

コンサルティング業務と運動指導で 地域の運動環境の底上げをめざす



子どもの好奇心を刺激する指導を心がけている

水藤氏▶



株式会社スポーツ・ザ・ディア専務取締役
健康運動指導士 ^{すいとう ひでし} 水藤 英司 氏

名古屋市に拠点を置く(株)スポーツ・ザ・ディアは、フィットネスクラブやスイミングクラブの企画・運営、子どもを対象にした独自の運動プログラムの開発を主事業としている。専務取締役を務める水藤英司氏は、コンサルティング事業と運動指導を通して、地域の人々が楽しく運動を続けられる環境づくりに取り組んでいる。

クラブの運営を考え アイデアを次々に企画

子どものころからサッカーをやっていた水藤氏は、高校時代にスポーツクラブでアルバイトをしたことでもった。「好きなスポーツにかかわりながら、お客さんに喜んでもらえるすばらしい仕事だ」と感じ、社会体育専門学校に進学し、卒業後の平成12年4月に愛知県半田市のスポーツクラブに就職した。

小規模なスポーツクラブだったことが幸いして、新卒で企画の仕事に任された水藤氏は、パーソナル・ダイエット・ボディメイキングのプログラムを開発し、年間100名以上のパーソナルトレーニングを実施した。また、水中ウォーキングの参加者に腰や膝の痛みを悩む人が多いことを知ると、専門学校同期の柔道整復師の協力を得て「腰・膝の機能改善プログラム」を作成した。

こうして、新規プログラムの企画アイデアを次々に出すことで、新たな会員を250名も増やすことに成功した水藤氏は、運動指導の経験を

重ね、施設全体の運営についても学んでいく。

トレーナーから コンサルティング業務へ

水藤氏のキャリアの転機となったのは、(株)スポーツ・ザ・ディア(以下「ディア」)への入社だった。同社は健康運動指導士の小林通氏が平成13年に興じた会社で、スポーツクラブやスイミングスクールのコンサルティング業務、運営委託業務、子どもを対象にした魅力ある運動プログラムの開発などを行っている。

16年に株式会社組織変更するのに伴い、右腕となってくれる人材を探していた小林氏は、かつて視察に行ったスポーツクラブで見かけた水藤氏の誠実な接客態度を思い出し、自社への協力を依頼した。水藤氏は「突然の連絡に驚いた」と言うが、地域全体のスポーツ施設を活性化し、人材育成のノウハウも得られるコンサルティング業務に魅力を感じ、同年12月に同社の取締役に就任した。

入社後、小林氏を通してコンサルティングのノウハウを学ぶとともに、日本コンサルティング協会の公認

コンサルタントの資格を取得した。また、名古屋市の公共施設の運営にかかわる仕事を受注したいと考え、平成21年には行政からの信頼が厚いと言われていた健康運動指導士の資格を取得した。

経営者と運動指導者 双方に寄り添う提案を

ディアのコンサルティング業務では、依頼を受けたスポーツクラブやスイミングスクールの関係者と会議を重ね、その施設独自の強みを見つけ、ほかの施設との差別化を強固にすることを戦略としている。施設の売りを見つけ、改善策を提案するのは水藤氏の得意とするところだが、入社当時26歳だった水藤氏が経営層にそうした提案をしても素直に受け入れられないことも少なくなかった。

そこで、現場で運動指導をしてきたトレーナーとしての経験と、これまでスポーツクラブの運営を見てきた視点を生かし、現場の運動指導者と経営者の双方の気持ちに寄り添う改善策を提案するように心がけて、業績改善、会員数増加の実績をつくっていった。現在までに現場

での指導経験も20年近くになり、提案の引き出しも増えた。コンサル後は、施設の運営業務も請け負うことが多く、自社の経営にも長年携わってきたため、経営者としての視点も磨かれ、現在は顧客からの信頼が厚いコンサルタントとして活躍している。

子どもを対象にした プログラムの開発に注力

ディアは、子どもを対象にした魅力的なプログラムの開発にも力を入れている。同社の顧客にはスイミングスクールが多いが、子ども向けのプログラムでも、泳ぎ方を教える「泳法指導」を主にしたところが多く、会員の心をつかみきれない部分があった。そこでディアでは、子どもたちのワクワク感や知的好奇心を刺激するとともに、子どもが自分で考えて行動する能力を伸ばすプログラムを開発して、各スクールに実施を提案している。

たとえば、乳幼児と保護者のプログラム「カンガルークラ



子ども向けの「アスレチックスクール」の様子

ブ」では、プールでの親子プログラム、スタジオでのリズムプログラムおよび保護者のリフレエクササイズを組み合わせた五感を刺激するプログラムを用意している。幼児から学童以上を対象にした「4シーズンプログラム」では、1年を4シーズンに分けてスキndaイビング、水中ボールゲーム、競泳、ライフセービングなど、スタイルの違う運動体験ができるように工夫している。

