



公益社団法人 全国スポーツ推進委員連合機関誌

みんなのスポーツ



平成28年3月1日発行（毎月1日発行） 第38巻第3号（通巻421号） 昭和54年6月2日 第3種郵便物認可

特集

オリンピック・パラリンピック
教育と地域スポーツ

3

2016

No.421 編集協力 都道府県スポーツ推進委員協議会



小田原アリーナらくらくエアロ&ストレッチ

Vol. 109
総 合 型
ク ラ ブ の
現 場 か ら

【設立】	平成20年6月29日
【拠点】	神奈川県小田原市
【会員数】	250名
【入会金】	家族会員 3000円 (1世帯2人以上) 個人会員 2000円
【月額】	一般 2000円 中学生以下 1500円

多くの指導者が活躍できる場を創造する

城下町スポーツクラブ

代表 野田昭義

小田原市は神奈川県西部に位置し、国から特例市に指定されています。市の中央を酒匂川が南北に流れ、西部に箱根連山につながる山地、東部に曾我丘陵、南部に相模湾など、豊かな自然に囲まれた地域です。戦国時代には北条氏の城下町として発展し、江戸時代には東海道屈指の宿場町として栄えました。黒潮の影響で一年を通して温暖な気候と適度な雨量により、梅やみかんなど多くの農産物が生産されています。

★クラブ設立の背景

平成12年、文部科学省が策定した「スポーツ振興基本計画」によって、全国の市町村に少なくとも一つの総合型地域スポーツクラブを育成することが目標として掲げられました。これを受け、小田原市では平成16年に総合型クラブ

の創設方法等を議論する場として「小田原市総合型地域スポーツクラブ研究会」を立ち上げました。

一方、日本体育協会公認スポーツ指導者資格を持つ指導者約50名ほどが集まり、スポーツ指導の情報交換や研修を目的とした「小田原市・足柄下郡スポーツ指導者協議会（現・県西地域スポーツ指導者協議会）」では、「指導力を活かして指導者が活躍できる場を創造していこう」と当時の会長が提案したことがきっかけで、平成18年より有志5名が委員となり設立準備を行い、平成20年6月に日本体育協会の助成を受け「城下町スポーツクラブ」を設立しました。

「会員相互の協力により、地域社会の健康増進、スポーツを通じた青少年の健全な心身の育成と地域の活性化、スポーツ指導者の活躍の場の創造を図



ソフトテニス

当クラブでは、多項目・多世代・多様なニーズに対応できるさまざまなスポーツ教室を実施しており、各教室でレベルの高い指導を行っていると自負

★プログラムの内容

「子どもを理念に、前述のスポーツ指導者資格を持つ指導者約25名が各スポーツ教室で指導するほか、県からの事業依頼や、他の総合型クラブへの指導者派遣にも力を入れています。

主なプログラム

初心者ジョギング教室	月に一回開催。2000m、300mのタイムを計測し、記録証を渡しています。会員はその記録証を励みに、自己ベストの更新を目指して参加しています。
初心者卓球教室	誰でも参加できる初心者向けの卓球教室。指導者は4名で、その日の受講者数やレベルに応じて個人レッスンを行っています。
はじめてのバドミントン	勝ち負けより、楽しさを体験することを目標にしています。大人と子どもが一緒に参加でき、世代を超えた仲間との交流を深めています。大人対象・子ども対象の教室あり。
おやこ体操教室	普段、家ではできない遊びや親子でできる身体を使った遊びを紹介しています。参加者から「子どもと遊ぶときの参考になります！」など好評を得ています。子どもも楽しんでいるようで、毎回とびきりの笑顔を見せています。
玄米ダンベル体操	自作できる軽量の玄米ダンベルは、安全に無理なく筋トレができます。リズム体操や脳トレと一緒に行うことで、全身の血液の循環が良くなり、健康増進に効果があります。
さつまいも作り体験	近隣の休耕地を借りて、さつまいも作りを体験しました。収穫したさつまいもを調理し、参加者が食べることで食育にもつながっています。また、さつまいものつるなどを使って遊ぶなど、子どもに人気のイベントとなりました。

しています。その理由は、指導者が現状に満足するのではなく、新たな資格の取得にチャレンジするなど、より一層のスキルアップを図り、それが各教室の充実につながっているからです。また、会員相互の交流を兼ねたイベント等も企画しておりますので、その一部を紹介します。

