

令和3年度 Sport in Life 推進プロジェクト  
(ターゲット横断的なスポーツ実施者の増加方策事業)

「一スポーツのチカラ×地域課題の解決—  
コロナからの復興『no rain no rainbow』  
ダンスムービープロジェクト」

事業報告書

令和4年2月18日

婦恋村

## 目次

1. 本事業の目的.....	3
2. 本事業の実施概要.....	3
(1) 本事業のターゲット .....	3
(2) ターゲットのスポーツ実施の阻害要因、促進要因（事業実施前の仮説） .....	3
(3) 本事業で期待される効果.....	4
3. 本事業の実施内容.....	5
(1) 事業の実施概要.....	5
(2) 事業の実施結果.....	5
4. 本事業の実施体制.....	17
(1) 本事業の実施体制.....	17
(2) 本事業の実施スキーム.....	17
5. 事業の実施効果（スポーツ実施頻度、実施意欲の改善効果） .....	18
(1) 効果検証方法 .....	18
(2) 効果検証の結果.....	18
6. スポーツ実施改善の要因の分析（阻害要因や促進要因の仮説検証） .....	24
(1) 地域住民の巻き込み効果.....	24
(2) シビックプライドを活かした地域オリジナルのダンス体操ムービーによる波及・拡 充効果.....	25
(3) 庁内連携での参加者募集によるターゲット横断的な取組.....	25
(4) 「踊り・ダンス」の文化的親和性 .....	25
(5) 有名アーティストの楽曲コラボによるプレミアム感 .....	25
7. 本事業から得られた波及効果 .....	26
(1) 幼稚園での自主的なダンス体操の取組.....	26
(2) 地域事業所・集会での取組 .....	26
(3) 自治体職員の「自分事化」 .....	27
(4) SNSによる拡散による新聞媒体への掲載.....	28
(5) 地域連携による関係人口の構築.....	28
8. 今後の事業展開予定.....	28
(1) 事業継続や横展開に向けたポイント、課題.....	28
(2) 次年度以降の事業継続、横展開の計画 .....	28
(3) 今後の事業展開に向けて期待される Sport in Life プロジェクトにおける取組.....	29
9. 終わりに.....	29

## 1. 本事業の目的

本事業では、コロナからの地域復興をテーマに、「ダンス体操ムービーで地域を元気に！」を合言葉にしながら、音楽アーティストHYより楽曲提供頂く「no rain no rainbow」を用い、地域オリジナルの「ダンスムービー」を地域住民とともに企画・制作し、運動実践の普及・啓発を行う。これにより、スポーツのチカラを活用しながら多様な世代の巻き込みや、地域資源を活用した取組にしていくことで、主体的な参加意識の醸成と、気軽にみんなで楽しめるというスポーツの楽しさを身近で実感してもらう機会を獲得し、スポーツ実施者を増やしていく。

## 2. 本事業の実施概要

### (1) 本事業のターゲット

連携する以下の2自治体の全ての住民をターゲットに実施する。

実施自治体	姯恋村	知名町
ターゲット	姯恋村在住・在勤の全ての住民 9,413人(令和3年3月)	知名町在住・在勤の全ての住民 5,739人(令和3年6月)
成人の週1回以上のスポーツ実施率	30.1%(令和元年3月時点) 群馬県スポーツ推進計画より	52.1%(令和元年2月時点) 鹿児島県教育振興基本計画
参加者目標	500人	220人
地域特性	<ul style="list-style-type: none"><li>・夏秋キャベツの出荷量日本一(第1次産業の従事者が32.5%)</li><li>・2000m級の日本百名山3つに囲まれた避暑地</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・県の天然記念物に指定されている鍾乳洞「昇竜洞」をはじめとした大鍾乳洞群。</li><li>・基幹産業は、サトウキビや花、ばれいしょ、葉タバコの栽培などを中心とした農業。</li></ul>

### (2) ターゲットのスポーツ実施の阻害要因、促進要因(事業実施前の仮説)

車生活が中心となる地方の生活においては、全世代で運動不足になりがちな環境にある中、新型コロナウイルス感染症の拡大及びこれに伴う行動制限等により、さらに運動機会の減少が課題となっている。厚生労働省のインターネット調査(新型コロナウイルス感染症に係るメンタルヘルスに関する調査(令和2年9月11日(金)～9月14日(月)))では、運動量は約4割の人が「減少した」と回答している。また、同調査によると、感染に対する不安や行動変容に伴うストレスなど、国民の心理面に多大な影響が生じていることが明らかになった。また、もともと運動・スポーツへの無関心層の障壁となっている課題は、「関心はあっても時間がない」、「そもそも時間的・精神的余裕がない」、「そもそも運動・スポーツが苦手」などがあげられ、まずはスポーツの実施場所・時間の確保や心理的ハードルを下げて、より多くの方がスポーツを「遊び感覚で楽しみ、実践出来る」ための入口作りが必要と考える。

本事業では、コロナからの地域復興をテーマに、「ダンス体操ムービーで地域を元気に！」を合言葉にしながら、「身体の元気」だけに留まらず、「心の元気」も取り戻すことを目指し、古くからの文化でもある「踊り・ダンス」をスポーツという視点で捉え、多世代、そして生涯を通じたスポーツ実践の環境づくりとして、「ダンス」を通して体を動かす楽しさを地域の暮らしや文化・観光・産業などと融合して普及していくことで、幼少期の「運動嫌い」「苦手意識」を無くすと同時に、中高生や働き世代などスポーツ実施率の低い世代に対する運動の機会の確保及び習慣化に取り組むものである。

### **(3) 本事業で期待される効果**

#### **①多様な世代の巻き込みと行動変容の促進**

スポーツのチカラを活用し、「コロナからの地域復興」という共通の地域課題テーマを掲げながら、地域オリジナルの「ダンス体操ムービー」の企画・制作に、子どもから、成人、女性、高齢者まで、多様な世代を巻き込んで行った。これにより、主体的な参加意識と運動・スポーツへの無関心層の掘り起こし・行動変容へとつなげていくことができる。

