

Hot Sport Club

2023

秋・冬号

Autumn
Winter

総合型地域スポーツクラブとは、健康づくりや仲間づくりを目的として、みなさまの身近なところでスポーツなどを楽しんでいただくため、スポーツ庁が推進している地域活動団体です。みなさまのお住いの地域にあるクラブは、みなさまと一緒によりよい活動ができることを目指しています。✖️オ六



いいね! 総合型クラブ



お問い合わせ

公益財団法人島根県スポーツ協会 生涯スポーツ課 TEL 0852-60-5053
〒690-0015 松江市上乃木十丁目4番2号 島根県立水泳プール内
URL <https://www.shimane-sports.or.jp/>

島根県スポーツ協会
ホームページ



国庫補助事業

9・10・11・12月のクラブ訪問～県内各地域での活動紹介～

大まかな内容

Event

NPO法人さくら総合スポーツクラブ（安来市）

事業名 チャオテニス 対象 幼児～小学生

9月23日「秋分の日」は公益財団法人日本テニス協会ほか3団体が定めている『テニスの日』。このテニスの日に合わせ、安来テニス協会との共同イベントを開催しました。近隣ジュニアクラブの交流を目的に、まだ公式戦に参加できない子どもたちを対象とした



大会のため、地元子どもたちに加え、浜田市や鳥取市からも参加がありました。大会アトラクションとして行われた「200万人ボレーボレー」（2人組でボレーボレーを行いミスなく10分間つながると達人認定）、「ターゲットテニス」（的当てで商品獲得）では、100名を超える参加者が一堂に集まり、この

日一番の盛り上がりを見せていました。

子どもの体力向上



↑ いいね ↓



みとやスポーツクラブ（雲南市）

事業名 みとやスポーツクラブフェスタ 対象 どなたでも

誰でも楽しく交流できる場を作り、クラブの更なる発展と魅力を発信することを目的としたスポーツイベントです。会場である雲南市三刀屋文化体育館アスパルには、地域の小学生から高齢者までが多く集まり、スポーツ推進委員によるニュースポーツ、種目スポーツ指導者によるレスリング、ソフトボール、ローイング、三刀屋高校パソコン同好会によるe スポーツ

を体験しました。いずれのブースも評判がよく、参加者は、普段、体験できない種目に興味・関心が広がっている様子でした。さらに、同会場には、2030年に鳥根県で開催される国民スポーツ大会、全国障害者スポーツ大会に向けての応援メッセージコーナーもあり、多くの来場者が熱い思いをメッセージにする姿も見られました。雲南市では、クラブが地域と共に国スポ、全スポに向かって動き出しています。

スポーツによる地域活性化の推進

※雲南市は国民スポーツ大会 レスリング、ソフトボール、ローイング会場です。



↑ いいね ↓

出雲ファーストクラブ（出雲市）

事業名 第14回からさでウォーク 対象 どなたでも

今年は、クラブ設立20周年を迎え、記念すべきウォークイベントになりました。風は強かったものの、この季節にしてはポカポカ陽気。斐伊川の沈下橋、万十千神社、出雲ドームを見ながらのからさで大橋を通る5.8kmという距離もほどほどで、誰もが気持ちよく歩くことができました。ゴール後は、五目御飯、豚汁で温まりながら、「毎回参加することが、自分の健康状態の確かめになる。」「スタッフの方々のホスピタリティが気持ちいい。」「沈下橋を渡るのは貴重な体験になり楽しかった。」等、様々な話題で盛り上がりました。クラブ名物であるこのウォークイベント、来年度も継続開催します。是非、沈下橋のドキドキ感を一緒に体験してみてください。

スポーツによる地域活性化の推進



↑ いいね ↓

Event

スポーツクラブ多伎（出雲市）

事業名 グラウンド・ゴルフ大会 **対 象** どなたでも

クラブ会員である多伎町グラウンド・ゴルフ協会の協力を得て、クラブ設立時から高齢者の健康づくり、コミュニティづくりを目的に開催している大会です。この日は、秋晴れの中、多伎町内から60代～90代まで多くの参加者が会場である旧田儀小学校グラウンドに集まりました。参加者全員で元気にラジオ体操を行った後、グループに分かれてスタート。変化に富んだコースになるよう、事前にクラブが草刈り。そんなコースに悪戦苦闘するお互いの姿を笑い合いながら、白熱したプレーが繰り広げられました。多伎町は、高齢者にとって交通の便が悪く、また外出する機会も少ないことが課題ですが、このような機会があると、近所で声かけあってみんなで外出できます。高齢者のコミュニティの核にもなっている総合型クラブです。