・ **らくらくエアロ&ストレッチ**
膝にやさしい運動とヨガを組み合わせた体操で、身体の内側からキレイになることを目指しています。参加者からは、「肩こりや冷え性が改善された」「膝痛がよくなり、以前より階段の上り下りが楽になった」といった感想をいただいています。楽しむことを目的とした参加者が多く、笑顔の絶えない教室です。

・ **ためしてソフトテニス**
小学生を対象に、ソフトテニスを楽しみながら体力・技術の向上を目指しています。参加するきっかけはさまざまですが、中学校の部活動でソフトテニスをしているお兄さんやお姉さんの影響で興味を持ち、中学校に入学する前に、少しでもボールに親しめるよう

になりたい」と参加する児童が増えていきます。また、小田原にはソフトテニスを通年指導してもらえるクラブがほとんどないため、市外からも子どもたちが大勢集まり、異なる学校・学年の児童との交流ができる良い環境になっています。

・小学生卓球教室

3〜5名の指導者が約20名の児童を指導しています。各学年の児童が参加しているため、それぞれのレベルに合わせて卓球を楽しんでもらえるように工夫を凝らしています。

低学年の児童は、ボールに慣れるためのボール遊びや卓球台を立たせて壁打ちの練習を行います。何度も壁打ちを繰り返すことでラリーの練習になり、達成感を得ることができます。

高学年の児童は、基礎練習のあと、全員で試合を行っています。その中で、試合のマナーを身につけるなど、健全な精神の育成を目指しています。

児童たちは「試合に勝ちたい！」「変化球を習いたい」などとても意欲的で、男性コーチの指導のもと練習に励んでいます。また、高学年の児童が低学年



老人ホーム訪問



さつまいも作り

の児童へボール出しをしたり、一緒にボール遊びをすることで異年齢集団の良さを活かして、仲間の大切さを感じてもらえる教室となっています。

★クラブ運営の大半は会費

現在、当クラブでは行政からの助成金をほとんど受けていないため、運営費のほとんどを会費で賄っています。

会員は、毎週月・木曜日に開催しているスポーツ教室に自由に参加することができ、ただし、「ためしてソフテニス」は、野外のテニスコートを使用しており、天候に左右されるため、1回500円のチケット制で行っています。また、会員ではない方も1回500円で体験教室に参加でき、気軽にさまざまなスポーツに触れることができるようにしています。そのほか、会員を増やすための取り組みとして、年1回、小学生を対象に2週間の「体験会」も行っていきます。この体験会がたいへん好評で、体験会の参加者の中から今年度も約40名の児童が入会しました。

活動場所は小田原アリーナをメイン

に、小田原テニスガーデン、東富水小学校、富水小学校、三の丸小学校の体育館を利用しています。各小学校の体育館は、学校施設開放により無料ですが、小田原アリーナの減免はなく、そのほかの施設を含め、使用料を支払うまうというのが現状です。指導者への謝金、スタッフへの賃金は決して高くありません。とはいえ、高齢者や子どもたちの負担を考えると、会費の値上げは難しいため、クラブの運営にさらなる工夫や仕組みづくりが求められています。

★他団体との連携・協働

当クラブの主な活動場所である小田原アリーナには、小田原市体育協会と小田原市スポーツ課の事務局が併設されており、職員と密にコミュニケーションを取ることができ、先日も、スポーツ課と地域政策課が合同で企画したラジオ体操に当クラブから指導員を派遣し、参加者からは「運動する良い機会に恵まれた」という感想をいただきました。

また、神奈川県では30分間の運動を週3日、3か月間継続して行い、スポーツを暮らすの一部として習慣化することを目的とした「3033（サンマルサン）運動」を推進しており、当クラブには3033運動普及員の資格を持つ指導者もいるため、神奈川県体育センターからの依頼で指導者を派遣し、指導を行うなど、他団体との強いつながりを築いています。

★今後の展望

当クラブは、「指導者の活躍の場を作ろう」「指導力を生かしてスポーツの底辺を拡大していこう」をモットーに、今後もスポーツ指導者の活躍の場をどんどん広げていきたいと考えています。そのためにも、指導者を必要としている他の総合型クラブや学校の部活動などに幅広く指導員を派遣するなど、他団体との連携・協働をより発展させていく必要があります。

クラブ運営は私たちの「生きがい」です。まだまだ課題は多く残りますが、会員やスタッフ、そして地域のために頑張っていきたいと思えます。