

会議名	令和6年度「静岡市運動・スポーツ習慣化促進事業連絡協議会」
日時	令和6年10月8日(火)10:00～11:00
場所	静岡市役所 会議室
出席者	<p>○委員：スポーツ振興課 能口 富(課長)※会長 国立大学法人静岡大学 平嶋 裕輔(講師)※副会長 (株)エスパルス 若杉 亮介(健康事業担当) スポーツクラブ&スパルネサンス静岡 24 岡本 浩成(統括支配人) 駿河区スポーツ推進委員 杉山 君子(理事) 中央静岡ヤクルト販売(株) 大石 夏希(主任)</p> <p>○行政内部局:健康づくり推進課 佐藤 祐理(課長補佐)、大勝 祥偉(係長)</p> <p>○事務局 スポーツ振興課 宮川 茜(係長)、太田 翔一(主査)、齋藤 司(主任主事)</p> <p>○事務局支援 中央静岡ヤクルト販売(株) 岩本 真歩</p> <p>○オブザーバー:(株)クレメンティア 荒尾 裕子(代表取締役) 本間 潤(事業企画マネージャー) (株)ルネサンス 篠田 裕子(地域健康推進部)</p>
配布資料	<p>○第1回「連絡協議会」次第</p> <p>○席次表</p> <p>○資料1～4</p> <p>○参考資料1, 2, 3</p>

■ 議事次第

10月8日(火)に関係者(15名)による

令和6年度「運動・スポーツ習慣化促進事業」第2回連絡協議会を実施した。

1. 開会

前回、WEB参加の平嶋委員よりご挨拶

2. 協議事項

(1)市民サポーター育成講座について(資料に沿って事務局より説明)・・・資料1、参考資料1, 2

【実施報告】

- ・スポーツ推進委員・一般向けは9月20日(金)13:00～15:30 グランシップの会議室にて実施。
 →申込み人数が20名、内キャンセル1名で最終参加人数は19名
 - ・YL向けは9月24日(火)に第1部の講座、10月8日(火)14:00から第2部の講座を実施。
 →参加人数は29名
 - ・参加者の募集方法に関してはチラシをベースとし、一般向けとヤクルトレディ向けを作成。
 - ・9月20日分のアンケート結果報告では、受講した主な動機は、「スポーツや運動の知識を深めたい」という方が一番多く、講座の内容に関しても大変満足度が高いことが見受けられる。
- 今後期待する支援では、「活動のフィードバックや支援」「さらなる研修や勉強会の開催」という回答が多かった。参加者の声も紹介しているので、お時間のある際に資料ご確認いただきたい。

【市民サポーターの今後の活用方法】

- ・市民サポーターの今後の活用方法として、スポーツ推進委員につきましては、地域住民に対して、回覧板や役員会議にてチラシを配布し、事業の周知を実施。また、スポーツ推進委員主催のイベントにてチラシを配布し事業の周知。
- ・次にヤクルトレディにつきましては、市民サポーターとなったヤクルトレディが所属する営業所にて事業の周知をするとともに、自身の顧客へのチラシ配布。そして所属営業所にいるヤクルトレディの顧客にチラシ配布支援を依頼し、事業の周知を実施。また、ヤクルトレディ経由にてご参加いただいた方へは定期的な訪問時に参加状況を確認しながら、継続参加を促す。
- ・参考資料として、講座資料と市民サポーター育成講座受講者アンケート(活動状況調査用)を添付した。こちらのアンケートは3か月チャレンジプログラムが終わってから実施予定。

《駿河区スポーツ推進委員 杉山委員》

▶市民サポーター育成講座の内容はとても参考になる内容だったがゆえに、参加人数が少なかったのが非常に残念。スポーツ推進委員は、平日の勤務と兼務している為、平日の日中は参加をすることは困難の為改善が必要。**スポーツ推進委員では、定期的な行事が開催されるので、その中のプログラムに一部盛り込むことでより多くの方に周知ができるのではないかと感じた。**

《静岡大学 平嶋委員》

▶市民サポーター育成講座を受講し、今後指導をしていく中で、もっと知りたかったポイント等はあるか？
▶スポーツ推進委員 杉山委員回答→スライドの資料も手元にあり、とても分かりやすい内容だった。指導という観点では、年代別のスポーツイベントの開催等、新たなヒントを得ることができた。

《スポーツ振興課 能口委員》

▶参加者アンケート理解度の項目の中でも「働き世代・子育て世代の運動実施状況」の数値が低い理由の分析等はあるか？
▶エスパルス 若杉委員回答→講義資料の【年代別の実施状況と阻害理由】の項目内容と予測されるが、世の中の状況と自身の状況をかみ砕いて理解することがむずかしかったのではないかと考えられる。

《スポーツ振興課 能口委員》

▶受講したスポーツ推進委員の方に講座内容を広めていただくことが今後の課題としてある。
▶中央静岡ヤクルト販売 大石委員回答→講座を受講したヤクルトレディは朝礼を活用しストレッチ等を仲間と共に実践し、それを自身の顧客にもお伝えができるよう率先した活動に取り組んでいる。

《スポーツ振興課 齋藤》

▶スポーツ推進委員が市民サポーターとして情報を伝える中で、必要だと感じるもの(資料等)はあるか？
▶スポーツ推進委員 杉山委員回答→イベント等は告知用のチラシが早めにあると伝えやすい。その他の情報を伝えるには実践が一番効果的だと思う。また、**定期的に行われる研修の中で専門家の方が講座を実施することが一番望ましいと感じた。**

