

テーマ
うちのイチオシ 独特な活動

新規事業どうしよう？こんな時ありませんか？

この情報誌は、会津地区の総合型地域スポーツクラブのクラブ運営向上及びネットワークの強化を目的として作成しております。

今回は、「うちのイチオシ 独特な活動」と題して、各クラブの自慢の事業等を掲載しています。

来年度の事業計画や会員同士のふれあいイベント等を企画する際に参照していただければと思います。

情報を共有することで、自クラブの活動へ生かしていただければ幸いです。

【作成】

NPO法人会津美里クラブ 衆
うつくしま広域スポーツセンター





ヨガ教室

【実施日時や期間】 毎週月曜日 19:15~20:45

【開催回数】 毎月4回開催

【参加者】 平均20名

【運営者】 当クラブ担当者 受付1名

【実施場所】 会津若松市生涯学習センター

【工夫した点】 ポイントカードを採用し、10回参加で1回無料となることにより参加者に好評を得た。

【成果と課題】 好評のヨガ教室であるが、天候・季節により参加者数がかなり変動する。また、女性の参加者となり男性の参加を促すには、どうすればいいのか検討中である。



〈教室の様子〉



体組成測定とレク教室

【教室の実際】

少子高齢化が進む喜多方市において、健康寿命を少しでも延ばすお手伝いの手段として体組成測定とレクリエーションを組み合わせた教室を企画し、高齢者のレクリエーション教室開催場所で、広報活動を進めてきた。

その結果、熱塩加納町老人クラブ（1月18日10:00よりスタッフ1名）と上三宮公民館（2月7日10:00よりスタッフ2名）より要望があり、測定を実施した。

測定後に、お茶を飲みながら、測定結果の表を参加者の配り、表の見方と注意すべき点などを説明した。その後の残りの時間でレクリエーションを行った。

参加された方たちは、最初は何が何だかわからないような様子で参加されていたが、お帰りになるころには、この測定を続けて、自分の健康維持増進につなげたいというお言葉を大部分の方よりいただいた。



〈体組成測定〉



〈レクリエーション〉



ヒップホップダンス教室

【実施日時や期間】 毎週水曜日 19:00~20:30

【運営者】 当クラブ担当者1名 講師1名

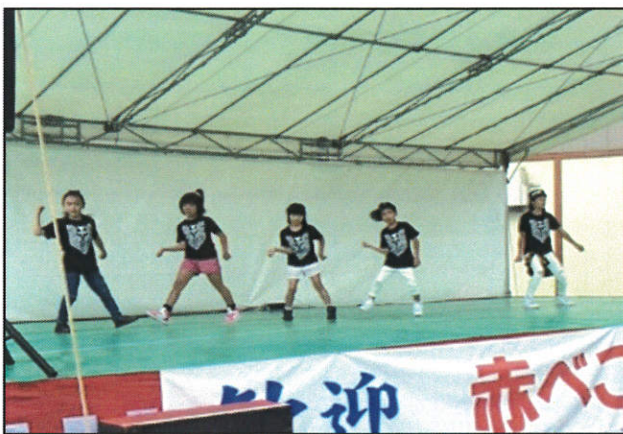
【工夫した点】 毎教室で講師の先生のもと、子供達を中心に基礎練習からレベルの高い練習を重ねている。

柳津の赤ベコ祭りや冬祭り等、町内のイベントへ「赤ベコトータルスポーツダンスチーム」として出演させて頂いた。その為クラブのPR活動や実績に大きく繋がった。

【成果と課題】 子供達がダンスを披露した事で刺激を受け、参加してみたいという子供達が増えてきた。

課題としてはイベント向けの練習が中心でレベルが高く気軽に参加出来ないという声も中にはあり、総合型の趣旨に沿って子供から大人まで気軽に楽しめる教室を目指して行きたい。

そのために講師の先生と協議を重ね平成30年度は基礎コース（初心者向け）とイベントコースに分けて、老若男女問わず一人一人のレベルに合わせてに参加者が増える魅力ある教室にしていきたい。