#### **②シビックプライドを活かした地域オリジナルのダンス体操ムービーによる波及・拡充効果**

地域特性を入れ込んだムービーにすることで、シビックプライドを活かしたダンス体操ムービープログラムの構築ができる。これにより、自分たちが創ったダンス体操として地域内で積極的に活用されるとともに、連携地域間でのコラボレーション企画など相乗効果による新たなスポーツ機会の拡充にもつなげていくことができる。本事業では人口規模・高齢化率などの地域背景が近く、地域資源や地域内の団体と連携したスポーツを活用した新たな地域モデル作りを重点施策として掲げている2地域においてモデルを構築する。これにより、類似自治体の先行モデルとなり、他地域連携・拡大を図ることを想定している。

### 3. 本事業の実施内容

#### (1) 事業の実施概要

群馬県嬭恋村、鹿児島県知名町をフィールドに以下の事業を行った。

##### ①地域の健康ダンスを考えるワークショップの開催

住民を巻き込んだワークショップを開催し、地域の文化・歴史・自然・産業・人などの特性を盛り込んだ、「地域オリジナルダンス」を考案する。ワークショップは、2地域をzoomで繋ぎ、各地域のプレゼン大会も行って住民同士の交流も図った。ダンスのプログラムは、健康増進・トレーニング実施効果などの要素を踏まえたものになるよう、専門家の監修も行いながら作成した。

##### ②ダンスムービー撮影

考案したダンスを住民が参加して踊るムービーを嬭恋村、知名町それぞれの地域特性が伝わる場所などで撮影した。

##### ③考案ダンス練習会の実施

考案したダンスを踊れるようにするための練習会を開催する。既存のコミュニティやグループ、部活、企業の始業時の運動、学校・幼稚園の運動会など、日々の取組の1つとしてオリジナルダンスを取入れ、実施してもらう。

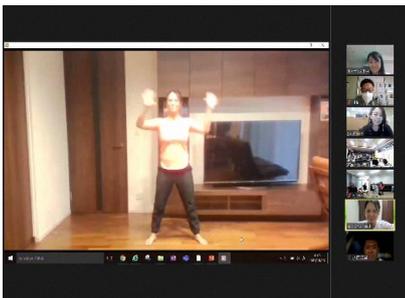
##### ④ダンスムービー動画配信のSNSによる拡散

各地域で作成した、それぞれの「コロナからの地域復興ダンス体操ムービー」をyoutubeにアップした。同時に実施した各地域の動画もそれぞれの地域に紹介し、地域間の連携や相互再生を促した。

#### (2) 事業の実施結果

##### ①地域の健康ダンスを考えるワークショップの開催

実施場所	嬭恋村	知名町
実施日	1回目：2021年10月3日 2回目：2021年10月13日	
実施内容	●事前調整：音楽全体から、どの部分を地域考案とし、どの部分を地域で考えるか、ダンスの程度、ワークショップの進行設計など。 ●ワークショップ1回目：地域紹介プレゼン大会、地域ごとのダンステーマ・動きを考案 ●中間調整：各地域で考案されたテーマと動きをベースに、共通部分のダンスと合わせ、運動効果や全体の流れなどを考慮して、一連の「ダンス」として専門家チームで構成。 ●ワークショップ2回目：考案ダンスの完成発表・練習会、撮影場所検討	

参加人数	1回目：11名 2回目：7名	1回目：5名 2回目：5名
実施風景	  	  
結果考察	<p><b>①実施結果</b>  地域住民のインフルエンサーを巻き込み、オリジナルのダンスを考案するワークショップを開催することで、拡散のムーブメントを作る仕掛けづくりとして行った。今回はコロナ禍での対応ということを考慮し、人数を絞った形で実施した。参加側で地域住民と一緒にアイデアを出し合いながら企画検討をし、専門家の監修なども踏まえてダンスプログラムを構築した。最終的に考案された各地域のダンスから、体操の要素も大きいことなどを考慮し、また今後の住民の健康づくりへの展開を考えて、「ダンス体操」という名称へ変更した。</p> <p><b>②考察</b>  人口規模が小さく普段地域内だけでの活動が多い住民にとって、他地域と交流しながら新たなスポーツ実践のためのダンスづくりを行うことは、お互いの刺激となった。またスポーツと地特性（地域価値）を掛け合わせた新たなスポーツコンテンツづくりは、まちづくりの視点につながるとともに、自分達ごととして関わる余白があり、行動変容につなげていきやすく感じる。</p>	



### ワークショップ②

ご当地テーマダンスを考えよう！  
(ブレイクアウトルーム)

#### ダンス案

グループワーク③ (ブレイクアウトルーム)

全部の「テーマ」を表す「動き」を考えよう

グループワーク④ (ブレイクアウトルーム)

ご当地テーマダンス部分の名前を考えよう

グループワーク⑤ (ブレイクアウトルーム)

撮影スポットを考えよう

### 発表会

#### 考案ダンスプレゼン大会

ダンス（動き）をダンス製作者  
と他地域の方へプレゼンしよう！

① 動きのポイントを説明（名前も発表）  
② 撮影スポット案

(2回目ワークショップスライド)

令和3年度「Sport in Life」推進プロジェクト（ターゲット層別のスポーツ実施者の増加方策事業）」

～スポーツのチカラ×地域課題の解決～  
コロナからの復興「no rain no rainbow」ダンスムービープロジェクト  
第2回ワークショップ

2021.10.13

#### ダンス考案部分の確認

黄色部分は考案した各地域ごとのご当地ダンス

地域	学校	チーム構成	種別	学校	チーム構成
山形	山形県立山形高等学校	山形県立山形高等学校	山形県立山形高等学校	山形県立山形高等学校	山形県立山形高等学校
A/D	山形県立山形高等学校	A/Dダンス部	C/D	山形県立山形高等学校	C/Dダンス部
B/D	山形県立山形高等学校	B/Dダンス部	B/D	山形県立山形高等学校	B/Dダンス部
C/D	山形県立山形高等学校	C/Dダンス部	C/D	山形県立山形高等学校	C/Dダンス部
D/E	山形県立山形高等学校	D/Eダンス部	D/E	山形県立山形高等学校	D/Eダンス部
A/D	山形県立山形高等学校	A/Dダンス部	A/D	山形県立山形高等学校	A/Dダンス部
B/D	山形県立山形高等学校	B/Dダンス部	B/D	山形県立山形高等学校	B/Dダンス部
C/D	山形県立山形高等学校	C/Dダンス部	C/D	山形県立山形高等学校	C/Dダンス部
D/E	山形県立山形高等学校	D/Eダンス部	D/E	山形県立山形高等学校	D/Eダンス部

