

げんきアップ通信

発行：2020年8月1日 編集 浦和東部地区元気アップネットワーク
 連絡先：スマイルハウス浦和 電話 048-813-7710
 HP：https://genkiupnw.webu.jp/ Facebook：/genkiup.urawaeast/

スポーツ & 健康マガジン (旧浦和SCニュース vol.234)



月刊 うらすぽ

第34号



info@urawasc.org https://urawasc.org
 TEL:048-887-7140 FAX:048-677-7598

NPO 法人浦和スポーツクラブ

○ 元気アップサロン みんな笑顔で再開！ 再会！

■7月から再開しました

公民館の貸し出し再開にあわせて、元気アップサロンも始まっています！ 皆さん笑顔で再会！

さっそく抵抗力アップ・ストレス解消のための体操を行いました。マスクをしても大丈夫 息苦しくなるような体操ではありません！

外出自粛で体力が低下ぎみ・・・そんな方は、サロンにきて効果的な運動を覚えましょう！

参加される皆様をお願い

- ・自宅で検温してきてください
- ・入口で体温と連絡先の記入をお願いします
- ・しばらくお茶の時間はなしになります



■元気アップサロンの予定 *事前申込の回はスマイルハウス 048-813-7710 まで！

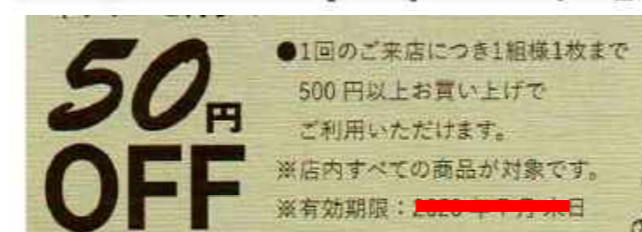
8月	9月
7日(金) 領家公民館 10時～	4日(金) 領家公民館 10時～
21日(金) 南箇公民館 10時～	10日(木) 大東公民館 10時～*事前申込
24日(月) 大東公民館 13時半～*事前申込	28日(月) 南箇公民館 10時～*事前申込

インクルーシブを目指す活動に共感！

「北浦和駅西口、イオンのお隣に 3月19日にオープンしました、「ごはんも食べられるクッキー屋・マーブルテラス」店員、運営母体で NPO 法人クッキープロジェクト広報部長の谷居です。今号から、店員が見た浦和界隈のまぜこぜなあれこれを店員が順番で書かせていただくことになりました。これからどうぞ、よろしくクッキー★」

というわけで、スポーツでインクルーシブな社会の実現を目指す浦スポは、食をとおしてインクルーシブを目指すクッキープロジェクトを応援しています！

ふらっと広場があった場所にお店ができたのもご縁です！ まぜこぜ社会を目指して活動する取組みを「食べる」ことで応援してください。



月刊うらすぽ 34号提示で 50円 OFF
 有効期限 8月31日まで

☆8月13日(木)のサッカー広場は全世代参加を！ ☆いまこそ地域で中高生の部活動を考えよう！

■今年もやります3世代サッカー広場

8月13日(木)は、毎年恒例となった駒場サブグラウンド3世代サッカー広場。

今年は昭和・平成・令和・・・は無理でも、あらゆる世代の参加を望みます！

夏休みのひと時、幼稚園生・小学生・中学生・高校生・大学生・20代、30代、40代、50代、60代、70代、80代・・・90代まで参加してくださいましたらめちやくちや嬉しい！

年齢では絶対に勝てないスーパーシニアと真剣勝負もあり！（もちろんそれなりに条件つけますよ～!(^^)!

集合13時

キックオフは13時半頃を予定しています。

16時から幼稚園と低学年のサッカー広場が始まりますが、あいているところで、とことんサッカーを楽しむことができます！

■初心者の方はウォーキングサッカーを！

いつもスタンドでみているだけのママ、パパも、この日は一緒に球をおっかけてみませんか。

ゴールをしたらハイタッチ！

ナイスプレイがあってもハイタッチ！

ミスしたら笑顔でドンマイ！

これまでサッカーになじみがなかった方は、ウォーキングサッカーで楽しんでください！

今年は短くて、遠くにはいきづらい夏休だけど、他では体験できない年齢差80歳のサッカー交流会。

ぜひ一緒に盛り上げてください。

日時 8月13日(木) 13時集合

(残れる方は17時までサッカーできます)

