

NPO法人地域総合型 椎の美スポーツクラブ

—2014.10.31 in 豊島区立豊島体育館—



豊島区を活動拠点としている椎の美スポーツクラブでは、1～3歳児とその保護者を対象に、体操とダンスの教室を開いています。子育て世代支援事業として今年度から行っているもので、子どもだけでなく、保護者にも身体を動かしてもらうことも目的としています。

自身も2歳児の母親である有里真穂さんが、小さな子どもを持つお母さんの目線から企画、運営を担当。母親にも子どもにも嬉しい内容を提供しています。

日頃、子育てに追われて運動不足になりがちなお母さんが、子どもと一緒に体操やダンスをすることで、ストレスを発散しながら運動不足を解消。同じ子育て世代のお母さんたちとコミュニケーションを取ることもできる、社交の場にもなっています。また、トランポリンや平均台といった普段はなかなか使用しない器具を使って、子どもたちを安心、安全に遊ばせることができるのも魅力の一つです。

親と子が一緒に楽しむことができるこの教室。少子化が進む現在の日本において、こうした母親支援の活動は、今後さらに必要なものとなっていくことでしょう。



- ① 2～3歳児クラスの参加者の皆さん。ハロウィンにちなみ仮装して参加。
- ② 親子でトランポリン。体操を指導する宮本邦裕さんが、ビョンビョン跳ねて振動を与える。宮本さんは体操選手としてインターハイや国体に出場した経験を持ち、現在も全日本シニア社会人大会に出場している。
- ③ 平均台の上でバランスをとりながらお母さんとボール投げ。
- ④ 音楽に合わせて親子でダンス。ピンクのTシャツを着ているのが講師の岡田美香さん。子どもはもちろん、親も楽しく体を動かせる踊りが心がけているという。
- ⑤ 1～2歳児クラスの参加者の皆さん。「1歳から通える教室はめずらしいです」と話す保護者もいた。
- ⑥ 運動のあとは出席カードにシールを貼ってもらえる。子どもたちは喜んでいっせいに集まってくる。

NPO法人 地域総合型 椎の美スポーツクラブ

- 活動内容＝年4～5回のスポーツイベントの開催など
 - 活動場所＝豊島区立豊島体育館、東京都立豊島高等学校 他
 - 連絡先＝椎の美スポーツクラブ(とN協ネットワークオフィス内)
- [TEL]03-5951-1508,080-2597-4650(担当・有里)
[FAX]03-5951-1508



山縣てる子 理事長

豊島区体育協会事務局に36年間勤務し、そのうち同協会事務局長を25年間務めた。

少年野球やママさんバレーボールチームなどの代表も40年以上務める。2012年、日本体育協会公認スポーツ指導者等表彰受賞。2012年度ミズノスポーツメントール賞シルバー受賞。2013年、東京都知事表彰受賞。

椎の美スポーツクラブは1987年にスタートし、1999年度に日本体育協会より「地域総合型」モデル事業の指定を受けたスポーツクラブです。一般市民を対象に、イベント、大会、教室などを行っています。今年、NPO法人の認定を受けました。

取材してほしい 地域スポーツクラブ募集中!

「スマイルスポーツ」で取り上げてほしいという地域スポーツクラブを募集しています。詳しくは地域スポーツクラブ担当(03-5474-2148)まで。