#### グループワーク①（共同）

### 地域を表現する「テーマ」

嬉恋村	知名町
<ul style="list-style-type: none"> <li>・キャベツ（玉菜ダンス）</li> <li>・瀧間山（噴火ダンス）</li> <li>・妻養（ハードダンス）</li> <li>・スケート、スキー（ウィンターダンス）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サトウキビ（ザワザダンス）</li> <li>・青い海（ウミガメダンス）</li> <li>・やっこ（マサナッコダンス）</li> </ul>

### 撮影スケジュールの調整

## ②ダンス体操ムービー撮影

実施場所	嬉恋村	知名町
実施日	2021年10月26日・27日・28日	2021年11月8日・9日・10日
参加人数	参加人数 309名 (アンケート実施数：265件)	参加人数 64名 (アンケート実施数：64件)

<p>実施内容</p>	<p>事前準備として、各地域においてムービー撮影参加者を募集し、参加者グループや撮影場所などを調整し、香盤表を作成。事前に練習用のサンプル動画を各グループへ提供し、練習を実施。</p> <p>撮影当日は、インストラクターが撮影部分のダンスをデモンストレーションし、全体での練習や撮影場所の最終確認などを行いながら、香盤表に沿って順次場所を移動して、各グループごとに撮影を行っていった。</p>	
<p>実施風景</p>	<p>(撮影実施風景)</p>    	<p>(撮影実施風景)</p>    



### ③考案ダンス練習会の実施

項目	実施日	練習会クラス	参加者属性	実施場所	人数
嬭恋村	10/13	キャベツリズム研究会ミーティング	村民	鹿沢インフォメーションセンター	25
	11/2	ヨガ教室	職員・村民	改善センター	10
	11/9	ストレッチ教室	職員・村民	改善センター	15
	11/10	フィット教室	職員・村民	改善センター	18
	11/11	役場職員研修会	職員	嬭恋会館	28
	11/20	土曜ふれあい教室	小学生	嬭恋会館	17
	11/30	ニコニコ広場女性向け講座	子育て世代女性	改善センター	11
	12/1	体操教室	職員・村民	改善センター	13
	12/21	ミニデイサービス	高齢者	田代コミュセン	32
	1/12	役場職員研修会	職員	嬭恋会館	26
合計					195名
知名町	11/12	いきいき教室 大津勘	高齢者	各字公民館	6
	11/13	CIRCLE 沖永良部	高校生	CIRCLE 沖永良部	14
	11/14	ELOVE アカデミー	幼児	CIRCLE 沖永良部	9
	11/15	いきいき教室 瀬利覚	高齢者	各字公民館	10
	11/16	いきいき教室 新城	高齢者	各字公民館	5
	11/17	いきいき教室 下平川	高齢者	各字公民館	8
	11/18	いきいき教室 竿津	高齢者	各字公民館	8
	11/30	CIRCLE 沖永良部	利用者・職員	CIRCLE 沖永良部	43
	12/1	知名町役場	職員	役場	30
	12/9	いきいき教室 下城	高齢者	各字公民館	6
	12/10	CIRCLE 沖永良部	利用者・職員	CIRCLE 沖永良部	25
	合計				
実施風景					
結果考察	<p><b>①実施結果</b>  練習会は、ムービーの完成までは練習用動画を使って行った。両地域において、既存の運動教室での練習や、子育て支援の集会、高齢者向けミニデイサービス・いきいき教室などの住民の集まる場所へ出向いて行う出張型に加え、住民へこの活動を広げるにあたって、「運動習慣づくりを自分達から」をテーマに、役場職員へ向けた研修会や会議のアイスブレイクとしてなど、幅広く行った。</p> <p><b>②考察</b>  両地域とも、個別の練習会の開催によって、本事業の取り組み主旨や目的などを幅広く伝えることで、より多くの住民を巻き込むことが出来た。完成したダンス体操ムービーを使った練習会を今後も実施していきながら、住民へより広く周知し、普段の「運動習慣」としてダンス体操を取入れてもらう仕組みづくりを検討したい。</p>				

④ダンスムービー動画配信のSNSによる拡散

項目	HP・SNSでの拡散
<p>配信開始</p>	<p>2021年12月24日リリース            嬭恋村バージョン、知名町バージョンを youtube で同時リリース。その後、両自治体のHPやFB,関連団体のSNS (FB、インスタグラムなど)で拡散。            (嬭恋村 ver.)  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=sAD8tZwu2S4">https://www.youtube.com/watch?v=sAD8tZwu2S4</a></p>  <p>(知名町 ver.)  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=RWEVjVYvp-c">https://www.youtube.com/watch?v=RWEVjVYvp-c</a></p> 
<p>嬭恋村</p>	<p>(嬭恋村HP)</p> 

(孺恋村観光協会HP)



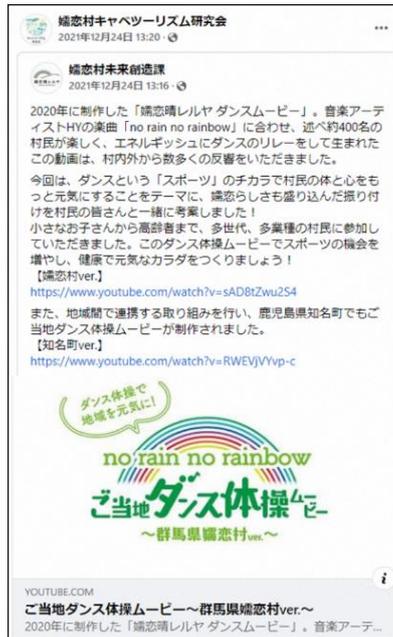
(孺恋村観光協会FB)



(キャベツリズム研究会HP)



(キャベツリズム研究会FB)



知名町

(知名町HP)



(知名町公式FB)



(E LOVE Instagram)



取材媒体

(上毛新聞：1月16日)



(産経新聞オンライン：1月23日)



