

令和元年度(平成31年度)地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	All 南木曽!健康推進プロジェクト
事業主体 (連絡先)	特定非営利活動法人 なぎそチャレンジクラブ (0264-57-3001)
事業区分	(3) 教育、文化の振興に関する事業
事業タイプ	ソフト・ハード
総事業費	1,825,266円(うち支援金:1,348,000円)

事業内容

日常的にあまり運動をしない人や、時間的、経済的な制約により運動ができない人に向けた運動促進事業。

- ①運動習慣の二極化が進む小学生に対する取り組み
～小学生スポーツ教室(〇〇であそぼう!)を開催
体を動かす楽しさや汗を流す爽快感を感じてもらう。
毎月1~2回、毎回1種目、合計8種目
- ②自分の健康や運動のことは後回しになりやすい若い親世代への取り組み
～「バブルサッカーを楽しもう!」を開催
バブルサッカー体験会及び交流会、大会を開催
- ③孤独になりがちな未就園児の保護者への取り組み
～子育て世代応援プロジェクト・昼のコアトレ&ピラテイス教室を開催
未就園児の保護者だけでなく、幅広い子育てをしている人に参加を呼びかけて世代間交流を促進。



【バブルサッカーを楽しもう!】

【目標・ねらい】

- ①運動習慣を促進し、健康寿命を延ばし、将来的な福祉コストを削減する。
- ②小学生や若い世代をターゲットに「体を動かすことは楽しい」と思える機会を設け、健康と運動の意識を高めてもらう。
- ③世代間交流の機会を設ける。

事業効果

- ①定期的な教室や競技志向に偏った教室への参加をためらっていた多くの親子が参加した。学校や家庭では行わない種目に多くの参加者が集まり、運動のきっかけ作りになった。(開催種目のメンバー以外の参加者の割合は平均で63%)
- ②バラエティー要素があるため、定期的な運動教室に参加していない親子の参加が多かった。(サッカー経験者以外の参加者の割合は平均50%)
- ③運動意識を高めてもらう効果は限定的だったが、運動後の情報交換で先輩ママに保育園、小学校、病気や病院、心配事などを相談する姿が見られ、貴重な世代間交流の機会となった。

※自己評価【 B 】

【理由】

- ・概ね目標の参加者数であったが、運動習慣がない世帯に対するアプローチがまだ足りなかった。
- ・多くの人を集めることにこだわり、取り残された子に対する配慮ができなかった可能性がある。

今後の取り組み

高齢者の運動の機会を設ける事業は多く存在するが、それらの事業に関わる人から「もう少し前から運動をしていてくれたら」という話をたびたび耳にしたのが今回の事業を行うきっかけである。極端に運動をする家族と全くしない家族、子どもにはやらせるのに親世代はやらないなど、さまざまな家族の形を想定し、事業内容を検討した。概ね想定していた参加者数、感想が得られたので今後は更に内容や日程を考えて継続的に開催していきたい。

日程の都合上、少人数での開催となってしまった事業については、運動が得意ではない参加者や大人数は苦手な参加者から「少人数で良かった」という感想があり、大勢で行うことが全てではないことを知った。とかく数字上、多くの人が集まったことが評価されるが、少人数を対象とした取り組みにも力を注ぎたい。

※ 自己評価欄は、地域活性化に及ぼす事業効果について、以下から選択のこと。

「A」: 予定を上回る効果が得られた 「B」: 予定していた効果が得られた

「C」: 一定の事業効果はあったが事業実施方法や今後の活用等について、工夫や改善を要する点がある