

県央地域総合型スポーツフェスタが開催されました！



山口南総合センターを会場に、3年ぶりとなる県央地域スポーツフェスタが開催されました。2月18日（土）に、サッカー教室とニュースポーツ体験、23日（木・祝）に、グラウンド・ゴルフ大会を行いました。本来は18日にすべてを実施する予定でしたが、悪天候のため、グラウンド・ゴルフ大会が23日に延期となりました。

サッカー教室には、リフティング王の土屋健二氏を講師としてお招きしました。土屋氏は、イングランド、ブラジル、アルゼンチンでサッカーを学ばれ、サッカーの神様ペレ氏にも認められた、日本におけるサッカーデモンストレーターの第一人者です。土屋氏から、今回の教室の中で約400種類のテクニックをお伝えするとのお話があり、最初はボールを使った準備体操から始まりました。徐々にいろいろな技術を教えていただき、ウェーブリフティング（全身の揺れをともなったリフティング）やジンガ（ボールキープのための技）など、土屋氏が開発した技術を教えていただき、難しい動きにも一生懸命挑戦しようとする姿が見られました。



ニュースポーツ体験では、アーチェリー、モルック、ラインナップ、ラダーゲッター、フライングディスク、グラウンド・ゴルフの6種目を用意し、スタンプラリー制で行いました。この体験は、地域住民を対象に随時受付としていましたが、悪天候も重なり参加者は多くありませんでした。その代わりに、事前に予約

受付をしていたサッカー教室の子どもたちがニュースポーツ体験に参加でき、サッカー以外の多様なスポーツ経験につながりました。その上、山口芸術短期大学の学生4名のみなさんが、運営補助として、ニュースポーツの指導をしていただきました。子どもたちにとっても、優しいお兄さんやお姉さんに教わりながら楽しく体験することができました。

グラウンド・ゴルフは、グリーンカップ大会と称して5回目の大会となりました。58名の参加で年長者は90歳、皆さんはつらつとプレーされていました。この大会は交流をメインとしていることから、グループは他クラブのメンバーとの組み合わせにしており、参加者同士が交流できるような工夫が見られました。日頃から練習されていることもあり、皆とてもお上手で、11名がホールインワン賞を獲得されました。また、1位の方は2ラウンド30打というスコアで、2位と5打差での優勝となり、日頃の練習の成果を発揮されていました。グラウンド・ゴルフも老若男女、誰もが楽しめるスポーツなので、若い世代の参加があるとさらに盛り上がるのではないかと感じました。



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.49

2023年

2月

スポーツくじ
WINNER 0000 BIG



令和4年度 第2回 創設・育成研修会



2月3日(金)午後から、山口南総合センターにて第2回創設・育成研修会を開催しました。

前半は、県体協の新規助成事業である、地域部活動受け皿事業を活用した、NPO法人Goppo ええぞなクラブ(宇部市)と山陽小野田市からの事例発表が行われました。部活動改革には、学校や地域等、さまざまな関係団体との協議や調整等、多くの課題を慎重に乗り越えていく必要があると改めて感じました。

後半は、スローエアロビック体験が行われました。スローエアロビックは、音楽に合わせて行う「シンプル」「スマイル」「ソフト」の軽運動で、「開く」「伸ばす」「ひねる」の3つが基本動作となります。特にシニアプログラムとして導入しやすい運動だと感じましたが、工夫次第で年齢関係なく取り入れることができる動きだと思いました。参加者からは、「楽しく気持ちよく体験できた、普段しない運動だったので参考になった、未就学児でもできるメニューも考えていきたい(あれば教えてほしい)」などの感想がありました。

各クラブで取り入れたり、ご自身の健康のためにも継続して実践したりと、今後に活かしていただけると幸いです。



情報提供「県認定システムと国の登録・認証制度」

令和3年度から、県の認証システム、令和4年度から国の登録・認証制度が始まりました。このことによって、総合型クラブのステイタスが確立し、公益性・公共性のある活動がさらに発展していくものと思われます。県の認証システムには、県内52クラブの内、49クラブの申請があり、現在、更新の受付をしているところです。国の登録・認証制度には、県内から3クラブ、全国では、1,015クラブの申請がありました。国としては、今後の登録クラブを2,700にしたいとの目標を掲げています。