振り付けは全国でフィットネスクラブを展開しているルネサンスが監修。「キャベツの箱積みダンス」や「浅間山ダンス」、「スケートダンス」など、体に効果的な動きの指導を受けながら考案したという。音楽は沖縄出身のバンド、HYが歌う「no rain no rainbow」。コロナ禍からの地域復興への思いも込め、元気になるような楽曲を選んだ。

嬭恋村の担当者は「運動習慣がないということが地域の課題なので、動画を見て運動してもらって、元気になってもらえれば」と話している。



## 4. 本事業の実施体制

### (1) 本事業の実施体制

本事業の実施体制は、以下の通り。

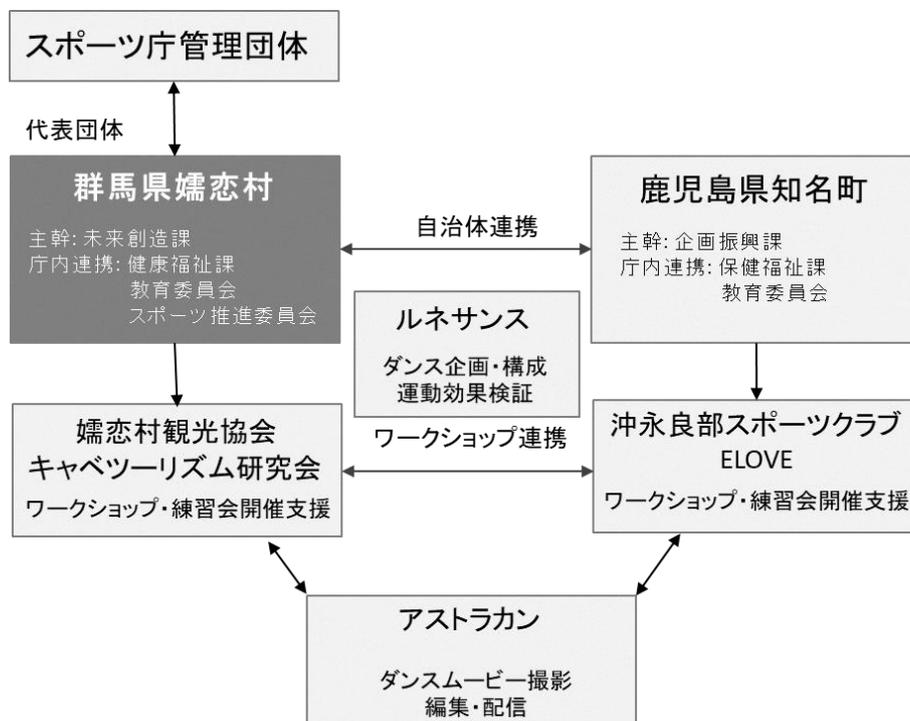
代表団体	嬬恋村（コンソーシアム加盟団体）
構成団体	鹿児島県知名町（コンソーシアム加盟団体） 嬬恋村キャベツリズム研究会（コンソーシアム加盟団体） NPO法人沖永良部スポーツクラブ ELOVE（コンソーシアム加盟団体）
構成団体以外 の連携団体	一般社団法人嬬恋村観光協会、株式会社アストラカン 株式会社ルネサンス
実施場所	群馬県嬬恋村、鹿児島県知名町

### (2) 本事業の実施スキーム

本事業における代表団体、構成団体、その他参画団体の役割は図表の通り。

事業運営は、代表団体である嬬恋村未来創造課が中心となって、知名町と連携を取りながら事業を推進した。各地域でのワークショップ開催、撮影のスケジューリング、練習会、アンケート実施支援などは、嬬恋村は観光協会、キャベツリズム研究会が、知名町はELOVEが担当した。また、ダンス考案の企画、運動効果の検証、構成などはルネサンスが、撮影・編集はアストラカンが担当した。

