

北海道レクリエーション協会

報告者

北海道レクリエーション協会
椿原宏哉

参加者

	50代以下	60代	70代以上	計
男性	15	3	2	20
女性	16	14	0	30

日程・会場

	内 容	日 時	会 場
第1回	アイスブレーキングとオリエンテーション	10月20日(土) 13:45~15:15	北海道立砂川 少年自然の家
第2回	もしも……、を起こさない安全管理と救急救命法	10月20日(土) 15:30~17:00	
第3回	スポーツ支援事業の企画①	10月20日(土) 18:30~20:00	
第4回	スポーツ支援事業の企画②	10月21日(日) 8:45~10:15	
第5回	スポーツ・インフラを把握しよう!	10月21日(日) 10:25~11:55	
第6回	アイスブレーキングとオリエンテーション	10月23日(火) 18:00~21:00	砂川市地域交流センター ゆう
第7回	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	10月30日(火) 18:00~21:00	
第8回	レク式体力チェックでカラダ・体力再発見	11月13日(火) 18:00~21:00	滝川市青年体育センター
第9回	スマートスポーツを楽しもう	11月24日(土) 10:00~12:00	
第10回	スポレク潜在力の再発見	11月27日(火) 18:00~21:00	砂川市地域交流センター ゆう
第11回	わがまちの運動・スポーツ施策を学ぼう	12月11日(火) 18:00~21:00	
第12回	地域スポレクイベント企画審査会	1月22日(火) 18:00~21:00	

スポーツに夢中になるニューエルダー

当団体が活動する中空知地区は、札幌と旭川間の中間地点に位置し、緑が豊かでありながら利便性もよく、自然とインフラの調和がとれた地域である。特に市民1人あたりの都市公園面積が日本一であり、公園や体育施設、スポーツ施設などが充実している。

このたび実施したスポーツ・レクリエーションサポーター養成講座の参加者は、当団体がこれまで提供してきたレクリエーション活動に参加されているメンバーに加え、今回の実施で新たに参加された40~60代

のメンバーで構成されていた。

当団体の活動では通常、スポーツ種目の実施は決して多くない。しかし、今回の講座において(公財)日本レクリエーション協会からご提供いただいたスポーツ・レクリエーション、レク式体力チェックの用具を活用したところ、たいへん好評で次回の開催を望む声が多く寄せられた。

当初は運動やスポーツ・レクリエーションに対する受容自体を懸念していたが、実際はそのようなことはまったくなく、逆に夢中になり過ぎて起こるけがが心配されるほど、積極的に楽しんでいただけた。



からだをほぐすアイスブレーキング

安全管理や救急救命法もしっかりと学習



レク式体力チェックでは参加者から笑顔も



スマートスポーツではスラックラインに挑む



ファンクショナルリーチで平衡性を測定



講座修了の達成感が表情からうかがえる

内容が伝わりづらいのは 初開催ならではの

開催の話をいただいた当初は、準備期間がかぎられる中、果たして事業の実施と継続が可能なのかを検討した。しかし、ミーティングを重ねるうちに、スタッフとしての人材が充実していること、これまで培ってきたノウハウがあることなど、明るい要素がたくさんあることを再確認し、総力をあげて事業に臨むこととなった。まずはニューエルダーの発掘と参加者募集を行った。地域や多分野で活動を行っているスタッフがチラシを持参し、近隣の社会福祉協議会事業、教育委員会事業、老人クラブやシルバー人材センターなどの地域活動団体へのPR活動を展開した。

からだを動かす喜びを 知ってもらうために

口コミの影響力はやはりかなり大きかったが、今回は初めての事業ということもあり、実施内容をイメー

ジとしてしか説明できない点が苦労した。

講師については、前述のように地域や多分野で活動するスタッフから情報を収集し、手配を行った。

運営するうえでの全体的な心がけや工夫した点としては、運動やスポーツ・レクリエーションをそのまま提供するのではなく、われわれの持ち味である遊びの要素を取り入れ、からだを動かす気持ちよさやグループとしての達成感・一体感を感じてもらえるようにした。スポーツ種目のゲーム内の一連の流れを分割して、段階的に練習を行っていくことで少しずつ身につけられるようにしたのである。

そうすることによって、参加者1人ひとりの体力やスキルの差を越えて、この講習会の目的の1つでもある「からだを動かすことへの喜びや楽しさ」を感じ取ってもらうことができた。

事業はまだ始まったばかりだが、これを機に地域のニューエルダーがますます活躍し、グループや団体として成長できるよう、支援・サポートを継続していきたいと考えている。