本県では、下記の表のように、総合型クラブを連携していく2つの組織が存在しています。いずれも認定証を発行していますので、総合型クラブが施設減免や優先使用を獲得していくことを目標としています。一方、この制度を実現するためにも、地域の文化・スポーツ活動を支えていく団体として、活動を発信し、ステイタスを向上していくことが求められています。市町担当者会議で、市町の担当課も、総合型クラブの広報を積極的にしていくことが確認されています。総合型クラブと行政の連携がますます期待されているのです。

制度名	山口県認定システム	国の登録・認証制度
協議会名	総合型地域スポーツクラブ 山口県連絡協議会 (49クラブ)	山口県総合型地域スポーツクラブ協議会 (3クラブ)
制度設置の理由	・クラブから⇒地域でのステイタスを示したい ・市町から⇒行政が支援できる団体として認定し、他のクラブとの差別化したい	総合型クラブの質的充実 ・当初は、施設の使用料減免や優先使用を制度化するとしていたが、現在は登録したクラブの自助努力で。
市町の認知	市町の認定を受けて県に申請	クラブが直接県に申請
メリット	市町が認知することのメリット? ・施設使用の減免 ・優先使用	全国協議会に登録することのメリット? ・参加料 ¥3,300⇒¥2,200
会費等	県連絡協議会に3,000円	全国協議会に5,000円

令和4年度 女性とスポーツの会研修会 「第9回スポーツの絆 WOMAN 和ークル」の報告



2月5日（日）、カリエンテ山口で、32名の参加で、恒例の研修会が開かれました。今回は、今年度、3年ぶりの集合講座となった「第8回女性リーダー・コーチアカデミー」を受講した関井友美さんがその様子を報告しました。管理栄養士という立場から、盛りだくさんの内容の中から、特に「スポーツと栄養」「Coach DISC」を中心に発表されました。子どもたちの成長に欠かせない栄養摂取やサプリメントが必要となる過度のトレーニングをさせてはなら

ないこと、女子の成長を科学的にとらえることなど、興味深い内容でした。続いて、Coach DISCについての報告では、人間の性格はおよそ4つのタイプに行動スタイルがわかれているので、それに応じたコーチングが必要であることにふれられていました。

後半は、「遊びで脳を動かそう」という演題で、梅光学院大学特任教授の難波克己先生が、アドベンチャー教育の手法を用いて、実技を通じた講義が展開されました。

冒頭に、玉川大学脳科学研究所からの報告で、「イチロー選手はなぜたくさんのヒットが打てるの？」というオピニオンを紹介されました。この中で、「幼いころから子どもを外で遊ばせることは、運動に関連した脳のネットワークを育むだけではなく、脳の成長においてもよい結果をもたらす。体のためにも脳のためにも、外で元気よく遊ぶことが成長には一番」ということをお話され、遊びについて、大人もアクティビティを通して学んでいくことの楽しさを語られました。

その後は、二人組での「ミラーストレッチ」やダイナミックな動きのあるアクティビティを次々に紹介されました。参加者は、相手とのバランスを意識しながら体を使い、強調すること、人の関わりが心地よいことなど、言葉以上に体感を通すと認知できることに気づけたようです。

たくさんのアクティビティをしながら、どうしたらみんなで楽しめることができるか、友達と仲良くするのはどういうことなのかなどを難波先生から問いかけられ、参加者の脳も良い刺激をうけることができました。子どもが行動を通して、感情を動かしていくことから、認知していくということを私たち大人がわかっていることが大切なのだと、何度も繰り返しお話をされていました。

参加者からは、次のような感想が寄せられました。

○息を合わせるということ、頭での学び、体を通して実感しました。○昔遊びの良さを改めて知ることができ、遊びを通して体を動かすことの楽しさを子どもに伝えたいと思いました。○自分が型にはまっていることやまじめすぎることに気づかされました。遊びの中に興味・ひらめき・成長があるとわかりました。○場所・道具・人数を決めずにできることを学び、今後やっていきたいと思います。

