーシャルサポートの量の増加に効果がある(植田ほか、2024)。
https://www.jstage.jst.go.jp/article/jptp/3/2/3_JPTP-D-23-00012/pdf/-char/ja

音 (音楽・声・効果音) を媒介としたスポーツ体験・交流 → スポーツ・健康まちづくりの新たなモデルを創出

「5つのエリア」で展開するプロジェクト(アイデア)の具体案

古町地区(ふるまち・ちく)とは?

新潟市中央区の中心市街地。江戸時代に新潟湊が北前船寄港地として栄えた時期から、商業・業務の集積地として発展し、歴史的な街並みや花街文化のみなとまち情緒が今も色濃く残されている。2020年に新潟市で策定された『古町地区将来ビジョン』では、古町地区が「5つのエリア」に分類され、各エリアの特性に応じたブランディングの方向性が示されている。

古町地区全体にみられる地域資源(全エリア共通)

- ・商店街の全天候型アーケード(新潟特有の悪天候に対応)
- ・既存の音響設備(地域の賑わい創出やラジオ体操で活用)



榎谷小路エリア(まさやこうじ・えりあ)

多文化のリズムが跳ねる グローバルスポーツ広場プロジェクト

【地域資源】行政機関や企業、公共交通機関、留学生が多数所属する専門学校の集積、イベントが開催しやすい公共空間(広場)など

多国籍の民族音楽を流し人々を惹きつけるとともに、人工芝のスポーツ広場を設置し、留学生や地域住民の若者が日常的に交流できる場をつくる。

上古町エリア(かみふるまち・えりあ)

ドンドン!! まちが動き出す!! 万代太鼓プロジェクト

【地域資源】白山神社・公園、ストリートピアノ、リノベーション店舗やこども園・学習塾など

商店街に誰でも叩ける太鼓を複数設置。「万代太鼓」の音色が日常的に響く空間を演出する。様々な高さや場所に設置し、ジャンプ動作やリズム感のある動きが生まれる仕掛けで、新潟の伝統文化への理解促進と運動習慣づくりを同時に実現する。



古町花街エリア(ふるまちはなまち・えりあ)

地域の伝統が息づく

リズム文化継承プロジェクト

【地域資源】古い町屋建築や石畳の路地、登録文化財(鍋茶屋)、料亭や割烹など

新潟の伝統音楽(盆踊り、民謡流し、万代太鼓の楽曲など)を商店街で流し、人々の自然な身体の動きを促すことで、地域文化の魅力発信と世代・地域間交流を図る。

本町エリア(ほんちょう・えりあ)

ボイスアクション!

声からはじまる健康づくりプロジェクト

【地域資源】市場・露店などの交流拠点、地域の高齢者が集う生活空間(医療施設)など

発声トレーニング講座の定期開催や新潟市民歌の定時放送(17:00など)を通じて「運動としての歌唱」を促し、高齢者の健康づくりと世代を超えたコミュニティ形成を推進する。



古町モールエリア(ふるまちもーる・えりあ)

アニメ×スポーツで生み出す 臨場体験型空間プロジェクト

【地域資源】ドカベンロードやアニメ・マンガ専門学校、「スポーツアニメの聖地」としての地域イメージ、古町演芸場(大衆演劇)など

スポーツアニメの名シーンを体感できる「効果音体験スペース」やeスポーツ体験を通じて、世代を超えた交流の場を生み出す。同エリアに立地するアニメ・マンガ専門学校や古町演芸場などとの連携を図ることで、さらに非日常的な空間・体験を演出する。



※全エリア共通で実施するプロジェクト

朝の時間帯におけるラジオ体操(一部地域で既に実施されている取り組みを全エリアに展開)、さらに夜間帯のワークアウト放送を行うことによって近隣住民の運動習慣定着、さらには地域コミュニティの形成、防犯・防災機能の向上を目指す。

