

みんなで地域づくり事業企画書

<p>団体名</p>	<p>ちょこっとクラブ</p>	
<p>事業名</p>	<p>地域の健康づくりとコミュニケーションを深める事業</p>	
<p>目的・必要性</p>	<p>・四街道市でも、比較的高齢化率の高い千代田地区の住民がスポーツやレクリエーション等を通じて、思いやりや助け合いながら、体力づくりをすること、そして、相互交流を深め、高齢者の介護予防を図り寝たきり老人を無くし、元気で長生きするまちづくりすることを目的とする。</p> <p>・27年度子ども達には、スポーツに関心を持てるプログラムを提供することを実施した結果、高い出席率、保護者、地域の大人と一緒にゲームを楽しむなどかなりの成果をあげてきたが、まだ地域の人々、特に男性の参加に結びつかない部分があり、さらに企画を練って活動を続ける必要性を感じている。例えば、体力づくり、体操種目は男性の参加者が少なく男女比率が女性に偏っていた。そこで28年度は、男性が興味を持ち楽しく参加できると見込まれる軽スポーツの講習会を開催し、クラブへの加入につなげ、軽スポーツの継続的な活動の中心となってほしいと思っている。</p> <p>・地域内外の団体や個人が「ちょこっとクラブ」に体験・見学に来られ、“大変参考になった、学ばせて欲しい”との声を頂き、今後更に目的を同じくする方々とコラボして地域の枠を超えた交流と情報交換をしていく必要性を感じた。</p> <p>・運動、会話、音楽などが脳の活性化につながり、認知症の予防改善に効果があることが証明されており、特に高齢化の高い千代田地区においてこれらのプログラムを提供することを目的とした「ちょこっとクラブ」の活動は大いに必要と思われる。</p> <p>・27年度申請時の収入予算を上回る参加費の増加により、「ちょこっとクラブ」の助成金に依存しない体制が少しずつ出来ているが、まだ活動を広め自立したクラブになるには必要な経費が得られず、様々な環境整備を整えるために「みんなで地域づくり事業」の助成の継続が必要である。</p>	
<p>内 容</p>	<p>○大人のプログラム</p> <p>イ) 健康体操(ストレッチ、柔軟体操、100 転体操、ボール体操 他)</p> <p>ロ) ラダー(縄梯子)・ミニハードル エクササイズ、</p> <p>ハ) シナプソロジー(脳機能活性化プログラム)</p> <p>ニ) リクリエーション (ゲーム、音楽ダンス)</p> <p>ホ) ニュースポーツ(ペタンク、ユニカール他)</p> <p>ヘ) スポーツ吹き矢(新規)</p> <p>ト) おはよう散歩</p> <p>チ) ピラティス教室 (新規)</p> <p>○子供のプログラム</p> <p>子供のための運動遊び、アイススケート(千葉市)</p>	
<p>スケジュール</p>	<p>大人</p>	<p>別紙「平成28年度 年間スケジュール」の通り</p>
	<p>子供</p>	<p>同上</p>
<p>役割分担の想定</p>	<p>(団体の役割)</p> <p>○千代田(連合)自治会</p> <p>・回覧等による会員募集や広報支援</p>	

	<p>○千代田地区内スポーツ団体(SYB 協会、四街道走友会他)、サークル等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運営の手伝い ・指導者の派遣 ・プログラムの提供 <p>(市の役割)</p> <p>○スポーツ振興課</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小学校空き教室等会場確保の働きかけ ・地域と信頼関係を構築し共同活動できるよう助言 ・スポーツ推進委員の派遣 ・スポーツリーダーバンク登録者の派遣 ・指導者、講師等の紹介 <p>○健康増進課</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保健婦、栄養士等の派遣
<p>他団体との連携</p>	<p>スポーツ推進委員 保健推進員 四街道市子ども会育成連合会 NPO法人四街道子どもネットワーク 千代田幼稚園 四街道走友会 介護複合施設きわみ</p>
<p>期待される成果</p>	<p>(地域全体への効果)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域住民間に『思いやり、助け合い、そして、支え合い』の精神を育む。さらに、子・親・高齢者等多世代の交流が進み、全体のコミュニケーションの強化につながる。 ・その結果、互いに言葉を交わすことにより独居高齢者対策や、子どもの連れ去りなど地域の防犯対策にも寄与することになる。 ・クラブの活動を理解して会場使用許可がスムーズになり、用具などの保管に協力的 <p>(子供への効果)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子ども達の生涯スポーツへのきっかけ作りとなる。 ・学校の体育授業にはないスポーツと関わることにより、運動に興味をもち、様々な楽しみを体験する。 ・専門家の指導による子どもプログラムは、本来持っている様々な運動機能を発揮できるようになり、運動に対する自信を植え付ける効果がある。 ・バランス、運動神経への刺激が体幹力を高め、良い姿勢ができる。 ・仲間との協力、協調性がでてくる。 ・地域の大人との触れ合いが、地域活動への参加に繋がる。 <p>(大人への効果)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「健康」の大切さを理解するようになること。 ・無理のない運動をすることにより、介護予防を図り、寝たきり老人を減らす。すなわち「健康寿命」を延ばす効果がある。 ・千代田団地は、四街道市の中でも高齢化率が高く、様々な運動をする機会を増やすことで、ロコモティブ症候群やメタボ予備軍を減らし、楽しい共通体験が心の健康と運動の継続性を促す効果がある。 ・参加者の増加 申請時の予定を上回る参加者の増加、定着が見られ全体で目標としていた参加者延べ人数800名を上回り、11月末で911名となり年度末には1000名を超える見通しである。