図表：事業実施スキーム



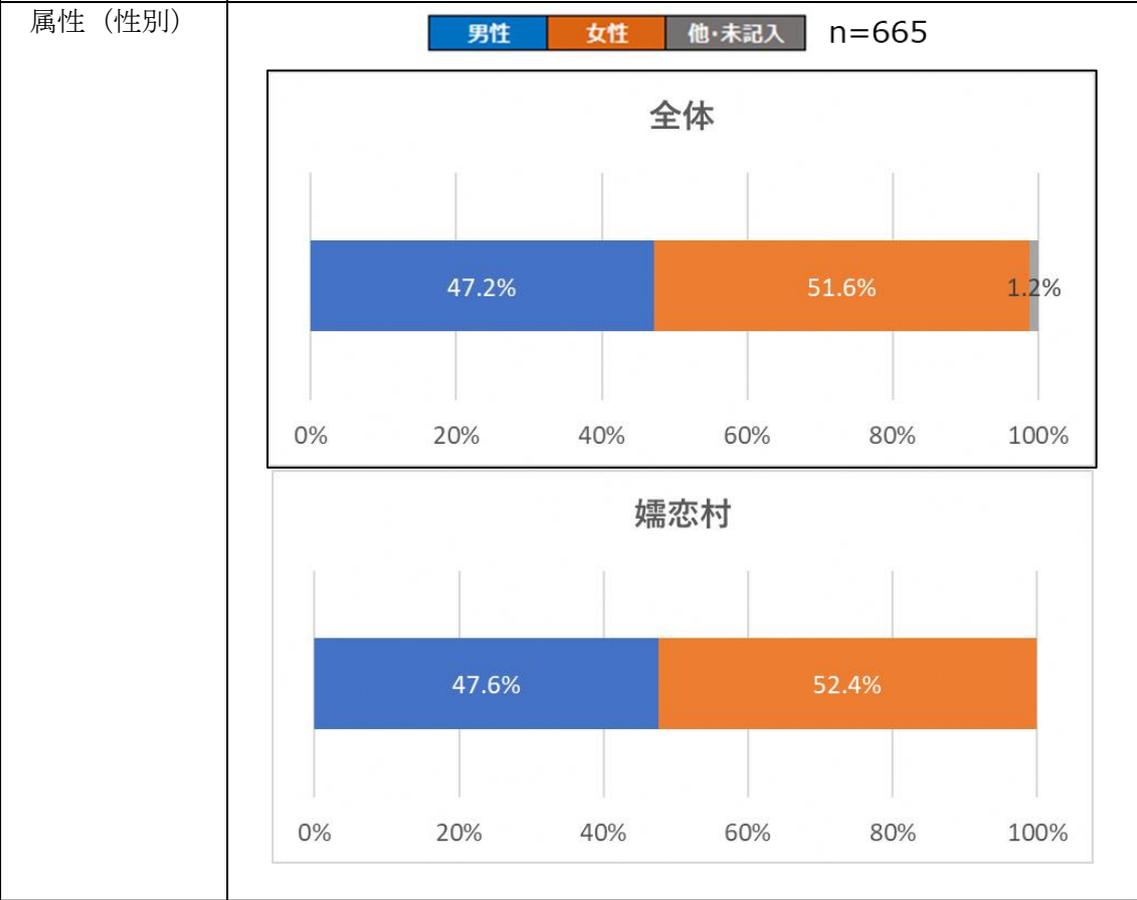
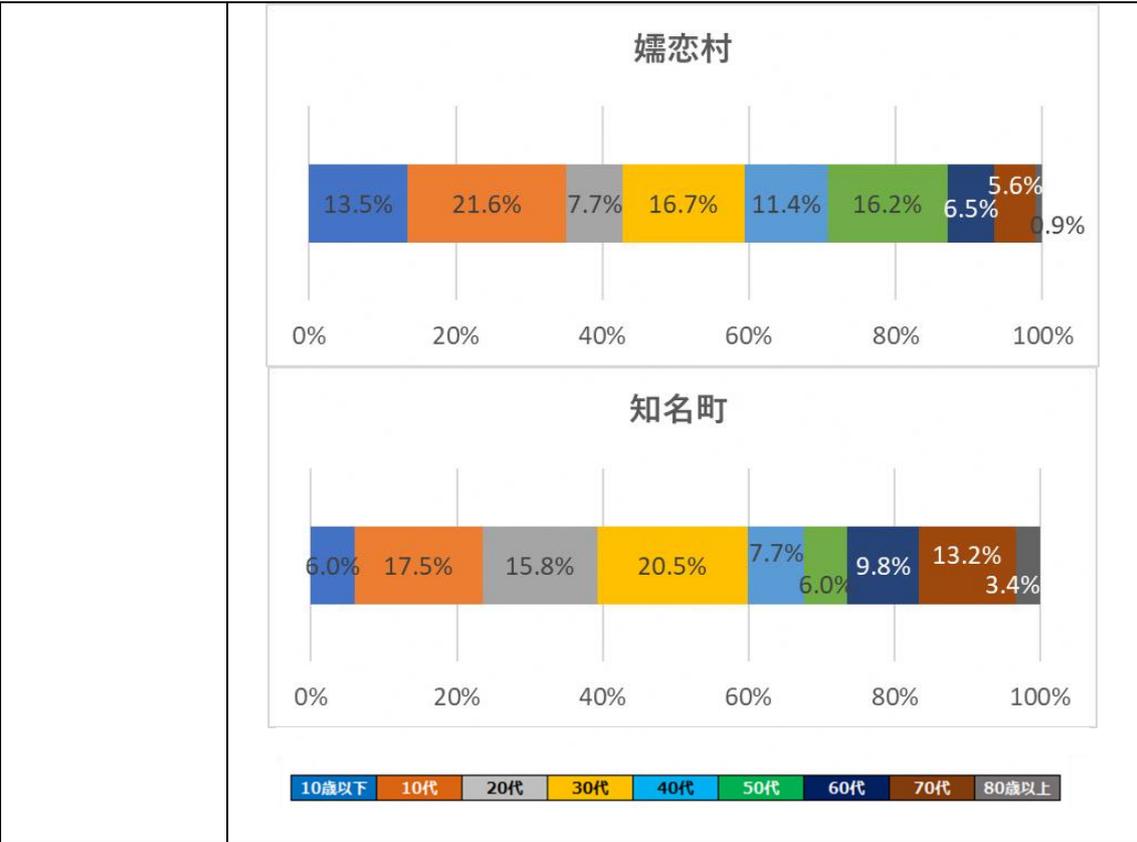
## 5. 事業の実施効果（スポーツ実施頻度、実施意欲の改善効果）

