

助成事業細目	スポーツ活動推進事業	
事業名	多世代市民参加型ランニング教室の開催事業	
実施した事業の内容 (種目・期間・場所・対象者・実施方法等)	<p>[実施事業の内容]</p> <p>平成23年5月6日から平成24年2月28日まで地域住民を対象にランニング教室を開催した。活動は午前の部と午後の部に分けて実施した。午前の部は奈良教育大学において月曜日・火曜日・木曜日・金曜日の週4回(年間149回)活動を行った。午前の部の参加対象者は18歳以上とし、健康作りコースとジョギングコースを設定した。午後の部は奈良市鴻ノ池運動公園において月曜日・火曜日・木曜日・金曜日の週4回(年間155回)活動を行った。午後の部の参加対象者は小学1年生以上とし、健康作りコース、ジョギングコース、マラソコース、ダッシュコース、ジュニアコースを設定して活動を実施した。※活動日における参加者数は別紙の「事業経過報告」にて詳細を記載している。</p> <p>事業の第三者への委任(委託等)の有無 <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無</p>	
実施した事業の成果	<p>当事業を実施する目的は、ランニング教室を定期的に実施することにより、地域住民の体力を向上させることであった。また、小学生から中高年までが、同時に活動を行うことにより、幅広い年齢層においてコミュニケーションを図ることも狙いであった。2011年の5月(初回は5月6日)から活動を始め、2012年の2月末(最終は2月28日)までの間に、37名の登録(途中休会・退会者も含む)があり、9歳以下(3名)、10代(4名)、20代(3名)、30代(4名)、40代(8名)、50代(5名)、60代(6名)、70代(4名)の各世代が在籍した。その内、2組が夫婦、5組が親子での登録であった。37名あった登録者の内、26名が何らかのマラソン大会へ参加することができた。当教室へ参加するまで、ほとんどランニングの経験がなかった60代の参加者も約6ヶ月のトレーニングを経て、5kmのマラソン大会を完走することができた。フルマラソンに挑戦した参加者もあり、全員(3名)が無事に完走することができた。全参加者が共通して、教室へ参加し始めてから数ヶ月経てば、ランニングの距離を増やすことができ、順調な体力の向上があったと考えられる。また、教室の参加者で、多世代混合のチームを組んで駅伝を実施したり、マラソン大会参加後に食事会を行うなど、会員相互及びスタッフとの親睦を深めるための行事を行えたことも成果であった。</p>	
実施した事業に対する評価	<p>今回実施したランニング教室は、「多世代市民参加型」と称して、平日の午前と午後それぞれ週4日間活動を行った。参加者は午前・午後ともすべての活動に参加すれば、1週間に8回活動に参加することができるという、活動回数が多い教室であったと考えられる。午前の活動では、比較的昼間に時間を作りやすい専業主婦や高齢者をターゲットにし、午後は20歳代～50歳代までをターゲットに、仕事を持っている人でも、家族で参加できるように時間設定を行って実施した。その結果、午前の活動では参加者の内、約8割が女性で、60歳以上の人は半数に及んだ。午後は大人の参加者の内、7割以上が何らかの仕事を持っており、仕事後に親子や夫婦で参加する家族もあった。9歳以下から70歳以上までの各世代の登録者があった結果から、多世代市民参加型と称するに相応の活動が行えたのではなかろうか。また、10ヶ月間の教室開催期間中、活動中には大きなケガや事故等が発生せず、安全に活動を行うことができた。ただ、他の活動をしているときに下腿部の肉離れを起こした参加者1名あった。当教室の活動中に起こったケガではないため、直接の因果関係は明らかではないが、週に3～4回、当教室に参加している参加者であったので、疲労の蓄積があったのではないかと推測も立った。参加者の疲労具合を把握し、疲労を溜めないように指導内容を考えることができれば、未然に防げたケガであったかもしれないため、指導者側としては悔いの残る1件となった。</p> <p>また、当教室を参加者からも評価してもらうため、参加者に任意で無記名のアンケートを取ったところ、21名から回答を得ることができた。「活動内容について」、「活動時間について」、「スタッフの指導について」の3項目を設問し、それぞれ「とても満足している」、「満足している」、「どちらともいえない」、「あまり満足していない」、「全く満足していない」の5段階で評価してもらった。その結果、「活動内容について」では、9名が「とても満足している」、12名が「満足している」と答え、21名全員が「満足している」以上の回答となった。「活動時間について」では、10名が「とても満足している」、11名が「満足している」と答え、21名全員が「満足している」以上の回答となった。「スタッフの指導について」では、11名が「とても満足している」、10名が「満足している」と答え、21名全員が「満足している」以上の回答となった。以上のことから、参加者側からも一定以上の評価を得ることができ、当事業が適切に実施されたと考えられる。ただし、会費収入で予定していた額よりも下回ったため、マネジメントの部分で改善の余地があると言える。会員を集めるための広報や、途中休会・退会者を最小限に留める施策などに課題が残る結果となった。その他においては、概ね計画通りに事業を終えることができ、事業の目的を達成できた考える。</p>	
ロゴマーク等の表示方法	<input checked="" type="checkbox"/> ホームページ上の表示 <input checked="" type="checkbox"/> 活動場所での掲示(看板等による) <input checked="" type="checkbox"/> 印刷物への表示 <input checked="" type="checkbox"/> 取得物品への表示 <input type="checkbox"/> その他 ( )	
事業の実施状況及び実施結果並びに助成金の使途に関する情報の公開方法	インターネット上に掲載 ( <a href="http://nara-spo.net/running/">http://nara-spo.net/running/</a> )	
備考		