スポーツを通じた介護予防、健康増進

↑ いいね ↓



NPO法人浜田フットサルクラブ（浜田市）

事業名 第1回ふれあいジムかなぎ祭り

対 象 どなたでも

このイベントは、浜田市の市民協働活性化支援事業としてまちづくりを目的に開催したものです。金城町を拠点として活動するダンス教室や石見神楽社中のパフォーマンス、ポルセイド浜田の選手によるスポーツ体験など、地域の若年世代が中心となって運営。初めての試みでしたが、金城総合体育館に親子を中心に予想を上回る200名が来場しました。また、多くの来場者が、3時間近くも滞在しイベントを満喫していることにも驚きました。こんな祭りを待ってました！という声が聞こえてきそうな楽しいイベントでした。来年度も引き続き開催予定です。



スポーツによる地域活性化の推進

事業名 企業・職域対抗フットサル交流会 **対 象** どなたでも

競技レベルを2つのカテゴリー（アクティブ、エンジョイ）に分け、企業や職域を主体としたチーム編成であれば誰でも参加できる大会です。今年は、アクティブカテゴリーには益田養護学校、江津市役所、丸浜食品等4チーム、エンジョイカテゴリーには8チームのエントリーがありました。特に、エンジョイカテゴリーには、年齢、性別、国籍、経験の異なる様々な人が集まり、やさかフットサル球技場には、プレーごとに笑いや歓声が響いていました。勝敗よりプレーの楽しさをみんなで共有することは、スポーツ本来の目的です。浜田フットサルクラブは、フットサルFリーグチーム ポルセイド浜田の選手と共に、今回のような大会を通じて地域貢献できる機会を大切にしています。

スポーツによる地域活性化の推進



↑ いいね ↓

Class 参加者随時募集中!

NPO法人しんじ湖スポーツクラブ (松江市)

事業名 太極拳教室 **対象** どなたでも

太極拳は、ゆっくりと体を動かすという点で、高齢者や初心者にも取り組みやすい健康法として人気があります。



この教室の参加者は60~70代、宍道町外も含め幅広い地域から参加があり

ます。1時間半、関節をほぐす準備運動から始まり、24式、88式という太極拳の動きを繰り返し行い、最後は剣を使った32式太極拳を行います。地域指導者である中国出身の講師の指導・人柄から教室はとても好評で、会員は徐々に増えています。さらに、活動の幅も教室だけにとどまらず、自主的にボランティア活動、遠足、忘年会と、楽しさはどんどん広がり、ひとつのコミュニティとなっています。

スポーツを通じた介護予防、健康増進

↑ いいね ✕



竹矢スポーツクラブ (松江市)

事業名 まめなか健康教室

対象 竹矢地区住民

様々な種目が体験できる運動教室です。この日はスポーツ推進委員の指導でレクボッチャを行いました。レクボッチャとは、パラリンピックのボッチャルールをシンプルにし、誰でも自由にできるよう簡略化したもの。小学生

から高齢者までが参加し、思ったところに行かないボールに一喜一憂しながら、みんなで力を合わせてプレーすることを楽しみました。さらに、依頼があれば公民館がコーディネートしまめなか健康教室として地域に出ることも可能です。この教室をきっかけに、地域にもニュースポーツの輪が広がっています。

スポーツを通じた健康増進 | スポーツによる地域活性化の推進

↑ いいね ✕

おおの輪・和・ワークラブ (松江市)

事業名 ウォーキング **対象** 大野地区住民

会員の交流、健康づくりを目的に、定期的開催しているウォーキングです。大野町内を中心に歩いていますが、最近はより変化を持たせるため、町外へ出かけて行くこともしばしば。この日は、50~80歳代が参加



し、バスで飯南町

ふるさとの森まで出かけ森林セラピーウォークを行いました。参加者からは、「毎回参加しています。ウォークがないと家にこもってしまうのでありがたい。」「大野町もいいが、外に出ると新鮮。健康づくりにもなる。」とのことで、毎回の活動を楽しみにしている様子でした。地道な活動ですが、地域住民にとってクラブが必要な存在であると感じました。

スポーツを通じた健康増進 | スポーツによる地域活性化の推進

↑ いいね ✕

Class 参加者随時募集中!