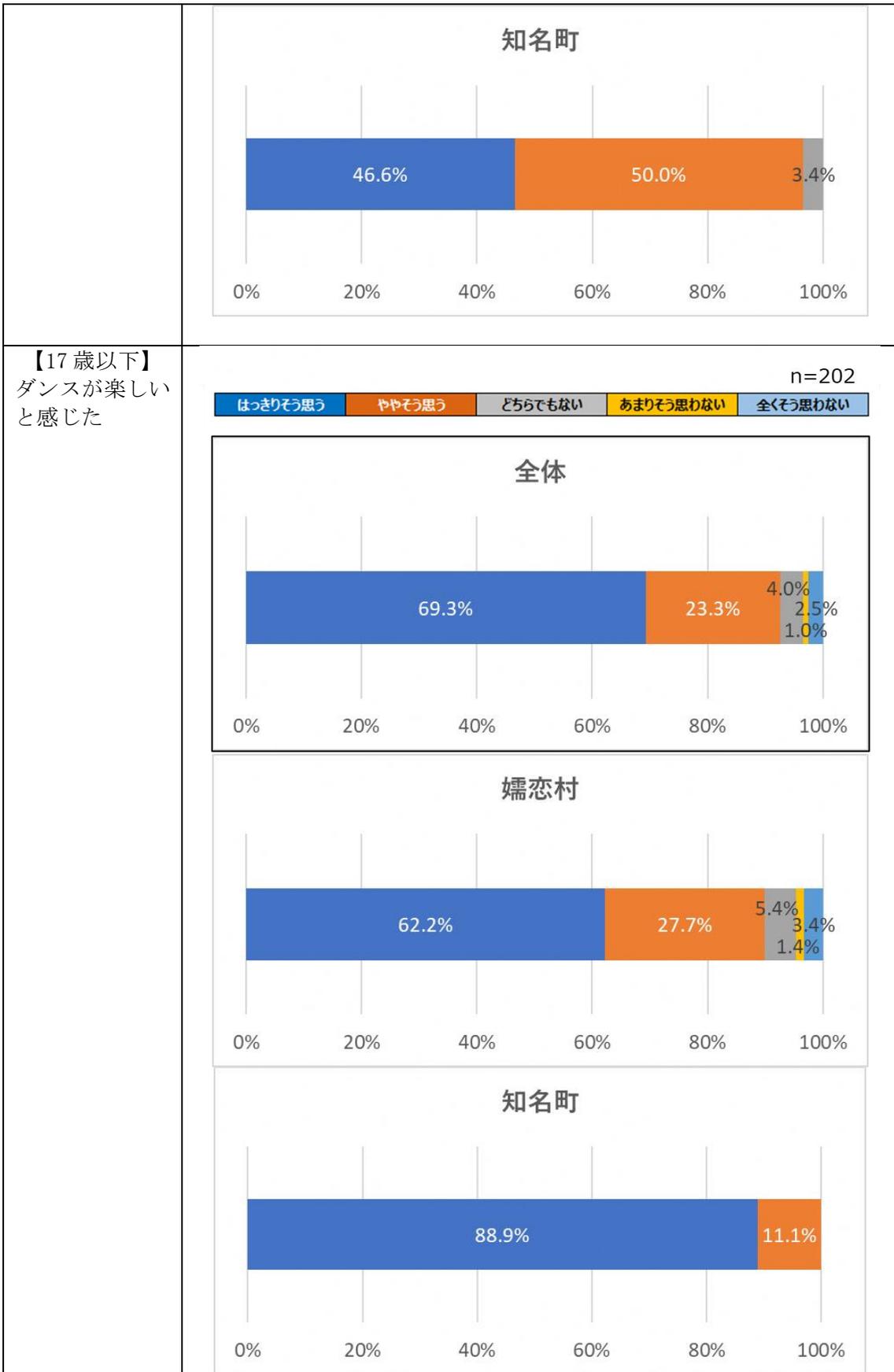
### （1）効果検証方法

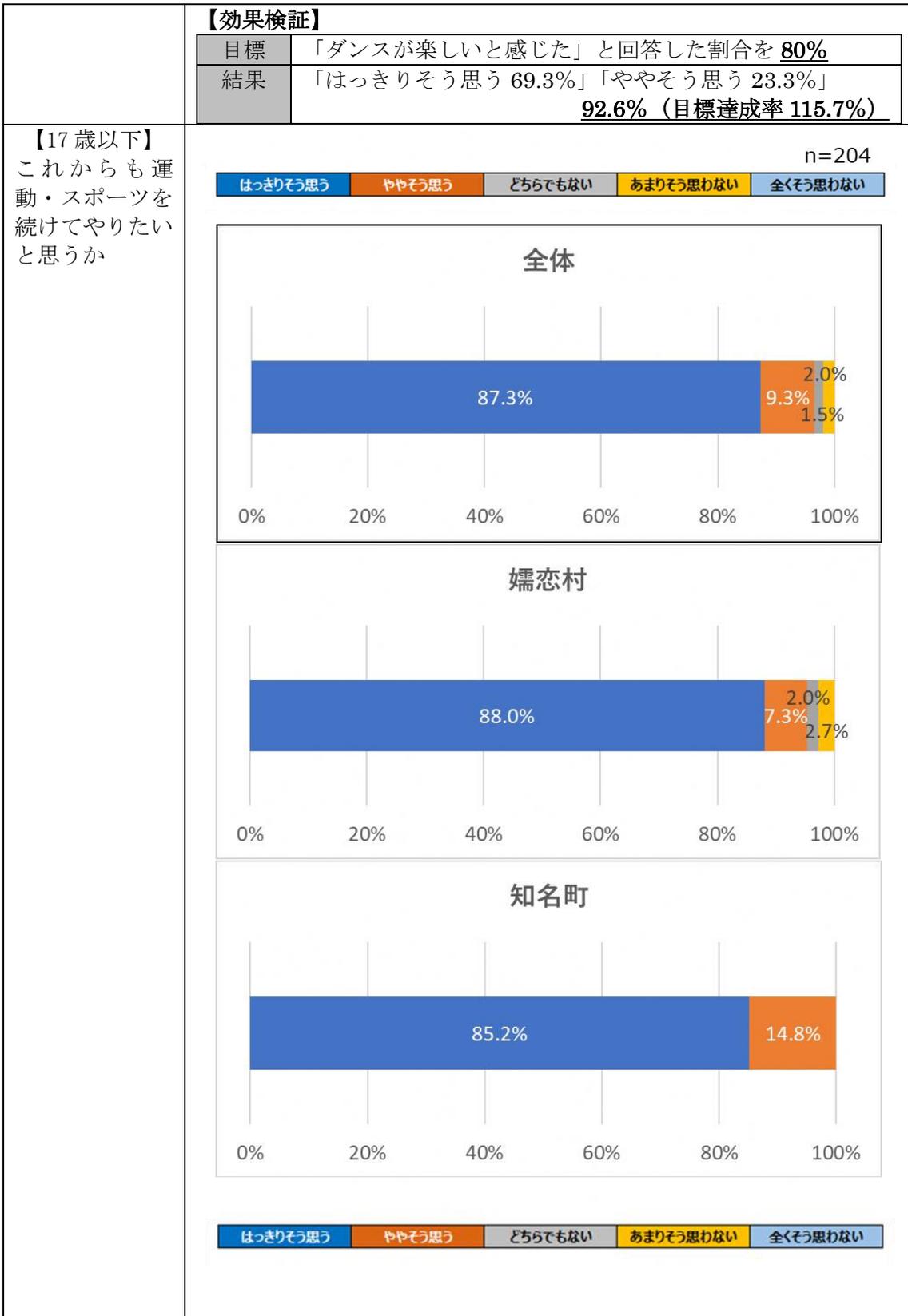
実施自治体	スポーツ実施 (参加者目標)	スポーツ実施意欲・実施率の向上
孺恋村	<u>500人</u>	<p><b>【17歳以下】</b> 17歳以下の参加者のアンケートにより「ダンスが楽しいと感じた」と回答した割合を <b>80%</b>として設定する。</p> <p><b>【18歳以上】</b> ※高校生は17歳以下として集計 スポーツ庁の「スポーツの実施状況等に関する世論調査（令和2年11～12月調査）を指標として、参加者へのアンケートで「運動・スポーツの実施状況に対する満足度」で「もっとやりたいと思う」の回答（51.7%）より、<b>70%</b>を目標として設定する。また、「ダンスムービーをきっかけにスポーツを実施する人が増えた」ことがわかるようにアンケート質問項目を設計し、スポーツ・運動の実施率の変化も検証する。</p>
知名町	<u>220人</u>	

