

を募集します

総合型地域スポーツクラブとは？

- 自分の体力や技術レベルに応じたいろいろなスポーツにチャレンジできます。
- 子どもたちが家庭や仲間、世代を超えた人々とともに運動・スポーツに親しむことができます。
- 学校、部活動と連携して、スポーツを楽しむことができます。
- スポーツを楽しんだ後は、みんなの交流の場となります。

総合型地域スポーツクラブの必要性

スポーツを
めぐる現状

運動不足・子どもの体力低下

- 従来の学校・企業を中心としたスポーツ振興の限界
- 既存のスポーツの場では年齢・種目が限定
- スポーツをする子としない子の二極化

少子・高齢化社会の進展 地域コミュニティの弱まり

地域社会を
めぐる現状

- 子どもたちの社会性の低下
- 地域における人間関係の希薄化
- 家族のふれあい、世代間交流の減少

青少年の
問題行動

- 子どもたちの遊び場の欠如
- 地域活力の低下

これらを実現するために

そこで

- 誰でも、いつでも、いつまでもスポーツができる環境づくり
- 地域コミュニティが従来有していた機能の再構築



総合型地域スポーツクラブの設立

総合型地域 スポーツ クラブの効果

- 健康の保持増進、体力の向上、医療費の軽減
- 家族のふれあいや世代間の交流による青少年の健全育成
- 子どもの居場所づくり(放課後・学校週5日制の受け皿)
- 人間関係の再構築
- 高齢者の生きがいづくり



指導者

○都留市陸上競技協会会長 花田 武ほか
○日本陸上競技連盟ナショナルコーチ
都留文科大學教授 麻場一徳

○都留文科大學陸上競技部コーチ
山梨県陸上競技協会強化委員 後藤剛嗣

○指導助手 都留文科大學学生)

対象(健康者・障害者)

小学生、大学生、一般成人、高齢者

教室内容

○陸上運動・競技

○健康づくりジョギング・ウォーキング

○体力づくり運動・あそび

○スポーツ相談

※将来的に内容を検討し、教室を増やしていきます。

Aコース 走跳投の運動遊び

対象 主に小学1～2年生

走・跳・投に関わる様々な動作を含んだ運動遊びを楽しく実施し、身体活動に対する興味・関心を誘発するとともに、運動神経の健やかな発達を促します。

Bコース 走跳投の基本運動

対象 主に小学3～4年生

走・跳・投に関わる様々な動作について、その基本的技術を習得し、種々のスポーツに必要な基礎的運動能力を養成します。また、運動技術を習得する過程を通じて集中力や粘り強さ、仲間と協力、競争する中で、コミュニケーション能力や精神的たくましさを育成します。

Cコース 陸上競技の基本的練習

対象 主に小学5～6年生

陸上競技の基本的技術を習得する過程を通じて、陸上競技の楽しさに触れるとともに、将来専門的能力の向上に結びつくような基礎的技術力・体力を養成し、将来スポーツ選手として成功するために必要な精神性、社会性の養成をも目指します。

みんなでスポーツしませんか！

～今秋、総合型地域スポーツクラブの設立を目指します！～

(仮称)総合型地域スポーツクラブ都留アスリート倶楽部の会員

「(仮称)総合型地域スポーツクラブ都留アスリート倶楽部」設立趣意書

「スポーツを通して明るく楽しい地域社会づくりに貢献するとともに、

総合型地域スポーツクラブ指導者を育成し、全国へ発信するクラブ」

誰もが生涯にわたってスポーツに親しむことは、健康・体力の維持増進、生活習慣病の予防など身体効果や、精神的ストレスの解消など生きがいのある充実した生活を営むことができるものであり、人間形成においてもスポーツのもつ役割は、極めて大きな意義があります。現在のスポーツをとりまく社会的背景は、余暇時間や学校5日制による自由時間の増大、少子高齢社会の到来や情報化の進展など大きな社会的変化や生活水準が向上している一方、食習慣の乱れなどにより、体力・運動能力の低下、肥満や生活習慣病などが増加しています。こうした背景(環境)の中で、趣味や競技者としてのスポーツだけではなく、日常的に健康・生きがいづくり実践のためのスポーツへと移行し、市民のスポーツに対する意識の変革が見受けられます。

以上のように、スポーツ活動へのニーズの多様化や新たなスポーツ観が生まれ、これまでのスポーツ環境に変化が現れています。この中で子どもから高齢の人、障害のある人まで、自分の体力や技術レベルに応じ、「だれもが」「いつでも」「身近に」「気軽に」「いつまでも」楽しむ、世代を超えた人々とスポーツ活動を行い、競技力の向上にもつながる「新しいスポーツ環境の充実」や、スポーツを通してのコミュニケーションづくり、青少年の健全育成、地域社会づくりに資するため、私たちは「(仮称)総合型地域スポーツクラブ都留アスリート倶楽部」を結成いたします。

つきましては、この趣旨にご賛同いただき「(仮称)総合型地域スポーツクラブ都留アスリート倶楽部」の結成に向けた活動への、ご支援・ご協力をお願い申し上げます。

平成19年4月1日

設立準備委員会

花田 武 横溝菊雄
麻場一徳 宮井幸二
杉田 進 有志一同

Dコース 陸上競技の専門的練習

対象 主に中学生以上

陸上競技を専門的に目指すアスリートを対象として、理論的知識の養成を含む競技力の向上を目指し様々なサポートを提供します。

Eコース 健康づくりジョギング・ウォーキング

対象 主に中高年

健康の維持や体力の増進を目指してジョギングやウォーキングを実施したい人のために、安全で効果的な走り方・歩き方や負荷のかけ方、ウォーキングアップの仕方などを指導するとともに、実際に運動を楽しみます。

Fコース 運動・スポーツ及び健康に関する講習

対象 主に愛好者・保護者

運動・スポーツの愛好者やその保護者を対象に、楽しく安全にそして効果的に実施するために必要な知識を養成します。具体的内容については、クラブ員の興味・関心に基づいてテーマを決定します。

主な活動場所

やまびこ競技場、市民総合体育館

開催日 設立(予定)まで(4月から10月ごろ)

A/Dコース 月2回程度 土曜日午後3時～5時

Eコース 月1回程度

Fコース 年4～5回程度

※具体的内容・日程などの詳細については左記までお問い合わせください。

会費

○年会費 2,000円

○回数券(バス)教室1回参加ごとに 500円

※スポーツ保険料については、会費に含まず個人負担とします。

申込・問合せ先

市民総合体育館 宮井 〆(45)1157

都留文科大学 麻場 〆(43)4341

(内線624)