NPO法人SPORTIVOひがしいずも (松江市)

対象 ビーマ・スポーツ教室 **対象** 3歳~9歳

ビーマ・スポーツとは、早稲田大学が監修した専門的にスポーツを始める前の3歳~10歳までの子どもを対象とした総合スポーツ教育プログラムです。SPORTIVOひがしいずもはプログラム契約を行い、島根県で唯一の教室を開催しています。



最初に、毎

回、必ず、保護者にその日のメニューとその目的について説明します。その後、種目を指定した運動メニュー。この日はミニコーンを使った運動ゲーム、スポンジボールを使った拾う動作、投げる動作を練習しました。そして、最後に、非認知能力の向上を目的にカードを使ったクイズ。全体を通じて、子どもたち自身ができることを実感できる内容で、子どもたちの運動頭脳が成長していると感じました。子どもたちの可能性を広げる教室です。

子どもの体力向上



↑ いいね X



銀ギンginスポーツクラブ (大田市)

事業名 健康ステップアップ大田教室 **対象** どなたでも

加齢とともに衰える筋力、柔軟性、それに伴う姿勢の変化に注目し、高齢者の日常生活動作の改善を目的とした運動教室です。60代から90代までの参加があり、中には、町外から通っている会員もいます。ポール、ソフティボール、椅子、座布団等を使い、ほぐし、ストレッチ、スクワット、筋力テスト、ウォーキングを行いました。テンポのいい丁寧な指導は、参加者のモチベーションに繋がり、運動効果も確実に出ていますと好評です。評価が高い指導力はクラブの強みです。今後も、高齢者の健康づくりに貢献できるクラブです。

スポーツを通じた介護予防、健康増進



↑ いいね X

かわもとスポーツクラブ (川本町)

事業名 かわもとジュニアバレーボール **対象** 小学生

クラブ設立当時、川本町内には女子が参加できる少年スポーツ活動が少なく、選択肢を広げようと開始した活動です。体育館には、県内一と言われるくらい大きな声を出し楽しく練習する子どもたちと、熱心な指導者の姿。活動では、常に



保護者・指導者・地域の方々への感謝の気持ちを持つことを大切に、活動を通して人間としての力をつけることを目指しています。最近では、第43回全日本バレーボール小学生大会島根県大会3位、第28回島根県6人制バレーボール石見部大会ブロック優勝と、少人数ながらも実績を上げています。川本町のような中山間地域の小さい町は、指導者も子どもも少なくなっていることが課題ですが、総合型クラブと地域の方々

が尽力により子どもたちのスポーツ環境が維持されています。

子どもの体力向上

↑ いいね X



総合型地域スポーツクラブは地域課題の解決に向けた取組を行っています!

- ①学校部活動との連携
- ②スポーツを通じた介護予防、健康増進
- ③子どもの体力向上
- ④障がい者のスポーツ参加
- ⑤スポーツによる地域活性化の推進
- ⑥その他 地域課題に関すること



