



スポーツ・レクリエーション サポーター養成講座

概要

仕事中心の生活から、地域生活が生活の基盤となる定年退職後の勤労者を主な対象として、地域社会においてスポーツ・レクリエーション活動の支援を行うことで、「企業人」から「地域人」へと生活を変えていくための機会を提供することが目的である。

長期にわたる多様な学習により、スポーツ・レクリエーション活動を支えるための意欲を醸成し、そのた

めに必要な知識と基礎的な技術を身につけてもらう。さらに、豊かな人生を過ごしていくためのノウハウと地域社会に溶け込むためのコツも伝える。全国6地区で展開した。学習時間は34.5時間に及ぶ。

なお、各地区の様子については、p.50～61にて報告する。

目的

スポーツ・レクリエーション活動を通じて、人々の健やかな毎日を応援し、人と人の豊かなつながりを生み出すきっかけとなる事業のサポートができるようになる人材の養成。

各地区共通ツール



教材

受講者用テキスト



**広 報
ツール**

※修了者に授与された
ネームプレート



**広 報
ツール**

参加者募集用
チラシ

1 回目

2時間

オリエンテーション／アイスブレーキング

オリエンテーション

- 講座のねらいと地域で充実した楽しい毎日の過ごし方について
- 各科目の解説

アイスブレーキング

- 12回という長期講座へ向けての意欲増進と参加者同士の仲間づくりを意識した緊張ほぐしをねらいにアイスブレーキングを実施



2 回目

2時間

コミュニケーションワークとホスピタリティトレーニング

- お互いを認め合い、尊重し合うコミュニケーションの大切さとそうした姿勢をうながすホスピタリティトレーニングの学習
- 対象者に合わせて、それぞれが成功・成就の体験を通して常に楽しさを感じ続けられる指導法の学習

2

スポーツ・レクリエーションサポーター養成講座 ● 概要

3 回目

2時間 レク式体力チェックと食生活チェックでカラダ・再発見

- ・高齢者の健康・体力づくりの基本的な考え方の学習
- ・レク式体力チェックの考え方、実施方法を学習
- ・食生活チェックの体験とセルフチェック解説のポイントを学習



4 回目

4時間30分 もしも……、を起こさない安全管理と救急救命法

- ・ヒヤリチェックや危険予知トレーニングの実施など、安全管理の意識を高める学習
- ・救急救命法の学習（3時間実施し、消防署から修了証をもらえるように連携）



5 回目

2時間 スポーツ・レクリエーション潜在力の再発見

- ・自分史（生活史）を振り返り、「スポーツ・レクリエーションサポーター」として活用できる潜在力を再発見する。（かつて楽しんでいた、やりたいと思っていたスポーツ・レクリエーション活動、スポーツ活動など）

6 回目

5時間 スポーツインフラを把握しよう！

- ・地域で活動することは、どのような楽しみ、発見、喜びがあるのか、事例をもとに学習
- ・開催市区町村のスポーツ施設を訪ねたり、地域団体や他の公共施設など地域情報を収集する
- ・どこで何が楽しめるのか、地図に落とし込み「スポーツマップ」をつくる



7 回目

2時間 わがまちの運動・スポーツ施策を学ぼう！

- ・各地域のスポーツ振興施策について
- ・スポーツ基本法の施行を踏まえ、基本法とそれに基づいたスポーツ基本計画の策定、それらを考慮した都道府県におけるスポーツ推進計画の策定など、スポーツ行政の全体像について学習
- ・スポーツ基本法を踏まえて、都道府県、市区町村が行っている施策を確認。特に、市区町村の施策を詳しく学習。また、市区町村で行われる厚生労働省関連の健康体力づくり施策についても確認

8 回目

5時間 スマートスポーツを楽しもう

- スマートスポーツのコンセプトや歴史などを紹介
- 「スポーツ・レクリエーション潜在力の再発見」で出てきた活動とのつながりも考慮
- スマートスポーツの指導のポイントも学習



9 回目

2時間 地域スポーツ・レクリエーションイベント企画・実現術

- イベントの参加が地域の活動参加のきっかけとなるようなイベント企画の実際を具体的な事例紹介を含めて紹介
- 企画のプロセスと企画実現の手順についての学習



10 回目

2時間 卒業制作「スポーツ支援事業の企画コンペ①」

11 回目

2時間 卒業制作「スポーツ支援事業の企画コンペ②」

- 対象を明確に定めて、スポーツ・レクリエーション活動をより多くの人が実施できるようになる支援策をグループワークにて企画
- コンペ形式にて、60代の運動・スポーツ・レクリエーションを活発化させるための企画提案を卒業制作として実施



12 回目

4時間 卒業制作「審査会」

- 卒業制作としての企画案を外部審査委員も交えて審査
- 審査会には、開催都道府県レクリエーション協会、開催地区レクリエーション協会役員や総合型クラブマネージャー、種目団体役員、スポーツ推進委員、開催地区に隣接する市町村生涯スポーツ行政担当者など関係者を招待し、修了者とのマッチングの場としても活用

