



# Let's enjoy スポーツ

お問い合わせ  
生涯学習課 スポーツ振興担当  
(ルッチプラザ内)  
☎ 55-8020 ☎ 55-4556

## ～スポーツコミュニティの実現に向けて～

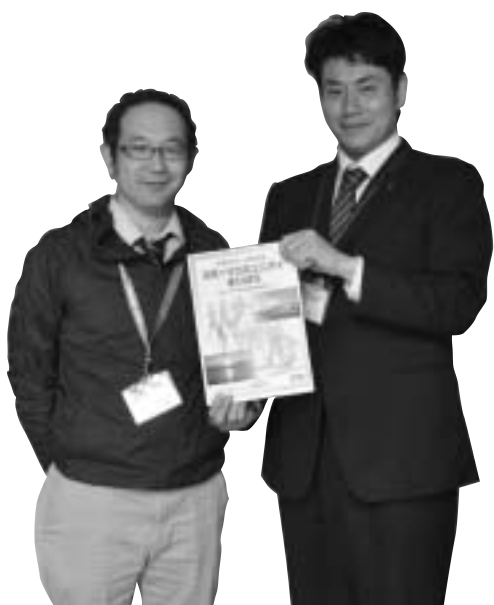
\*スポーツ推進計画は、スポーツ振興くじ(とろ)の助成を受けて作成しました。

大澤 勉 南 和広  
遠山 汎 伊藤 信義  
鈴木 利己 谷村 敏博  
酒居 久和 宮野 博幸  
林 典子 北沢まゆみ  
呉竹 政彦 戸田 互  
木部 好美 高木由紀子  
瀬戸川恒雄

【計画策定にご協力いただいた  
た審議会委員のみなさん】

\*順不同敬称略

米原市では、平成26年3月に、スポーツ推進審議会からの答申を受け、米原市スポーツ推進計画を策定しました。  
この計画では、目指すべき将来像を「希望と元氣あふれるスポーツコミュニティまいたばら」として掲げています。スポーツコミュニティとは、スポーツによって人と人、地域と地域がつながるまちという思いを込めた言葉です。  
計画では、「希望」「元氣」「コミュニティ」の3つをキーワードに、5つの指標と施策を掲げています。  
この施策を具体的に展開することにより「スポーツでつながるまち」の実現を目指します。



生涯学習課 スポーツ振興担当  
横田 勝也 主査 橋本 和也 主事

### 計画では、5つの方針を定めています

- (1) 子どものスポーツ活動の推進
- (2) ライフステージに応じたスポーツ活動の推進
- (3) 地域スポーツ活動の充実
- (4) スポーツを身近に楽しめる環境づくり
- (5) 米原らしさを生かしたスポーツの推進

## 幼児期から体を動かす環境づくりが大切です

スポーツ推進計画では、「子どものスポーツ活動の推進」を1つ目の基本方針にあげています。子どもの頃から運動に触れる大切さとは何でしょうか。

一昨年から子ども向けに運動遊びを提供しているスポーツアドバイザーにお話を伺いました。

市では、ルッチプラザが会場となる1歳8か月児、3歳6か月児健診の待ち時間を利用して、スポーツアドバイザーが子どもたちに運動遊びの場を提供しています。

「現在は、蛇口をひねらなくても水道から水が出たり、トイレの洋式化でしゃがむ動作をしなくなったり、ボタン一つでいろいろなことができるようになり便利になった一方、指先や筋力を使うことがなくなってきました。

また、遊具がある公園が近くにないことや防犯面からも、子どもたちが外で体を使って遊ぶ機会は減っています。

つまり、今までは生活の中で自然に身につけてきた体の使い方が、今は意識しなれないとできない環境に変わってきています。だからこそ、小さい頃から体を動かす、筋肉の使い方を体で覚えることがとても大切です。小さい頃の体を動かす経験が、小学校、中学校での運動機能の基

礎にもなります。

健診の待ち時間に、この時期の子どもたちが、どのように体を使えば良いのか、こういう遊びができることを知るきっかけづくりにしてもらえるといいですね」

小さいころから体を動かす経験が、生涯を通じて健康維持や、意欲、協調性、社会性など精神面の充実にもつながるなど、健康で豊かな人生を送る基盤になっていると言えるかもしれません。私たち大人が、その重要性を理解して子どもたちに遊ぶ場所や遊ぶ時間を提供できるようにしたいですね。

