

### 平成28年度 地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	チャレンジスポーツ塾 in 真田
事業主体 (連絡先)	NPO 法人さなだスポーツクラブ 0268-72-2657
事業区分	教育、文化、スポーツ振興に関する事業
事業タイプ	ソフト
総事業費	917,335 円 (うち支援金 : 571,000 円)

#### 事業内容

サッカー、ソフトテニス、水泳、バスケット、卓球の5種目のトップアスリートを塾長(講師)に招聘して、小学生から一般までのスポーツ塾と大人対象のウォーキング塾を開催した。

スポーツ塾は午前・午後の部、各2時間、日本のトップアスリートの生の指導を初心者から経験者までと一緒に楽しんだ。

ウォーキング塾では、体組成形測定で自分の身体を知ってもらい、インターバルウォーキング・ノルディックウォーキングで筋力アップ・脂肪燃焼、健康運動指導士さんからのアドバイスをしてもらった。



【 奥村塾長による水泳指導 】

#### 【目標・ねらい】

- ①スポーツで汗をかく楽しさを体感してもらいたい。
- ②将来の夢や目標を持って物事に取り組む意識を育てる。
- ③スポーツの持つ連帯、連携、達成感を実感してもらいたい。
- ④生活習慣病・ロコモ予防

#### 事業効果

※地域活性化のための目標・ねらいに対してどのような効果があったか、項目毎に記載すること。

- ・参加者の目線に立った指導プログラムを提供いただいたので、初心者から経験者まで、全員と一緒にスポーツを楽しむ事ができ、体力向上に繋がった。
- ・技術だけでなく、スポーツマナーもご指導いただき、人間形成の部分でも参加者に成長が見られた。
- ・近年、減少傾向にある、スポーツ種目の競技人口普及活動に繋がった。
- ・体組成計測定で、現在の自分の身体を知ることができ参加者の生活習慣を変えるお手伝いできた。
- ・県民の健康増進を図る運動「信州 ACE(エース)プロジェクト」に繋がる事業ができた。

※自己評価 【 A 】

#### 【理由】

- ・スポーツを楽しんでもらえた。
- ・スポーツの普及に繋がった。
- ・体力向上に繋がった。
- ・自分の身体を知ってもらえた

#### 今後の取り組み

※今後、事業効果をどうつなげていくか記載すること。

- ・トップアスリートが指導する事は、我々一般の指導者では伝えきれない、夢や感動を与える、活力ある子ども達の育成に繋がる。この成長を見ながら、各種目別の大会などを開き、事業成果を見ていくとともに、スポーツ離れを解消するために、初心者子ども達が親しみを持ってスポーツができるイベントを常時考え実行していきたい。
- ・平均寿命が男女共に日本一の健康長寿を更に前進させ、一人ひとりが生きがいを持ち、健やかで幸せに暮らせる「しあわせ健康県」づくりを進めるため、県民の健康増進を図る運動「信州 ACE(エース)プロジェクト」を推進していきたい。

「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