### （2）効果検証の結果

実施自治体	孺恋村		知名町																					
参加者数	参加プログラム	参加者数	参加プログラム	参加者数																				
	ワークショップ	11名	ワークショップ	5名																				
	ムービー撮影	309名	ムービー撮影	64名																				
	練習会	195名	練習会	165名																				
	合計	<b>515名</b>	合計	<b>234名</b>																				
	目標	500名	目標	220名																				
	達成率	103%	達成率	106%																				
アンケート数	<b>431件</b>		<b>234件</b>																					
	<b>665件</b>																							
属性（年齢）	<div style="text-align: right;">n=665</div> <div style="text-align: center;"> <span style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 2px;">10歳以下</span> <span style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 2px;">10代</span> <span style="background-color: #95a5a6; color: white; padding: 2px;">20代</span> <span style="background-color: #f1c40f; color: white; padding: 2px;">30代</span> <span style="background-color: #3498db; color: white; padding: 2px;">40代</span> <span style="background-color: #27ae60; color: white; padding: 2px;">50代</span> <span style="background-color: #8e44ad; color: white; padding: 2px;">60代</span> <span style="background-color: #c0392b; color: white; padding: 2px;">70代</span> <span style="background-color: #9b59b6; color: white; padding: 2px;">80歳以上</span> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;"> <p><b>全体</b></p> <table border="1" style="margin: 10px auto; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>年齢</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>10歳以下</td><td>10.8%</td></tr> <tr><td>10代</td><td>20.2%</td></tr> <tr><td>20代</td><td>10.5%</td></tr> <tr><td>30代</td><td>18.0%</td></tr> <tr><td>40代</td><td>10.1%</td></tr> <tr><td>50代</td><td>12.6%</td></tr> <tr><td>60代</td><td>7.7%</td></tr> <tr><td>70代</td><td>8.3%</td></tr> <tr><td>80歳以上</td><td>1.8%</td></tr> </tbody> </table> </div>				年齢	割合	10歳以下	10.8%	10代	20.2%	20代	10.5%	30代	18.0%	40代	10.1%	50代	12.6%	60代	7.7%	70代	8.3%	80歳以上	1.8%
年齢	割合																							
10歳以下	10.8%																							
10代	20.2%																							
20代	10.5%																							
30代	18.0%																							
40代	10.1%																							
50代	12.6%																							
60代	7.7%																							
70代	8.3%																							
80歳以上	1.8%																							



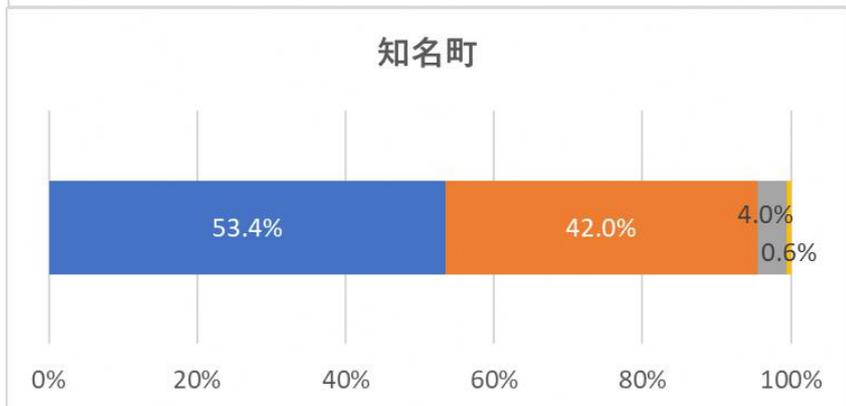
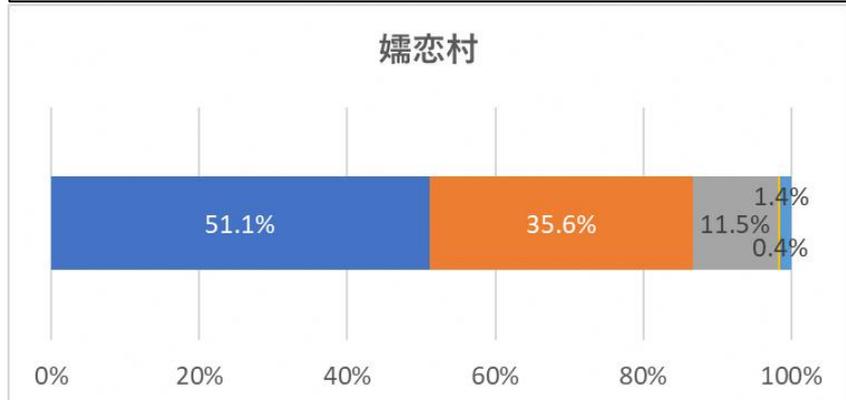
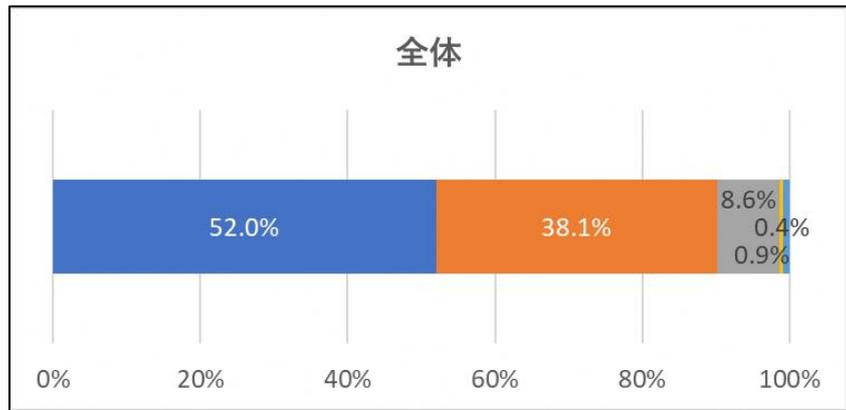