(2) わいわいスポーツフェスについて …資料2

《スポーツ振興課 能口委員》

▶各プログラムの内容を教えてほしい
▶エスパルス 若杉委員回答

大人向け: ストレッチ・ウォーキングで準備運動をし、セルフチェックをした後に体幹トレーニング等を実施。事前事後の変化を知るプログラムを予定

親子向け(幼児版): 親子で一緒に楽しめる運動として、幼少期に体験したい36の動きを体験。その他、子どもが扱いやすい新聞ボールを作る工作要素を取り入れ、そのボールを活用した遊びを取り入れることで、親子で成功体験を感じてもらおう。

親子向け(小学生版): 親は自分の運動に集中し、子どもたちはエスパルスのコーチが運動を楽しむプログラムを実施

《スポーツクラブ&スパルネサンス静岡 24 岡本委員》

▶イベント当日は運営お手伝いとして、男性1名、女性2名の計3名携わる。(フィットネススタッフの為、ブース対応可能) 当日のスケジュール等の詳細を改めて共有予定。

《スポーツ振興課 能口委員》

▶**事務局はホームページで事業における取り組みや、アンケート結果等を随時更新し発信していくことが重要**

《スポーツ振興課 能口委員》

▶イベントの時間設定が8:30〜と早いように感じている。
▶エスパルス 若杉委員回答→エスパルスイベントでの「朝活」での実績を報告
▶ルネサンス静岡24 岡本委員回答→スポーツジムにお子様向けのプールがあるが、週末は午前の部が人気。

午前に用事を済ませて、午後は遊びに行く等時間を有効活用されている方を多く見受ける。

(3) スポーツ・イン・ライフ 3 か月チャレンジプログラム(仮称)について

・チャレンジプログラムの内容確認・・・資料3

《エスパルス 若杉委員》

▶ ヨガ・ピラティス・骨盤トレーニング・ウォーキングといった4テーマを柱にコースを設定。サブテーマも検討中。自宅でもできる、セルフチェックやトレーニングを実施

《スポーツ振興課 齋藤》

▶ 運動するだけでなく、3 か月の中で「食育」に触れてもいいのではないかと

▶ 中央静岡ヤクルト販売 大石委員回答→腸活的な要素の情報、知識は持ち合わせているがチラシ等の用意はない。

▶ 健康づくり推進課 大勝回答→食育に関するチラシ提供は可能。今年度は栄養バランスに配慮した食事をどのように摂取したらよいかという栄養バランス表も栄養士が検討中。(事業内後半)運動をした後にどのような栄養バランスで食事をとったらよいか等の情報も提供できればと思っている。

《スポーツ振興課 能口委員》

▶ 3 か月実施するにあたり、受講者が記録するシート等はあるかどうか。原案ができた段階で委員の方へ意見を募ることを事務局へ依頼。

《健康づくり推進課 大勝》

▶ 3 か月チャレンジの「継続率」をどのようにとるのか、またどのよう継続を促すのかの施策・アイデアはあるのか。

▶ 中央静岡ヤクルト販売 大石委員回答→弊社のヤクルトレディがお声がけした方には、継続的なお届け訪問時にお声がけを促す予定。

▶ 静岡大学 平嶋委員→現実的な部分ではないが、アプリを活用し、ランキング等を管理できたらゲーム感覚で継続するきっかけのひとつになりモチベーションにもつながるとも考える。

《スポーツ振興課 能口委員》

▶ 3 か月を終えた後の継続チェックは可能かどうか。

▶ 中央静岡ヤクルト販売 大石委員回答→事業終了後は報告書をヤクルトレディが市民の皆さまへ発信。それと共にお届け時に継続確認の会話として調査は可能。

・受講者アンケートの内容確認・・・資料 4-1、4-2 参考資料 3

《静岡大学 平嶋委員》

・アンケートの中で【運動を実施している理由】【きっかけ】を聞くことで運動をする側の指標が得られるのは分析のうえでもいいのではと感じた。

・アンケートのボリューム感もあるが、主観的な気分・疲労の変化や、体重・体脂肪等の数値も記録としてあってもいいのではと感じた。

・また、継続的な運動習慣なので、プログラム終了後は、ルネサンス等のスポーツジムに促し、運動の「継続」を図るきっかけとしてもらってもいいのではと思う。

《ルネサンス 篠田》

・今回の事業において、市民サポーター育成講座を通して前向きに、日々運動習慣のない方々への声掛け・提案ができ、今後のイベントや3 か月チャレンジプログラムの集客につながっていることは安心できる要素。

・今後、参加者のモチベーションをあげることで、また今年度はハードルを低く設定することで今年度より多くの方に「やってよかった」と思ってもらえること重要だと思っていますので、引き続きご支援をお願いしたい。

《クレメンティア 本間》

・スポーツ推進事業において他の自治体との連携を数年持っている中で、地域の皆さまと接点をもつことへのむずかしさに苦戦している実態の中で、ヤクルトのネットワークを活用することが今回の大きな役目と感じている。

(4)今後のスケジュール

- 10月20日(日) 8:30～12:00 わいわいスポーツフェス
- 3か月チャレンジプログラム日程は、講師調整中
- 第3回連絡協議会は2～3月を予定 改めて事務局より連絡

(5)最後に

- その他、本事業においてご質問、ご意見がありましたら静岡スポーツ振興課にお問合せください。

以上