

拓く

健康づくりの
現場から 62



県内をめぐるキャラバン隊の様子(上)と、左からお話を伺った久保氏、田中氏、植野氏

陸上競技の特性を生かし、 地域のスポーツ振興と健康づくりに取り組む

株式会社新潟アルビレックスランニングクラブ

(株)新潟アルビレックスランニングクラブは、「共生型スポーツシステム」を取り入れた陸上競技のクラブを運営し、地域スポーツの振興からトップアスリートの育成、さらに陸上競技の特性を生かした健康増進事業等を新潟県内各地で展開。地域の生涯スポーツ・健康運動の普及に積極的に取り組んでいる。

「雇用の場をつくる」から始まった 総合型地域スポーツクラブ

株式会社新潟アルビレックスランニングクラブ(新潟市。以下、「アルビレックスRC」)は、平成17年に設立された。新潟県内には、アルビレックスというブランドを冠したさまざまな組織がある。サッカーをはじめ、男女バスケットボール、野球、ウインタースポーツ、チアリーディング、レーシングスポーツと兄弟チームがあり、それぞれは独自のクラブ運営会社を設立し運営している。

アルビレックスRCは、観戦者に感動を与えるスポーツ興行を軸にしているサッカーやバスケットボールのアルビレックスとは違い、陸上競技という種目の特性上、観戦して楽しむというよりも、子どもから高齢者まで、県民みずからが参加して楽しむという参加型の新しいスタイルを採用しているのが大きな特徴になっている。

アルビレックスRCで選手マネジメントなどを担当する事業管理部の久保健司氏は、設立の背景について、「地域に陸上競技に携わる雇用の場を創出したいという思いから始まった」と振り返る。

設立に尽力したのは、前社長で取締役会長の久橋誠五氏。新潟というローカルな地域では、学校卒業後に陸上競技に携わりたいと望んでも、実業団のチームはなく、教員になって、陸上競技部の顧問になるなどするか道はなかった。生活を安定させながら陸上競技に携われる職種は、非常に限られており、これは日本全体を見ても同じ状況だと思いい、一念発起したという。