※スポーツアドバイザーとは、市民の健康維持、増進を図ることを目的に委嘱された職員のことです。市独自の制度です。



生涯学習課では、スポーツアドバイザーがお話し、幼・少年期の子どもたちに遊びを通じた身体づくりを紹介する「エンジョイ♪まいばらっこ」の出前講座も行っています。お申し込みは生涯学習課へ。



# 人生でスポーツと出合う最初の機会 それが、スポーツ少年団



近江剣道スポーツ少年団と河南中学校剣道部のみなさん

「人生でスポーツと出合う最初の機会がスポーツ少年団だと思うんです」そう話すのは、近江地域のスポーツ少年団で剣道を指導している代表指導員の北沢まゆみさん。

近江剣道スポーツ少年団には、現在小学1年生から中学3年生までの16人が所属しています。

北沢さんもかつて兄の影響でスポーツ少年団に入団し、その後ずっと剣道を続けてきたそうです。結婚して米原市に住み、子どもが生まれ、自分の生活のベースとなるこの地域に恩返しをしたいとの思いから、スポーツ少年団の指導員を始めたそうです。

## スポーツが

## そばにある人生を

「私の指導は『剣道の指導者』らしくないかもしれません」と話す北沢さん。その練習をのぞいてみると、防具を身に着けて練習する子どもたちの傍らで、グループになってリレーをしたり、ボールを使っている子どもたちも一見、剣道の練習風景ではないようにも思えますが、入団したばかりの子や経験の浅い子どもたちのグループだったようです。



Voice  
団員の声

お兄ちゃんが剣道をしている姿を見て自分もしてみたいと思いました。冬は裸足が少し寒いけど、体を動かすのが好きなので楽しいです。



息長小学校 6年生  
西野 佑衣さん

お父さんが剣道をしていて勧められて兄弟で入団しました。竹刀で打つのが楽しいです。昇級試験は少し難しかったけど昇級できてうれしかったです。



坂田小学校  
6年生 4年生  
水谷 真基くん 水谷 利基くん



「初めてスポーツと出合うときには、友達と体を動かして楽しかったな、気持ちよかったなということを経験してほしい」という北沢さん。

「今は人生が80年もあるんです。80歳になったときにもスポーツを続けているような、どんなかたちでもいい、スポーツと一緒に生きている、そんな生涯を送ってもらいたいなと思ってます。」

## 可能性の芽は

### 無限大

実は、近江剣道スポーツ少年団の子どもたちが通うことになる双葉中学校には剣道部がありません。北沢さんは「それでもいい」と話します。

「今はたまたま剣道に出合ったけれども、中学校で新しいスポーツにも出合っただけじゃない。剣道一筋じゃなくても、自分が楽しいと思ったことを見つけて、続けてほしい。」

スポーツ少年団の本来の目的は、『子どもたちがさまざまなスポーツを体験し、生涯にわたってスポーツに親しめる基礎をつくること』です。もちろん、試合に勝つ喜びも体験させてあげたい。でも、それはもう少し先でもいいと思うんです。子どもはまだまだ未完成です。何で芽が出るかわかりません。まずはスポーツを好きになってほしい。」

## さまざまな

### 関わり

指導者の中には、大学生や社会人になって少し時間ができたからと、かつてこのスポーツ少年団で剣道を経験した子が、今度は指導者として関わってくれることもあるそうです。それ以外にも、河南中学校剣道部の生徒も練習に参加しています。「小さい子どもたちともうまく遊んでくれて、助かるんですよ」と北沢さん。

また、剣道の練習以外の活動も大事にしているという北沢さん。健康推進員さんと体に良い献立作りや地元の市民活動団体の協力で環境体験をしたり、カヌーや座禅、フリーマーケットに参加したことも。こうした幅広い活動には「スポーツ少年団の活動の拠点は地域社会の中。自分たちの住んでいる地域のこともちろんと知ってほしい」という北沢さんの思いが込められています。

市内には、現在7つの競技種目（野球、サッカー、ホッケー、ミニバスケットボール、バレーボール、剣道、柔道）と21のスポーツ少年団があります。仲間と一緒に体を動かす楽しさを、体験してみませんか。



清水 愛美さん

子どもが3人いますが、3人ともホッケーのスポーツ少年団に入団しました。親が勧めたわけではありませんが、私自身もホッケーをしていたので、家にスティックも置いていましたし、自然と興味がわいたのかもしれない。