場所 駒場サブグラウンド

*雨天決行(雷雨の時には中断します)



■写真は2017年の3世代サッカー広場■

部活が変わると、日本のスポーツが変わる

運動部活動改革の課題

現状

○ 部活動への少子化の影響

少子化に伴い、単一の学校では多様な部活動を維持することが困難となる。

○ 教師の負担の増加

中学校教師が土日に部活動に関わる時間は、約2時間であり、10年前と比べて倍増している。(参考図1)

○ 担当教師の指導力不足

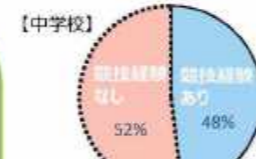
約半数の教師が担当する部活動の競技経験を有していない。(参考図2)

※参考図1：部活動による教師の負担

	休日		
	H18	H28	増減
部活動・クラブ活動	1時間06分	2時間10分	+1時間04分
全体	1時間33分	3時間22分	+1時間49分
	平日		
	H18	H28	増減
部活動・クラブ活動	0時間34分	0時間41分	+7分
全体	11時間00分	11時間32分	+32分

(出典) 文部科学省「教員勤務実態調査」(H28年) 中学校教諭の1日当たりの学内勤務時間

※参考図2：教師の競技経験



(出典) 日本体育協会「学校運動部活動指導者の実態に関する調査」(H26年)

課題

★ 学校単位から地域単位の活動への移行に向けた環境整備

→ 教師に代わる部活動を支える人材の確保 等

★ 地域にかかわらず子供たちが運動部活動に参加できる機会の確保

→ 合同部活動の推進、短時間で効果的な指導の推進 等

★ 学校単位で参加する大会等の見直し

→ 大会の数や日程、合同部活動等の大会参加資格の見直し 等

これらの課題解決に向けて、「運動部活動改革プラン」を推進

- 上の図は、スポーツ庁が「運動部活動改革プラン」の募集にあたり、公表した資料の一つです。
- これまで、部活動の課題として説明されてきたのは、少子化の影響や教職員の皆さんの負担、専門的な指導者がそろわないことなどでした。
- 今回の資料では、これらの問題は「現状」とされ、課題として示されたのは「学校単位から地域単位の活動への移行にむけた環境整備」などです。
- 地域によって事情が異なるので、必ずしも同じ課題があるわけではありませんが、1番目書かれたこの課題は、全国共通のテーマだと思えます。

- ヨーロッパのスポーツと比べると、部活動の存在は、日本特有のものであると言われてきました。
- これまで部活動は学校の先生方に支えられてきましたが、いよいよ地域単位の活動への移行が求められるようになりました。
- 部活動を無くすわけではなく、先生たちだけに頼らず、地域で支えていく仕組みをつくるというものです。
- 日本の特徴である部活動の仕組みを変えていくことは、すなわち日本のスポーツの仕組みを変えていくことにつながります。
- 地域ごとに、子ども達のスポーツをどう守り、育てていくかを、これまで以上に良く考える必要があります。

NPO法人正会員募集!

浦和スポーツクラブの正会員になって、私たちと一緒に、自分の、家族の、友人の、そして地域のスポーツライフを豊かすることに取り組みませんか。好きなスポーツでつながる、明るくなる、元気になる、スポーツの不思議な魅力に、皆さんのアイデアを加えて、楽しいまちにしていきたいませんか。詳しくは、事務局にお問合せください。

