



スポーツ × 地域 × 人

スポーツの秋です！最近身体、動かしていますか？9月・10月は「みえのスポーツ推進月間」です。競技スポーツやレクリエーションスポーツなどさまざまな種類がありますが、スポーツはただ競い合うだけでなくそれを通じて地域や人に働きかける力を持っています。身近なスポーツ関連団体の今まで知らなかった一面を見せていただきました。



少林寺拳法 三重津東道院

Q: 団体について教えてください

少林寺拳法は、武道のイメージが強いと思うのですが何より「人づくり」を目的としています。最初は会社の部活動でしたが、地元の大人の方々や青少年育成にも力を入れていきたい、地域に根ざした活動（町興し、地域ボランティア等）をしたいという思いが強くなり、町道場として三重津東道院を立ち上げ今年で26年になります。

Q: 現在の活動について教えてください

毎週水曜日・土曜日に修練を行っています。幅広い年齢層の拳士が参加して、いつも賑やかですよ。少林寺拳法は技術の修練だけでなく社会貢献にも積極的に取り組んでおり、三重津東道院では「少林寺勝手にボランティア隊」という組織に入り、被災地支援を積極的に行っています。また、「アフリカの田んぼ」ボランティアでマリ共和国への食糧支援や、津市のNPO法人町屋百人衆さんの海岸清掃にも毎回参加しています。

そして現在の活動の中で、特に力を入れているのが「絵本の読み聞かせ」です。私たちは「絵本プロジェクト」と呼んでいます。絵本の読み聞かせを通して子どもたちの感性が磨かれることはもちろん、大人も子どもたちから学ぶことがたくさんあります。道院の子どもたちに指導者が絵本を読み聞かせるのですが、絵本を読んでいる時は大人も子どもも少林寺拳法をしている時とは違った表情をしています。特に子どもの表情は素晴らしく、その時その時を全力で生きている子どもたちの姿から多くのことを学んでいます。絵本の読み聞かせを行うことで、大人は自分を省みる気づきのきっかけとなり、子どもたちは、読み聞かせを行う大人を見ることで情緒豊かで思いやりのある人間へと成長していけるようになればと考えています。

Q: 今後の活動について教えてください

三重津東道院では少林寺拳法の技術を修めるのは当然のことですが、「人づくりのための行である」という考え方のもと社会に役立つ人・自分の可能性を信じて積極的に動くことのできる人を育てていきたいと考えています。絵本プロジェクトもその一環として人が成長する気づきの一助になるよう、地域の方々へも広く展開していく取り組みとして積極的に実施していきます。



伊賀トレイルランナーズクラブ

Q: 団体について教えてください

トレイルランニングの普及を目的として活動しています。自分たちがトレイルランニングを始めた時に練習場所や道具など全て手探りの状態だった経験から、情報不足で始める事を躊躇している人たちが他にもいるのではないかと感じました。そんな人たちにトレイルや山の魅力を伝えて伊賀からトレイルランナーを盛り上げたいと考え、伊賀トレイルランナーズクラブを結成しました。

現在は事務局スタッフ8人が中心となって練習会やレース、イベントなどを企画しています。最新情報はSNSを中心に発信していますのでぜひご覧になってください。





Q: 現在の活動について教えてください

初心者から参加出来る練習会を毎月開催しており、毎回 20 ～ 30 人の参加者で賑やかに活動しています。実際に山に入って走ることによって春は花見、夏は水遊び、秋は紅葉、冬は雪遊びなど四季折々の自然と触れ合うことができますよ。また、山でのマナー、地図の読み方、ロープワークなども実践的に学びます。

その他にレースやイベントも企画しており、11月6日には伊賀の山を走る「忍者トレイルランニングレース」を、12月4日には伊賀市と協働で実施している「伊賀フォトロゲイニング」を開催予定です。伊賀は名古屋・大阪の中間地点でアクセスが良いので周辺地域のランナーを呼び込み、豊かな自然や温泉、伊賀の街並みなどを知ってもらうことで地域の活性化に繋がればと思っています。



Q: 今後の活動について教えてください

子どもからお年寄りまで楽しめる生涯スポーツとしてのトレイルランニングを普及していく活動を今まで以上に行っていきます。多くの人に季節に応じた山の楽しさを知ってもらい豊かな余暇を過ごしてもらいたいと思い、そのためには周辺環境の整備も重要だと考えています。まずは3歳くらいから参加出来るコースをつくり、家族みんなで参加出来るレースも実施していく予定です。

今後も地域との繋がりを大切にして、多くの人々が訪れる魅力的な場所「伊賀の山」のブランド力を上げていく原動力の一つとなるように活動を続けていきます。

一般社団法人 三重県レクリエーション協会



Q: 団体について教えてください

45の加盟団体と1200人の公認指導者で構成している団体です。レクリエーションの普及振興に努め、心身の発達と明るく豊かな社会づくりに寄与することを目的として活動しています。HPやFacebookで情報発信も行っているのぜひチェックしてみてください！

Q: 現在の活動について教えてください

「みえスポーツフェスティバル」をはじめとするイベントの実施やレクリエーションプログラムの構築、ニュースポーツ・ユニバーサルティスポーツの普及活動、レクリエーション指導者の養成、フォローアップ事業などを行っています。

例えば防災ウォークラリーは今年で3年目になりますが、地域を歩いてAEDの場所を確認したり煙ハウスを体験したりすることで楽しみながら防災意識を高めようという催しです。

このほかにも11月6日に鳥羽市で開催するウォークラリー大会では地域の再発見を、10月16日に伊賀市で実施するユニバーサルティスポーツ体験会では障がいのあるなしに関わらず同じスポーツと一緒に楽しむということを重要視するなど、社会的な課題にも向き合っさまざまなイベントを実施しています。



Q: 今後の活動について教えてください

私たちの活動が広く認知されるよう働きかけることの重要性を感じており、今後は活動の広報だけでなく人材育成も重要だと考えています。力強い仲間が増えれば活動の幅が広がるので、毎年の指導者育成事業とともに指導者の資質向上を目的としたフォローアップ・スキルアップ講習などにもこれまで以上に力を入れていきます。また、三重とこわか国体でデモンストレーションスポーツが実施されるので県民の皆さまにニュースポーツを身近に感じてもらうチャンスだと考えています。多くの方に参加してもらえるようにPRを行い普及に努めていきたいです。