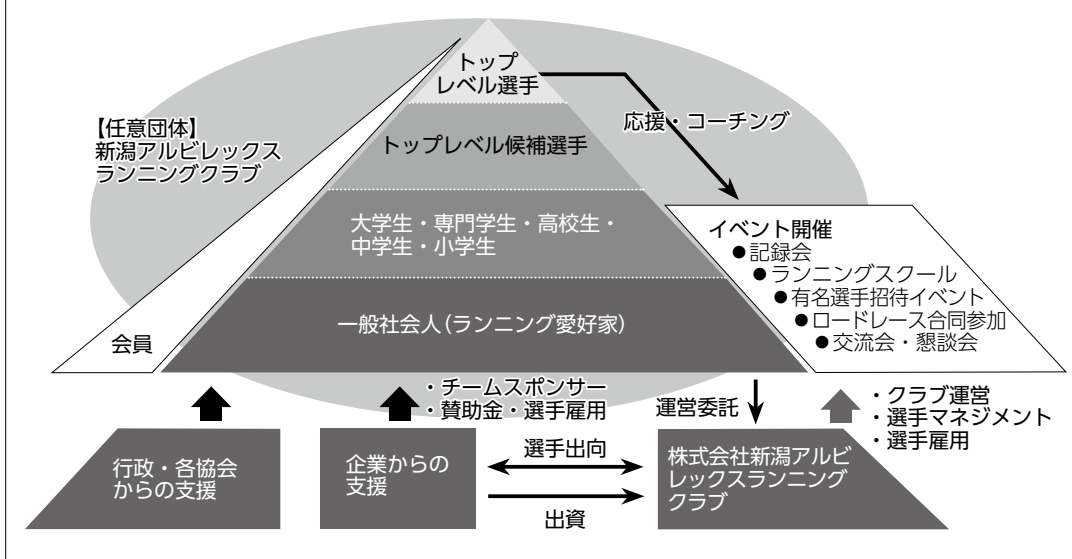
選手の育成を行う場合、当然財源

が必要になる。日本では実業団というシステムが担ってきたが、地方都市には大企業は少なく、不況や企業内でのスポーツの役割が終わり、企業スポーツの廃部があいついでいた。そこで久橋氏は、チーム運営、選手育成を継続的に行えるよう、一つの企業ではなく、複数の企業で支えてもらうという現実的かつ理想的なやり方を「選択・実践してきた」。

アルビレックスRCの主な活動・事業は、地域スポーツの普及、健康運動の普及、選手の発掘・育成と競技力向上への支援、スポーツイベントの企画・運営、選手マネジメントなどのプロ競技選手への支援などで、陸上競技のクラブ(後述)も運営している。活動の範囲は新潟県全域。運動施設は所有せず、地域のスポーツ団体や自治体、企業等と連携・協働してのまさに地域ぐるみの事業を展開している。

従業員数は、現在25名おり、健康運動指導士は2名。アスリート(実業団等の陸上選手)が14名おり、アルビレックスRCと契約し、競技担当として指導や選手のサポートにあたっていている。

図●アルビレックスRCにおける共生型スポーツシステムの概要



「共生型スポーツシステム」を取り入れたクラブ運営

アルビレックスRCは、設立と同時に社名と同じ陸上競技のクラブを

組織し、クラブからその運営を受託するという形をとっている。

クラブは、陸上競技のクラブでは日本で初めてといわれる「共生型スポーツシステム」を取り入れているのが特徴(図参照)。トップアスリートもクラブ会員であり、選手としてマネジメント等の支援を受けると同時に、事業の応援・コーチングを行う。アスリートも交えて、地域の人々が「するスポーツ」を通じて健康と交流を深められる共生型の環境を実現した。

普及部の部長でスクール事業を統括する田中義雄氏は、「トップクラスのアスリートと触れ合い、その実演を見ながら直接指導を受けられることは、ジュニアだけでなく、陸上部顧問の先生方にもよい刺激になっているようだ」と話す。

約150社の地元企業が地域貢献の一環として、クラブの賛助会員になってクラブを支えている。毎年開催するイベント「親子ふれあいマラソン大会」や「菜の花

SAKURAマラソン&ウォーク」「健康いきいきキャラバン隊」など、企業名を冠につけた事業も多い。

小・中学生や中高年を対象にスクール事業を県内展開

平成18年度から取り組んでいるのがスクール事業である。現在、小・中学生が対象の通年型「ジュニア陸上スクール」と、16歳以上が対象の「ランニングスクール」がある。

ジュニア陸上スクールは、地元のスポーツ団体等の理解と協力を得て実施しており、アルビレックスRC



運動の基本から競技力の高い指導までを受けられるジュニア陸上スクール

から社員等が出向いて指導にあたる。開催地の総合型地域スポーツクラブの一プログラムとして実施したスクールもある。現在、新潟市、村上市、小千谷市、三条市、見附市、胎内市で開設しており、7スクール17クラス、小・中学生約300名が在籍している。

ジュニア陸上スクールには、小学1～3年生対象の「エンジョイ」、小学4～6年生対象の「チャレンジ」、中学1～3年生対象の「ジュニアアスリート」の3つのクラスがある。各クラスは、定員20～30名、週1～2回の開催で、1回2時間。エンジョイは、運動の基本やさまざまな動きを楽しみながら体験し、スポーツの基礎体力を養うのがねらい。チャレンジでは、運動の基本を重視し、陸上競技の基礎を習得。大会へも参加し、記録に挑戦する。ジュニアアスリートは、全国大会での活躍を目標とし、競技性を高めたクラスである。エンジョイの95%はチャレンジに移行している。「スポーツの上達には、楽しむことが大切。楽しさが苦手なことを乗り越える力をはぐくみ、スポーツで発揮される能力アツ