2019年度に浦スポと本太中学校でモデル事業に取り組みました

昨年度、クラブではスポーツ庁のモデル事業を受託し、本太中学校とともに、早稲田大学の協力を得て部活動改革にむけた、2つの取組みにチャレンジしました。

ひとつめは、アスレティックトレーナーなどスポーツ科学の専門家を運動部活動に定期的に派遣することでした。

二つめは、地域のスポーツ指導者が、いつもの部活動の時間以外の活動に指導をするチャレンジクラブという取組みでした。

専門家派遣の結果、

- 生徒の怪我が減った
- トレーニングの意味などについて生徒が良く考えるようになった
- 食事のことも考えるようになった
- 教職員の負担が減った

チャレンジクラブの結果、

- まとまった練習時間が確保できた
 - 教職員の負担が減った
 - 専門的な指導が受けられた
- といった成果が得られました。

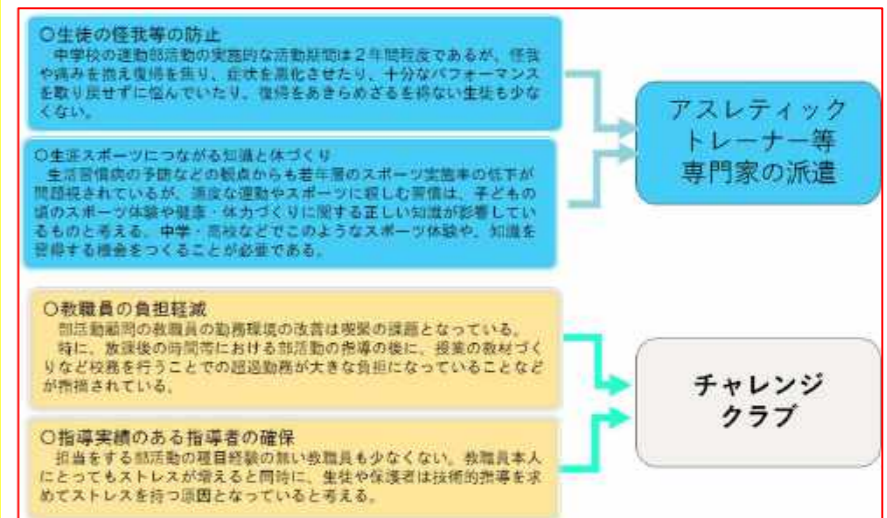
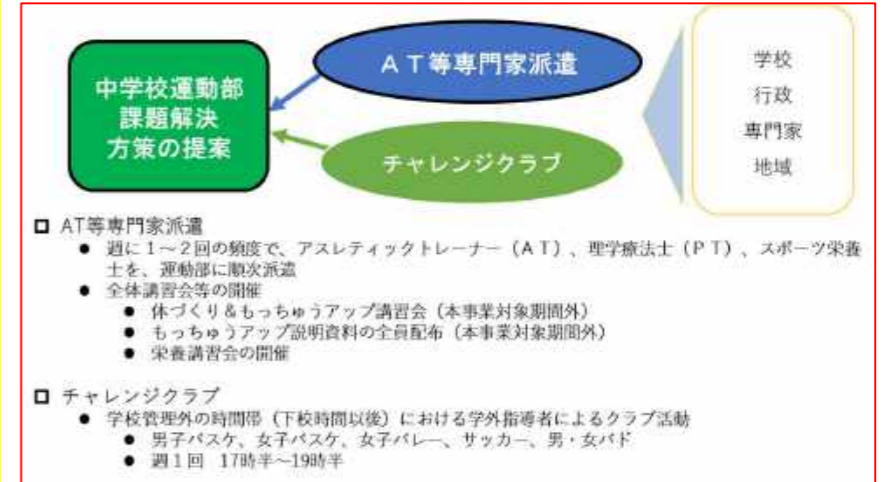
良いことばかりではなく、いくつか課題も把握できました。

この取組みを進めていくためには、地域の皆さんの協力が欠かせません。

本太中学校に限らず、やがて市内全域、全国で地域が協力して部活動を支えるようになっていくものと思います。

ご協力いただける方、関心のある方は、ぜひご連絡ください。

一緒に取組んでいきましょう!



	効果	実現・導入のための課題
専門家派遣	○生徒の怪我等の防止	○顧問、生徒の理解
	○生涯スポーツにつながる知識と体づくり	○わかりやすい指標作成
	○教職員の負担軽減	○顧問、専門家、生徒の認識・情報の共有化
チャレンジクラブ	○生徒の意識向上(能動的練習姿勢)・競技力向上	○調整作業の軽減
	○教職員の負担軽減	○派遣のための財源確保
	○指導経験のある指導者の確保	○既存部活動との整合、趣旨の明確化
	○練習の充実(時間と施設の確保)・競技力向上	○生徒の生活時間(塾や食事等)との整合
		○複数人の指導者体制の構築
		○施設の確保
		○財源の確保

スタジオプログラムのオンライン化を進めます

領家スタジオの各種プログラムは、感染症拡大防止のために参加人数を制限しており、会員の皆様には、ご不便をおかけしているところですが、この度、オンラインレッスンの準備に取り組むこととしました。

準備が整い次第、テストを行いながら徐々に本格稼働にうつしていきたいと思えます。

不慣れなこともあると思えますが、皆様のご協力をお願いいたします。