

2025年9月14日

『みんなのスポーツ』8月・9月合併号(No.516)から学ぶ

林 但

平素より協議会の活動にご理解をいただきありがとうございます。

表記、公益社団法人 全国スポーツ推進委員連合機関誌の合併月号は「**高齢化社会を支援するスポーツ推進委員**」の特集号です。

私の視点で気づいたこと・感じた事、参考になる点を2点記載します。



- (1) 特集「**高齢化社会を支援する・スポーツ推進委員**」が印象に残ります。横須賀市は急激に人口減少、65歳以上の高齢者が R7 年 4 月現在 32.85%と国の予測を 20 年近く先取りしている状況です。昨年来受講している研修会や講習会でよく耳にする、諸問題を解決する手段のひとつが「スポーツ」です。スポーツには健康維持・体力向上に加え、仲間との交流。ストレス解消、さらに精神的な充実感など多くの効果が期待できます。また、競技に挑戦したい人、楽しく身体を動かしたい人、観戦を楽しみにしている人など多様なかかわり方が可能なことです。

最近感じたことのひとつとして、協議会が推進している「ピククルボール」にて以下のようなことがありました。学校開放利用団体(ピククルボールを楽しむ会)はラリーを続けながら障害ある方も健常者も一緒(壁はない)に笑顔で行う。この会の中には技術習得のため他に横須賀ピククルボールの会に入っている方もある。また、自宅近くの 80 歳代高齢の方は国体のテニス大会に出たことがあり、若者と一緒に他の楽しむ会に参加されている。また、別な学区ではいいパドル(ラケット)を持っていますねと声を掛けたら、用具も比較的安価で学区として積極的に取り組んでいるとの話。いろいろな取り組み方があるなど感じています。

私は朝のラジオ体操に始まり、地域のいろいろな場に顔を出しコミュニケーションを図っています。相談にのっていただく、困っている時は協力いただける方が少しずつではありますが増えてきておりこれからも地道に行動していきます。

- (2) **キャリアの処方箋** 人との「ちょうどいい距離感」がわかると、活動もコミュニケーションも上手くいく記事。人とのかかわり方の中で「この人にはこの案件どうお願いすればいいのだろうか」と感じる場合があります。「人とのちょうどいい距離感」をテーマに、多様な方とのかかわり方について紹介がありました。

多様な背景を持つ方、自分の「関わりぐせ」、うまくいかなかった方との関係の 3 つの視点から紹介があり、人と人の距離感は見えないからむづかしい。しかし、「ちょうどいい距離感」は、特別な才能や技術がなくても、少しずつ身につけられる。私たちは地域のみなさんと関わる中で、相手への思いやりを持ちながら自分の関わり方を振り返ってみることが大事のように感じました。

今月号で2つの事に記載致しました、知っていることが多いと思う方もあるかもしれませんが、気づいたことでできることから始めて(行動)みませんか？

* **本冊子は有益で私たちの活動のヒントや答えがある**ように私は思います。年間購読されなかった方は、個別にも購入はできますので一度読んでみてください。**問題意識や感度を高めていく**と紹介されている事例が使える場合と横須賀ではこのままでは使えないがこうすればできる。こんな方法もあるなど20年近く購読していて思います。特にここ1、2年で**冊子内容が読者参加型の編集**になりました。活動はみんなでは是非一緒に取り組んでいきましょう！

以上