子どもがスポーツ少年団に入団すると、送迎や当番などもあり、親にとっては大変なこともあります。それ以上に子どもたちが一生懸命になる姿を見られるのはうれしいですね。子どもたちがホッケーをすることで、親子共通の話題ができたし、子どもの体力がつくのはもちろんですが、団体競技なので、協調性が身につく周囲に気配りができるようなにもなったと思います。ケガも多くなりますが、スポーツなのでケガはつきものです。ケガをしない方法を身につけるには、自分で経験するしかないと思います。心配もありますが、子どもたちの前向きな気持ちを大切にしています。

子どもの成長を近くで見られるのはうれしい

## NPO法人 MOSスポーツクラブ

多世代、多種目の交流会も開催！

問 事務所  
すばーく米原内 (入江292)  
☎ 52-0884 FAX 52-0920  
\*入会金、会費要

小学生の頃は、スポーツ少年団で野球をしていましたが、野球以外にも何かスポーツができるようになりたいと思い、似たような動きがあるバドミントンを始めました。MOSスポーツクラブでは小さい頃から、いろいろなスポーツで遊んでいま

した。バドミントンは個人競技なので、自分らしさを思い切り出せるのが楽しいです。専門学校に通っている今は、このMOSスポーツクラブが体を動かせる唯一の場所なので、週に2回来るのが楽しみです。



MOSスポーツクラブ会員 坪田 雅幸さん

少年期から青年期にかけては、体育の授業やスポーツ少年団、部活などスポーツに親しむ機会がありますが、成人になると自発的に動かない限りその機会はほとんどありません。総合型地域スポーツクラブは、そんな私たちとスポーツをつなげてくれる場所です。

# 出合いはさまざま さあ、あなたも 一緒に！

## NPO法人 カモンスポーツクラブ

スポーツだけでなく文化面も充実！

問 事務所  
山東公民館内 (長岡3127)  
☎ 55-2578 FAX 55-0562  
\*入会金、会費要

健康に良いといわれているスポーツ吹き矢に興味があり、身近な山東公民館でできると知りスポーツクラブに入会しました。体験も気軽にできずし、初めてでも意外的に命中するのが面白いですね。矢が的に当たっ

た時の爽快感は心地よくてクセになりますよ。普段着でもできるし、道具を買えば一生楽しめます。自宅にも練習場所を作っていました。メンバーで行く月に1度の懇親会も楽しみの1つです。



カモンスポーツクラブ会員 堀内 良隆さん

## いぶきスポーツクラブ

地元ならではのウィンタースポーツも！

問 事務所  
伊吹山麓青少年総合体育館内  
(春照77番地2)

☎・FAX 58-1155  
\*入会金、会費、保険代要

テニスを始めたのは40歳頃です。デスクワークばかりの仕事だったので、体を動かしたいと思うようになって、テニススクールに入会したのがきっかけです。退職後、時間もでき、地元のスポーツクラブにテニスサークルがあったのを知って再び

テニスを始めました。ブランクがあったので心配でしたが、初心者も経験者も楽しめる工夫がされていてすぐに打ち解けました。ボールを打つ爽快感で仕事のストレスも吹き飛びますよ！5月から毎週水曜日にテニス教室も開催されます。



いぶきスポーツクラブ会員 堀 顕成さん

市内には4つの地域で、総合型地域スポーツクラブが組織されています。

総合型地域スポーツクラブは、地域でつくり、地域で支える、スポーツを楽しむための場所です。本格的なスポーツ以外にも、いろいろな運動やスポーツを楽しむメニューが組まれています。

また、年齢、経験を問わず誰もが自分のペースでスポーツに親しむことができます。

運動習慣を身につけたい、スポーツ少年団に入っていないけどスポーツをしたい、仲間を見つけない、今までしたことのないスポーツにチャレンジしたい：そんな思いを持っていく人は、ぜひ一度総合型地域スポーツクラブをのぞいてみてください。新しい出会いが待っています。

## 近江スポーツクラブ

総合体育館では生徒も地域の人と一緒に！

問 事務所  
双葉総合体育館内(顔戸20)

☎ 52-0858 FAX 52-0775  
\*入会金、年会費、保険代要

旧近江町の健康診断で運動をするよう指導を受けたのがきっかけで健康教室に通うようになりました。もう20年くらい続けています。子どもが小さいころは抱っこしながら参加していたこともありますよ。運動しないといけないとは思っても家

ではなかなかできないので、みんなでできるという場があるから続けられていると思います。健康教室では、30分ずつ有酸素運動、ストレッチ、ダンスをします。うまく動けなくてもOK！幅広い年齢の人が気軽に楽しめますよ。



近江スポーツクラブ会員 健康教室のみなさん(下中央は中島講師)