

## 平成29年度「みえの現場“やっぱし” すごいやんかトーク」（菟野町）の概要

平成29年10月31日（火）菟野町町民センターにて「みえの現場“やっぱし” すごいやんかトーク」を開催しました。

当日は、「NPO法人 元気アップこものスポーツクラブ」の皆さんが実施している「ウォーキング体操」の教室を視察した後、健康で明るいまちづくりをめざし、気軽にスポーツに親しみ、楽しめる場の提供活動についてお話を伺いました。



### 【参加者からの発言】

自己紹介、団体の活動概要の紹介の後、知事とフリートークを行いました。

Q NPO法人元気アップこものスポーツクラブの活動をして良かったこと、嬉しかったことを聞かせてください。

○親子教室に参加した子どもが、「また来るね。」と楽しそうに帰っていく姿を見ることがとても嬉しく、やりがいを感じます。

○最初は各種教室への参加者が少なくて寂しい思いをしましたが、参加者が増え、活動が広がってきたことは、スタッフがいろんなイベントでPRをしたり、広報に力を入れてきたおかげであると感じています。

○活動に参加することで、自主的にウォーキングなどの運動に取り組む人が増えてきたことが成果だと感じています。

○健康教室に参加することで、運動後の食事など運動以外のお付き合いもでき、仲間づくりに繋がっています。

○年齢が高くなったことから山登りをあきらめていた人が、健康教室に参加したおかげでふらつきがなくなり、再び山登りを復活したという話を聞いてとても嬉しかったです。

○スタッフとして活動に関わることで、仲間が増え、行動が広がり、菟野町が良い地域だなと改めて感じる事が出来て良かったです。

○自分が企画したイベントにたくさんの方が参加してくれ、楽しんでくれたことにやりがいを感じました。

○スタッフとして活動に関わることで、いろんな世代の人と話をする機会があり、人とのつながりができたこと、自分自身の健康づくりにもつながることがこの活

動の良いところです。

○参加者に楽しんでもらうには、まずは自分が楽しくないと相手にも楽しんでもらえないと思ってやっています。

○最初は、「元気アップこものスポーツクラブ」の知名度をあげるために、町内のあらゆるイベントに参加してPRを続けてきました。今それが実ってきていると思います。

○よりよい活動を提供するために、参加者から年会費をいただいています。このことがスポーツクラブの運営を継続できている要因となっていると思います。

○スポーツクラブの活動の良い評判が広がり、今では、県外から視察に来ていただいたり、講演会の講師に招待されたりもしています。

**Q 今後の活動や課題などをお聞かせください。**

○高齢の方や子どもの参加が増えている一方、参加が非常に少ない30～50歳代の人たちが、健康寿命をのばすために運動するように働きかけることが課題です。

○障がい者の方も一緒にスポーツできる取組を増やしていきたいと思っています。

○まだ活動に参加したことのない人たちも、どんどん参加していただき、仲間を増やしていきたいです。

**【知事の発言】**

○三重県は今年「スポーツイヤー元年」として、これからスポーツの重要な5年間を迎えます。皆さんがスポーツにまず親しむための活動があってこそ、トップアスリートの活躍が期待できると思いますので、クラブの活動に期待しています。

○三重県は野菜の摂取量が全国平均に比べて低い状況にあります。菰野町はおいしいお米や野菜などがたくさん取れますので、スポーツを起点に健康と食についても一緒にレベルアップしていけたらいいと思います。



「NPO 法人 元気アップこものスポーツクラブ」は、平成 18 年に設立された総合型地域スポーツクラブ(\*1)です。

(\*1) 総合型地域スポーツクラブ：子どもから高齢者まで、誰でも気軽に多種目のスポーツを楽しむことができるよう、地域の人たちが主体的に運営するスポーツクラブ