島根県内の総合型地域スポーツクラブ連絡協議会加入クラブ

| 所在地 | | クラブ名 | 記載ページ | TEL | 活動種目ほか |
|-----|------------|------------------------------|-------|--------------------------------------|--|
| 安来市 | 安来町 | NPO法人さくら総合スポーツクラブ | P1 | 0854-23-1923 (安来市民体育館) | テニス、ソフトテニス、バドミントン ビーチボール、ダンス、体操 |
| | 大塚町 | みなみ総合スポーツクラブ | | 0854-27-0328 (大塚交流センター) | ウォーキング、ヨガ、レクダンス、セラ バンド、フラダンス、スポ少など |
| 松江市 | 宍道町 | NPO法人しんじ湖スポーツクラブ | P3 | 0852-66-8686 (宍道体育センター) | 3B体操、動作術、ヨガ、ダンス、太極 拳、健康体操、介護予防体操、よさこ い、運動遊び、器械体操、スポ少など |
| | 八幡町 | 竹矢スポーツクラブ | P3 | 0852-37-0854 (竹矢公民館) | 健康体力増進(多種目型)、スポ少(多 種目型) |
| | 大野町 | おおの輪・和・ワークラブ | P3 | 0852-88-2051 (大野公民館) | ウォーキング、ゲートボール、グラウン ドゴルフ、フットサル、バレーボール、 卓球、ラージボール卓球、ステップ21 |
| | 東出雲町 | NPO法人SPORTIVOひがしいずも | P4 | 0852-52-6722 (東出雲体育館) | バドミントン、器械体操、健美操、ヨ ガ、貯筋運動、陸上、エアロビック、 スローエアロビック、ダンス、運動遊 び、スポ少など |
| 雲南市 | 加茂町 | NPO法人Yu-Gaku加茂 スポーツクラブ | | 0854-49-7100 (雲南市加茂B&G海洋センターラソソテ) | レスリング、バスケット、サッカー、ダ ンス、硬式テニス、卓球、バドミント ン、ヨガ、ピラティス、健康体操など |
| | 三刀屋町 | みとやスポーツクラブ | P1 | 0854-45-9222 (雲南市三刀屋文化体育館アスパル) | サッカー、卓球、器械体操、ヨガ、 フォークダンス、水中運動、3B体操、 スポーツ吹矢、エアロビクスなど |
| 仁多郡 | 奥出雲町 | 奥出雲スポーツクラブ | | 0854-52-2672 (奥出雲町体育協会) | ヨガ、エアロビクス、フォークダンス |
| 出雲市 | 矢野町 | NPO法人出雲スポーツ振興21 | | 0853-25-1006 (出雲スポーツ振興21) | エアロビクス、太極拳、ヨガ、椅子ヨ ガ、健康体操 |
| | 白枝町 | はまやまスポーツクラブ | | 090-9506-4920 (岸) | グラウンド・ゴルフ、ゲートボール、 ターゲットハードゴルフ、バタンク、ダ イヤゾーン、スポ少など |
| | 大津町 今市町 | 出雲ファーストクラブ | P1 | 090-7540-6383 | バタンク、ピンポン、グラウンド・ゴル フ、ウォーキングなど |
| | 武志町 | NPO法人リバーサイドスポーツクラブ | | 090-1684-2032 (山根) | バドミントン、ビーチボール、フィット ネストレーニング |
| | 大津町 今市町 | スポーツクラブおろち | | 090-1685-3512 (勝部) | スポ少 |
| | 斐川町 | NPO法人斐川スポーツ協会 ひかわスポーツ夢クラブ | | 0853-72-7411 (アクティーひかわ) | 幼児体操、ダンス、ヨガ、ピラティス、ウ エーブストレッチ、健康体操、ラージボ ール卓球、テニス、健康マージャンなど |
| | 多伎町 | スポーツクラブ多伎 | P2 | 0853-86-3766 | 健康体操、ヨガ、フォークダンス、山 歩き、スポーツウエルネス吹矢、ノル ディックウォーキング、盆踊り、器械体 操など |
| 大田市 | 大田町 | 銀ギンginスポーツクラブ | P4 | 090-4145-1536 (近藤) | 3B体操、スナッグゴルフ、ファミリー スポーツ、健康体操、トレーニング、ス ポーツウエルネス吹矢、書道など |
| 邑智郡 | 川本町 | かわもとスポーツクラブ | P4 | 0855-72-0594 (川本町教育委員会) | 野球、バスケットボール、バレーボ ール、フットサル、剣道、フィットネス、 太極拳、フォークダンス、スキー |
| 浜田市 | 金城町 | NPO法人かなぎアスレチックきんた | | 0855-42-1238 (金城総合体育館) | グラウンド・ゴルフなど |
| | 旭町 | あさひスポーツクラブ | | 0855-45-1440 (浜田市教育委員会旭分室) | 子どもスポーツ(多種目型)、スポーツ 雪合戦など |
| | 三隅町 | みすみスポーツクラブ | | 0855-32-2565 (浜田市三隅B&G海洋センター) | 吹矢、ソフトテニス、ダンス、剣道、グ ラウンド・ゴルフなど |
| | 河内町 | NPO法人浜田フットサルクラブ | P2 | 090-5199-9830 (道岡) | フットサルなど |
| 益田市 | 内田町 | NPO法人ポアソルテスポーツクラブ | | 0856-25-7344 (大賀) | サッカー、フラダンス、体幹トレーニ ング、硬式野球、PNFCストトレ、マジ ックなど |