

# スポーツを楽しむために

スポーツ班 井嶋天海・斎藤圭佑・宗澤翔・豊岡翔樹・井上沙知・葦名怜菜

## 1.はじめに

2019年12月頃からコロナウイルスが蔓延し、現在まで猛威を振るっています。このコロナウイルスは様々な方面に影響を与え、学校生活も大きく変わりました。部活動や放課後の活動も制限され、スポーツを楽しむ場面が減少したことが印象に残っています。

そこで、私たちはコロナ禍でもスポーツを楽しむ場面を増やしたいと思いました。また、コロナ禍で在宅時間が増え、地域住民も運動不足になっているのではないかと考えました。こうして、スポーツ班はスポーツを通して地域住民の交流を深め、地域の人々の運動不足を解消することを目的としました。

## 2.研究方法（研究項目）

私たちが設定した目標を達成するには、2つの課題があります。まず1つ目は、コロナ禍でスポーツを楽しむにはどうしたらよいかという課題です。スポーツと聞くと体がぶつかるような激しい接触が多いイメージですが、コロナ対策という観点から、マスクを外したり直接接触したりするスポーツの実施は難しいと考えました。

2つ目は、スポーツを通して地域住民の交流を深めるにはどうしたらよいかという課題です。高校生の年齢ではサッカーやバスケットボールなど運動量の多いスポーツが好まれますが、小さい子どもや高齢者にとっては少し激しいです。そのため、幅広い年齢層で楽しむことができるスポーツを考えることにしました。

以上の2点を踏まえ、私たちが考えた研究方法は生涯スポーツです。生涯スポーツであれば激しい接触が少ないため、小さい子どもから高齢者まで幅広い年代に楽しんでもらえます。また、高校生にとっても生涯スポーツを実施する経験が少ないため、普段とは違う新しいスポーツとして楽しむことができます。さらに、ボールを転がして得点を数えるなど道具を使用した種目が多いため、その道具を消毒して使用することでコロナ対策についても万全を期すことができると考えました。

## 3.調査結果（活動結果）

まず初めに、私たちは7月に標茶町内を歩き回りクイズに答えるという標ウォークの開催を考えました。そのため、5月にはコースごとの距離や時間を計測して右図のような地図を作成し、クイズの内容などを考えました。また、6月には町内への周知としてポスターを配りに行き、参加者を募りました。

しかし、この標ウォークの参加申し込みは中学生と高校生のみとなってしまい、幅広い年代での交流という目的は達成できませんでした。内容としては町内を散歩するというものですが、天候にも恵まれ暑い中で気持ち良く運動をすることができ、参加者の満足度も高かったです。こうして、この標ウォークでは生涯スポーツの楽しさや、マスクをしたまま



図：標ウォークで使用した地図

でもスポーツを楽しむことができるという結果を得ることができました。

また、8月に本校を志望する中学生に対して体験入学を開く機会がありました。ここでは中学生が実際に私たちの活動を体験することができ、スポーツ班は生涯スポーツであるペタンクとゴールボールを実施しました。ペタンクとは円の中心を狙ってボールを転がすカーリングのようなスポーツで、ゴールボールとは目隠しをした状態で聴覚のみを頼りに相手陣地にボールを投げるスポーツです。どちらの競技も中学生や高校生には経験する機会が少なく、楽しんでもらえる自信がありました。また、激しい運動を要するスポーツでないため、マスクや消毒を徹底することでコロナ対策もすることができました。こうして、体験入学においても多くの中学生にスポーツを楽しんでもらうことができました。

こうした活動を通して、私たちはコロナ禍でもスポーツを楽しむことができるという結果を得ることができました。しかし、地域住民の交流を通して運動不足を解消するという目的はいまだに達成できていませんでした。そこで、11月に町内の施設を借りてスポーツ大会を開くことを考えました。今までの活動からコロナ禍でもスポーツを楽しむことができると立証できたため、このスポーツ大会では地域住民の交流を深めることを目標としました。そのため、今までのような周知の仕方では学生しか集まらないことから、標茶町の「スポーツ推進の会」と協力して町内に周知することにしました。しかし、このスポーツ大会においても参加者を募ることができず、中止という結果になってしまいました。

#### 4.考察

私たちは1年間の活動を通して、コロナ禍においてもスポーツを楽しむことができるという結果を得ることができました。しかし、この結果は学生に限られたものであり、小学生や高齢者に対しては調査を行うことができませんでした。地域住民の方に参加していただけなかった要因は、周知力の弱さだと考えます。私たちが行った周知方法は、商業施設や各スポーツ協会の代表にポスターを配布するというものでした。しかし、これではポスターを見た人しか情報を得られず、また、参加する欲をかき立てることが難しいです。そのため、しっかりとした計画や準備のもと、町内の広報に要項を配布することで幅広い年齢層の参加者を募ることができたのではないかと考えています。

さらに、私たちが設定した「運動不足」という課題ですが、本当にコロナ禍において高齢者が運動不足になったのかという調査が不足しており、特にこの目標が達成できませんでした。

#### 5.まとめ

私たちが行ってきた標ウォークやスポーツ大会を通して、コロナ禍でもスポーツを楽しむことができるという結果を得ることができました。生涯スポーツでは激しさが少ないため、学生にとっては物足りないと心配していましたが、思った以上に楽しんでもらうことができました。ただ、スポーツを通じた地域住民の交流や高齢者の運動不足解消という目標は達成できず、周知力不足という課題を残すこととなりました。

#### 6.おわりに

私たちの活動は、ポスターを貼ってくださった地域の商業施設や、スポーツ推進の会の方々のご協力がなければ成立しませんでした。標ウォークやスポーツ大会を通して、イベントを企画することの難しさを実感し、周知するために地域の方々の協力を得なければならないと思いました。

ご協力いただいた皆様、ありがとうございます。