

# LIFE LONG SPORTS

大阪府スポーツ・青少年課 生涯スポーツ振興室 平成12年3月発行  
〒540-8570 大阪市中央区大手前2丁目 / TEL 06(6941)

みんなで一緒に！

## Contents

- 総合型地域スポーツクラブ
- 地域生涯スポーツ推進協議会（中河内）
- ねんりんピック
- 大阪オリンピック招致活動の歩み
- 喫煙とスポーツ
- モッピークラブの活動

生涯

## スポーツ仲間を増やそう

原田宗彦（大阪体育大学教授）

生涯スポーツは、誰でも参加できる敷居の低い余暇活動であるが、同時に奥が深く、多様な楽しみ方が可能である。敷居が低いということは、気軽に参加することができるということで、体力や技術レベルに関係なくスポーツ大好き人間に変身できる。また奥が深いということは、初心者から経験者、そしてベテランへと移行するにつれ、技術を高め、戦術を駆使し、ゲーム・コントロールを学ぶという具合に、階段を登っていく楽しさを味わえるということである。

スポーツ参加に関する調査によれば、スポーツに全く参加しないという人が全体の3割程度存在する。これは音楽や芸術に関心のない人がいるのと同じで、スポーツをすることに興味がないが、スポーツをすることが生理的に合わない人である。これに対して、スポーツを週に1回以上する「定期的スポーツ参加者」の割合も全体の3割を占める。そして残りの6割は、年に1回以上スポーツに参加するものの、毎週定期的に参加する訳ではない「潜在的なスポーツ参加者」である。

では6割もいる潜在的なスポーツ参加者を定期的なスポーツ参加者に変身させるにはどうすればよいのだろうか。ひとつは、施設、指導者、プログラムを増やし、より多くのスポーツ参加機会を提供することによって、生涯スポーツの間口を広げる方法である。これには多額の費用と多大なる労力が必要になるが、たとえば学校施設の有効利用、総合型地域スポーツクラブに

よる新しいスポーツ機会の提供など、既存の施設に新しいシステムを活用することで道が開けるだろう。もうひとつは、スポーツの解釈を広げ、犬の散歩やガーデニングまでも身体レクリエーション（Physical Recreation）として生涯スポーツの中に取り込んでいく大胆な発想の転換である。生涯スポーツ社会を「アクティブな生活が楽しめる社会」と再定義することによって、種目にこだわらない生涯スポーツ社会づくりが一歩前進する。

体を動かすのは爽快で楽しい。  
“みんなで一緒にやっている”という気持ちで自然に体を動かしてくれます。

Vol.2