プにつながる」と田中氏は話す。日本体育協会ジュニアスポーツ指導員の資格を持ち、月延べ1000人を指導するという健康運動指導士・植野翼氏も「身体を動かす楽しさを重視して指導する」と話す。参加者はクラブ年会費と受講料(月額1575〜5250円)を負担する。

ランニングスクールは、ランニング愛好者の競技力アップおよびランニングスキルの提供、健康づくりの一環としてのランニングの普及などが目的。現在、週1回・通年型スクール(定員30名)を新潟市内で開設しているほか、短期スポット型として定員30名・5回シリーズで春・秋の年2回、新潟市や新発田市、三条市など2〜3会場で実施している。

通年型は、40〜60歳代の参加者が多く男女半々。初心者から上級者まで各レベルに応じたプログラムを提供している。他方、スポット型は、仕事の帰りに参加するなど40歳代の男性が多く、初心者が多いことから仲間づくり、スポーツコミュニティづくりを重視しているという。クラブスポンサー企業の協力を得て、体を動かす機会の提供だけで

はなく、栄養講座など、生活習慣改善に関するプログラムも組み込んでいる。

「健康いきいきキャラバン隊」で健康づくりを啓発普及

ランニングやウォーキングといった、だれでも気軽にできる陸上競技の特性を生かし、健康づくりの普及にも積極的に取り組んできた。協賛企業をはじめとする企業の社員向け運動指導や健康講演会・セミナー、自治体の健康づくり事業におけるウォーキング指導等だ。単発型の受託事業がほとんどで、近年は事業件数は増えている。毎年継続するところもあり、参加者から「去年はウォーキングフォーラムの授業が印象に残っている」などと声をかけられるという。植野氏はほとんどの企画に携わり、資料づくりから指導まで行う。

植野氏が担当して毎年実施しているイベントに「健康いきいきキャラバン隊」がある。中高年を対象に、地域の健康づくりを支援するもので、平成24年度は、「若返り健康運動&いきいきウォーキング」のテーマで、上越市、新発田市、三条市、新潟市の4

会場で開催した。各会場の定員は30名で、参加費は500円。内容は、簡単な筋トレやストレッチ、ボールを使った運動、心身をとりにリフレッシュするレクリエーション的な運動、健康講座約20分と約3kmのウォーキングを含む約90分である。植野氏は「恒例のイベントとして定着しつつある。今後はさらに参加者サービスや指導内容の充実、地元企業・団体との協働などを進め、魅力あるプログラムをもっと提供し、運動習慣の普及をめざしたい」と考えている。

健康運動指導士は「現場で学ぶ」が大切

植野氏は、「アルビレックス」を冠するチームの支援を行う、新潟総合学院グループの一つ、総合スポーツ専門学校「アプルスポートカレッジ」スポーツビジネス科を卒業。アルビレックスRCの社員になったのは平成22年だが、専門学校には、在学中に実際の企業や現場でプロのスタッフと一緒に働き、仕事に携わる「現場実習」のインターンシップ制度があり、18年度のジュニア陸上スクールの立ち上げ時からかかわっている。健康



笑顔がこぼれるキャラバン隊でのウォーキング指導

運動指導士の資格は21年に取得。健康運動指導士への指導という依頼もあるという。

植野氏は、「中高年を対象に健康運動を指導するようになって視野が広がった。勉強し、より専門的で確かな情報を伝えるように心がけている」と振り返る。久保氏は、「健康運動指導士をめざす人は、現場に出てみるのが大事。学ぶべきこと、勉強すべきことが具体的に見えてくる」と話す。今後の取り組みについては、「さらなる地域貢献・地域の健康づくりのため、健康・スポーツのイベントや企画を充実させたい」と考えている。