ジュニア体操教室では 成功体験を重視

近年は、子どもの運動の苦手をなくしたいと考える保護者が多い。そこで水藤氏は、子ども向けの「アスレチックスクール」の運動プログラムを開発した。これは、従来の子ども向けの体操教室で指導していたマット、跳び箱、鉄棒、ボール運動、縄跳びなどを使ったSAQトレーニングを取り入れて、運動能力を養うプログラムだ。SAQとは、スピード＝Speed、アジリティ＝Agility、クイックネス＝Quicknessの頭文字を取った名称で、すばやい動きを身につけるトレーニング方法だ。プログラムの最も大きなねらいは、子どもが運動を好きになることで、そのために「できた！」という成功体験が味わえるように工夫している。

表は、「アスレチックスクール」のプログラム例だ。幼児を対象にした週1回50分のプログラムで、毎回マット、跳び箱、鉄棒の3種目のうち2種目を順繰りに実施することで、飽きずにさまざまな運動能力を磨くことができる。また、子どもたちのや

表●「アスレチックスクール」のプログラム例

| 時間 | 内容・種目 | ねらい |
|----|------------------------------|---|
| 10 | あいさつ (点呼) | 本日の主運動の目標を伝達 |
| | 準備体操 ストレッチなど | |
| | 前後、左右の開脚 前屈、後屈 手首ストレッチ | 全身の可動域を向上させる |
| | 跳び箱・鉄棒予備動作 | 助走⇒両足踏み切りで障害物を飛び越える (ロイター板あり、なし) 床 両手⇒両足 (開脚、閉脚) で進む |
| | ライン、マーカー ドリル | コーディネーション能力 |
| | マット運動 | 体幹トレ、腕支持動作、回転動作 |
| | でんぐり返し、ロケット 立ち幅跳び、動物歩き など | 1人、子どもどうしで実施可能な運動 |
| 35 | 進級基準の種目練習 | |
| | 跳び箱①縦 ※10周以上 | 3段、4段 できる場合は5段に挑戦 馬乗り⇒飛び乗り⇒開脚とび⇒台上前転 |
| | 跳び箱②横 ※10周以上 | 3段 横飛び越し⇒開脚とび 跳び箱は縦と横に並べて配置してスムーズな流れをつくる |
| | 鉄棒① | 前回り 逆上がり |
| | 鉄棒② | 逆上がり (補助) 支持スイング |
| | その他 補助種目 | さまざまな刺激を入れる 飽きさせない ラダー、ハードル、体幹トレ動作など |
| 5 | あいさつ・終了 | 振り返り (できたことを伝える) |

る気が出るように、毎回プチテストで評価して進級するしくみを入れており、子どもが自身の上達を実感できるようにしている。

子どもたちからは「逆上がりができるようになって、すごいって言われた(5歳男子)」「スポーツは苦手だったけれど、少しずつできることが増

えた(6歳女子)」「サッカーの動きがよくなり、スピードが上がった(10歳男子)」などの声が上がリ、運動能力向上の様子がうかがえる。

保護者からは「やる気を引き出してくれるコーチの声かけのおかげで積極的になった」「運動を楽しそうにやっているので参加させてよかった」などの評価が上がっている。

水藤氏は、「子ども時代に運動の楽しみを知ることが生涯の健康に役立つ」と話し、こうした運動教室の数を増やしたいと考えている。

地域の運動環境を整え生涯スポーツに貢献

ディアはコンサル事業を通して、地域のフィットネス業界全体の底上げを図ってきた。その背景には、地域の人々が気軽に運動できる環境を整え、生涯スポーツを根づかせて、地域の健康づくりに貢献したいという思いがある。

こうした思いを実現するため、最近ではサッカーのJリーグ、バスケットのBリーグなどの地域のプロスポーツチームと連携している、総合型地域スポーツクラブのサポートも行っている。

また、学生スポーツチームの活動を支援したいと考えた水藤氏は、平成24年に一般社団法人日本スポーツ支援機構を立ち上げて代表理事に就任。ディアの仕事と両立を図っている。

Jリーグチーム育成とスポーツ文化醸成が目標

「健康運動指導士は健康づくりと運動指導のプロとして信頼されている」と話す水藤氏は、その信頼に応える大きな責任を感じ、今後も、しっかりと健康づくりの成果の出る運動プログラムを提供していきたいと考えている。

そして、サッカーを愛する水藤氏の夢が、愛知県に2つ目のJリーグチームをつくることだ。水藤氏が発足に尽力し、現在、東海社会人サッカーリーグに所属する「ワイヴァン」は、子どもから学生までのサッカー育成組織をもち、地域のサポーターに支えられている。水藤氏は、ワイヴァンのJリーグ参入をサポートし、地域にスポーツ文化を根づかせることで、生涯スポーツに貢献することを長期的な目標としている。