

実績報告書

<p>助成事業細目</p>	<p>スポーツ活動推進事業</p> <p>スポーツ教室、スポーツ大会等の開催</p>
<p>事業名</p>	<p>多世代市民参加型ランニング教室の開催事業</p>
<p>実施した事業の内容 (種目・期間・場所・対象者・実施方法等)</p>	<p>〔実施事業の内容〕</p> <p>平成24年4月2日から平成25年3月29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188回)活動を行った。参加対象者は小学1年生以上とし、ストレッチやウォーキングなどの軽運動に取り組む「健康作りコース」、グループでジョギングを楽しむ「ジョギングコース」、大会出場や記録向上を目指す「マラソンコース」、陸上競技やボール運動など、総合的な運動能力向上を目指す「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「参加状況報告」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>
<p>実施した事業の成果</p>	<p>当事業を実施する目的は、ランニング教室を定期的により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。2012年の4月(初回は4月2日)から活動を始め、2013年の3月末(最終は3月29日)までの間に、42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(2名)、20代(7名)、30代(4名)、40代(15名)、50代(7名)、60代(4名)の各世代が在籍した。その内、1組が夫婦、2組が親子、1組が3世代(6名)での家族登録であった。20歳以上の参加者の内、8割以上(37名中30名)が何らかのマラソン大会へ出場することができた。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参加者もトレーニングを経て、5kmや10km、ハーフマラソンを完走することができた。初のフルマラソンに挑戦した参加者(7名)もあり、奈良マラソンをはじめ、7大会に延べ22名が出場(うち完走21名)することができた。このことから、全参加者に教室で適切なトレーニングを積むことによる走行距離の増加、記録の向上などが見られ、順調な体力の向上があったと考えられる。中には、国内トップクラスの大阪国際女子マラソンや名古屋ウィメンズマラソンに出場・活躍する参加者もあった。また、教室の参加者で、多世代混合チームでのミニ駅伝大会や活動後の花見、マラソン大会参加後の食事会など、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や、近隣福祉施設で催された障害者とのふれあいマラソン大会に参加し、ランニングを通じた地域との交流ができたことも成果であった。</p>
<p>実施した事業に対する評価</p>	<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、20歳代～50歳代を中心に、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平日の午後に週4日間活動を実施した。その結果、学生を除く成人参加者の内、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60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、マラソン大会に出場した参加者のほとんどが、各大会でそれぞれの目標(完走、自己記録の更新など)を達成することができた。このことから、当教室で行っているトレーニングや指導が参加者にとって一定以上の成果をもたらしていることが考えられる。また、当教室を参加者からも評価してもらったため、参加者に任意で無記名のアンケートを取ったところ18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」、9名が「満足している」と答え、18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、6名が「とても満足している」、12名が「満足している」と答え、18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、10名が「とても満足している」、8名が「満足している」と答え、18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、参加者側からも高い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。収支に関しては、予定していた会費収入を上回ることができた。これは、途中休会・退会者を最小限に留められるように、会員とのコミュニケーションを積極的に図り、個々の体調に合わせてトレーニング内容を提示するなどして、会員の満足度上げられるように対策を取った成果が出たと考えられる。会員の満足度は上記のアンケート結果においても明らかとなっている。以上のことから、当事業の目的を達成できたと考える。</p>
<p>ロゴマーク等の表示方法</p>	<p><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)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 印刷物への表示 <input checked="" type="checkbox"/> 取得物品への表示</p> <p><input type="checkbox"/> その他 ()</p>
<p>事業の実施状況及び実施結果並びに助成金の用途に関する情報の公開方法</p>	<p>インターネット上に掲載 (http://nara-spo.net/running/)</p>
<p>備考</p>	