○楽しく体を動かしながらコミュニケーション力を高めることは素晴らしいことだと思いますが、やってみようという勇気がなかなか出ないのが実情です。でも、まずはこのような会に参加して楽しさを実感するところからスタートしたいです。





人がつながる 人でつながる 人がつくる

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、コンシェルジュがインタビューをして、総合型地域スポーツクラブにかかわる人を紹介していきます。

白鳥健康教室 (はくちょうけんこうきょうしつ) 副会長 竹村 茂雄 氏

今回は、平成30年に総合型地域スポーツクラブの仲間入りを果たした「白鳥健康教室」の竹村副会長にお話を伺いました。この日は、バドミントンを楽しんでいる最中におじゃましました。

いつからこのクラブと関わってこられましたか？

会社を退職後に社交ダンスに興味を持ったことが、「白鳥健康教室同好会(当時の名称)」との縁につながりました。最初は、市の文化講座で社交ダンスを始めたのですが、講師に誘われて出会ったのが、このクラブだったのです。今から15年も前のことです。社交ダンスは初めてでしたが、そういう世界に一人で飛び込むことには何の抵抗もありませんでした。

若かった頃のことを教えてください

若いころから、とにかく運動が好きで、中でも野球が一番。会社の野球チームでも楽しみました。宇部市野球場のマウンドに立って、たった一度だけですが、いきなり三振をとったことがよい思い出です。職場対抗の駅伝にも出ましたが、途中で走れなくなったこともあるなど、なんでも首を突っ込み、一通りのスポーツは経験しました。その上、サークル活動や仲間との小旅行の担当を引きうけたことで、旅行の細かな計画を立てる喜びが趣味を一つ増やすことになりました。そのせいなのでしょう、いつの間にか人のお世話をするのが、当たり前になっています。



白鳥健康教室での役割と課題は？

バドミントン部のお世話をしながら、副会長として、会議や研修会に出ています。高齢ではありますが、まだまだ楽しく学んでいます。このクラブの運営は、会費と助成金で成り立っていますが、会員の減少と諸経費の値上がりが見込まれ、会費の値上げという悩ましい課題に直面しているところです。

小学1年生の通知表に担任の先生が「授業中にクラスのみんを笑わせています」と書かれたことが今でも当てはまる竹村さん。白鳥健康教室では、イベントの司会を巧みにこなしている姿が印象的です。白鳥健康教室は、毎週水曜日、全部で13種目から自由を選べるクラブです。まさに、竹村さんにピッタリのクラブということだと感じました。

総合型地域スポーツクラブ 訪問日記

クラブ名	教室名	訪問日	訪問者
スポーツNPO法人 ひかりクラブ(光市)	スイミングクラブ	2月26日(日)	岡村睦美

ひかりクラブでは、ウォーキング、健康水泳、スイミング(子ども)、ソフトバレーボール、卓球、ランニング、フィットネス教室を実施しています。今回はその中のスイミングの様子を拝見させていただきました。ひかりクラブのスイミングでは、タイムだけではなく、4泳法(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ)できれいに泳げるようになることを目標にしています。泳力によって4クラスに分け、それぞれに指導者がついて指導をされていました。きちんと名前を呼んで声かけをされており、「手のかき方上手～、キックいいね～」など、褒める言葉がたくさん聞こえてきました。



指導する上で大事にしていることや指導者としての喜びなどについて、代表の村田篤子先生にお話を伺うことができました。「技術だけではなく、礼儀や集団行動などの大切な部分を指導することも大事にしています。顔付けができなかった子が4種目泳げるようになって上達する姿、保護者から、フォームがきれいで速く泳げるようになっていくことへの喜びや感謝を伝えられた時、所属していた子がクラブの指導者として戻ってきてくれることに指導者としての喜びを感じています。」とお話してくださいました。

“クラブの指導者として戻ってきてくれる”これは総合型クラブの理想の形ですね！

【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



クラブアドバイザーは、スポーツ振興くじ(toto)助成を受けて活動しています。