〈イベントでのダンス披露〉

〈練習の様子〉





会津若松市鶴ヶ城ハーフマラソン ランニング講習会

【実施日時や期間】 5月～9月

【開催回数】 イベントも含め6回開催

【運営者】 指導者2名 当クラブ補助スタッフ3～5名

【工夫した点】 会員拡大にも繋がるように、会員以外への周知にも力を入れた。また魅力ある特別講師を2度招へいし、内容もマンネリ化しないように心がけた。

【成果と課題】 ランニング講習会参加者の鶴マラエントリー率は2年連続100%を達成しているため、今後は内容を一新し、参加者のPBやSBなどにも配慮しながらメニューを提供していきたい。

運営費、スタッフの負担を考えると、子ども対象の講習会の開催ができず課題としてここ数年頭を悩ませている。

次年度も開催予定で9月にはゲストを招いて2時間耐久リレーマラソン大会を予定している。



〈集合写真はいい、ポーズ!〉

〈練習の様子〉





おもしろ大運動会

【実施日時や期間】平成29年10月8日（日） 9：30～12：00

【参加者】85名

【運営者】当クラブスタッフ 18名

【工夫した点】一か月前に全戸にチラシを配布し、ポスターを公共施設等に貼り参加者を募集した。当日は、20名ずつの4チーム（赤・青・黄・緑）を作り、チーム対抗戦として運動会らしい本気種目あり、みんなで協力し合える楽しいゲーム種目も取り入れてみた。

また、ハロウィンシーズンに合わせて、飾りつけや賞品も工夫した。

【成果と課題】町内の幼児から高齢者が一堂に会して交流を図れる場として、当日は85名集まった。

種目の充実化・事前の準備を徹底したことで大変スムーズに実施することができた半面、新たな種目を取り入れるには、何度も実践する余裕がないと安心できないことが分かった。



《ふわふわ風船リレー》
4人一組が風船で作った人形をネットに乗せ、20メートル先のコーンを回って戻り、次の4人にタッチ。風船が大きいので、スピードを出せば出すほど安定しないため、気持ちと正反対の動きが求められる。

《玉入れさせない》
相手チームから2人、邪魔棒を持って玉入れの邪魔をする。チーム全員が参加し、自チームの籠に時間内で何個入れられるかを競う。邪魔をする2人の動きが重要な？





スポーツ吹き矢教室

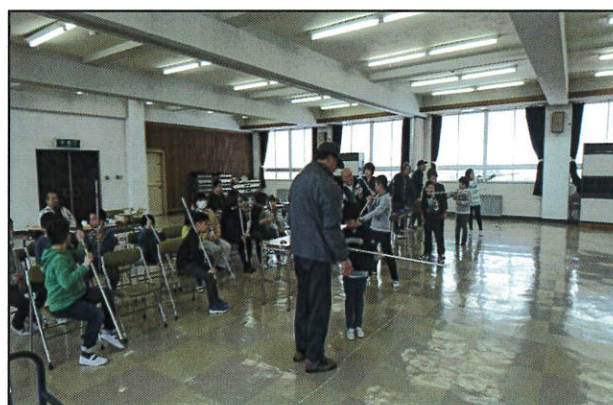
【教室の実際】

今年度よりスタートした『スポーツ吹き矢教室』である。代表となった方の「山都でスポーツ吹き矢をしたい」との強い思いをスポーツクラブが手助けするかたちで立ち上がった。

毎週水曜日 14時～16時、山都体育館にて始まった。登録メンバー10名からの活動だったが、行政の応援を受け、体育指導員のイベントを開催するために、簡易的な道具を作ったことが更に広がりきっかけとなった。

公民館事業での子ども体験イベント、町民対象の体験教室、放課後児童クラブの体験教室など、スポーツ吹き矢を取り入れてもらう事ができ、メンバーは自己の練習と合わせ初めての人に教える機会も多くなり、活動を楽しんでいる。

冬場からは山都開発センター3階ホールにて水曜日と土曜日を交互に教室を開催している。登録メンバーも20名を超えた。



〈メンバーが教える機会を設定することで、更なるやりがいを感じている〉