【18歳以上】  
 今回のダンスを通じてカラダを動かすことは、楽しいと感じたか

n=454

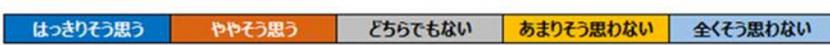
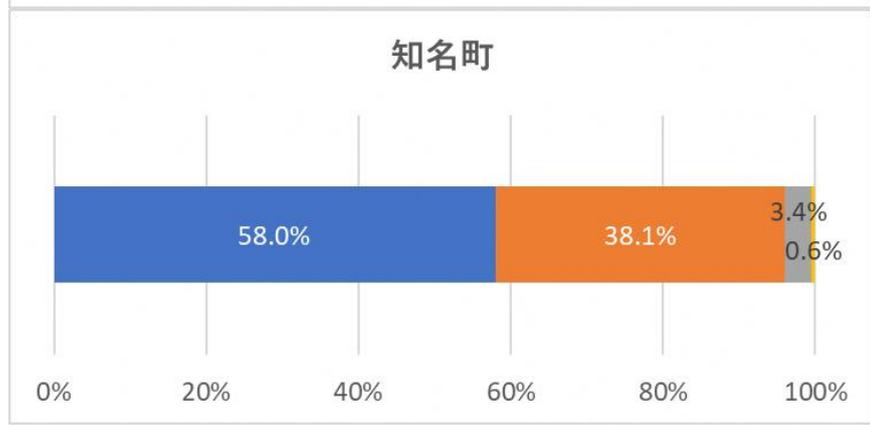
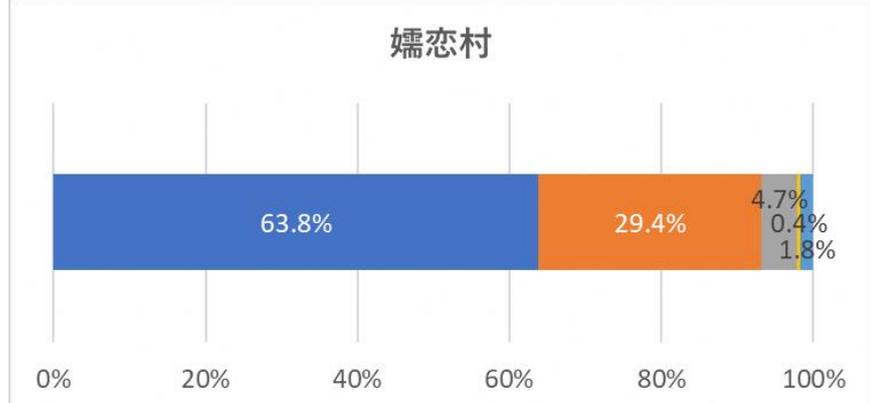
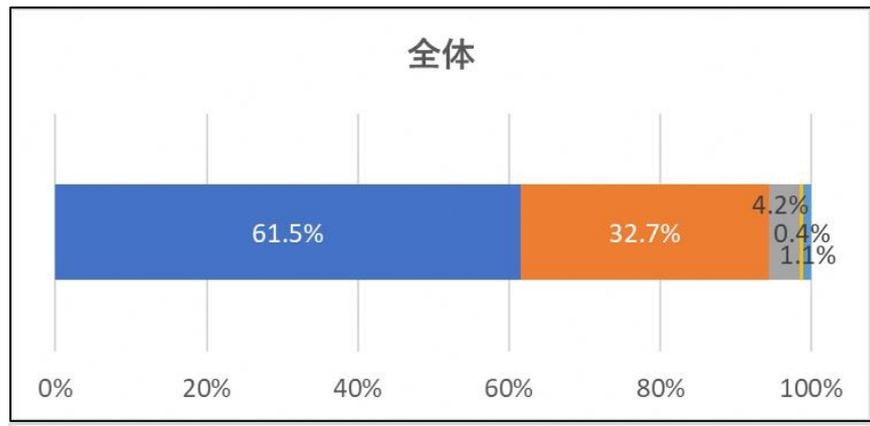
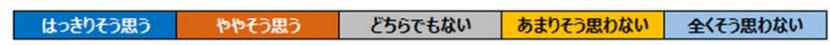
はっさりそう思う   ややそう思う   どちらでもない   あまりそう思わない   全くそう思わない



はっさりそう思う   ややそう思う   どちらでもない   あまりそう思わない   全くそう思わない

【18歳以上】  
 今後も（今後は）運動やスポーツを定期的に行いたいと思うか

n=455



【効果検証】

目標	「今後も（今後は）運動やスポーツを定期的に行いたいと思うか」と回答した割合を <b>70%</b>
結果	「はっきりそう思う 61.5%」「ややそう思う 32.7%」 <b>94.2%（目標達成率 134.5%）</b>

結果・考察	<p><b>【効果検証項目①参加者数】</b></p> <p>スポーツ実施人口の裾野拡大を目的として、従来のスポーツの枠にとらわれず、子供、女性、成人、高齢者などの属性や趣味・嗜好を横断した新たなアプローチによる、スポーツ実施者の定量的な増加指標として、各地域での本事業への参加者目標を設定した。その結果、婦恋村では目標 500 名に対し、515 名（目標達成率 103%）、知名町では目標 220 名に対して 233 名（目標達成率 106%）となり、両地域において目標を達成することが出来た。</p> <p>また、参加者属性を見ると、目的通りターゲット横断的に、子供から高齢者に至るまで、幅広い世代が参加する結果となったことは、「ダンス体操ムービー」というコンテンツが多世代に受け入れられたこととして評価出来ると考える。また、運動不足が課題となっている 20 代～50 代の働き世代も全体の 51.2%となったことも評価ポイントと考える。</p> <p><b>【効果検証項目②実施意欲】</b></p> <p>スポーツ庁の「スポーツの実施状況等に関する世論調査（令和 2 年 11～12 月調査）を指標として、参加者へのアンケートで「今後も（今後は）運動やスポーツを定期的に行いたいと思うか」の回答から定性的な実施意欲を目標として <b>70%</b> で設定した。なお 17 歳以下は、幼稚園、小学生も含む為「楽しいと感じた」と回答した割合を <b>80%</b> として目標設定した。</p> <p>結果として、17 歳以下では「ダンスを楽しいと感じた」割合は、「はっきりそう思う」「ややそう思う」と合わせて <b>92.6%（目標達成率 115.7%）</b>、18 歳以上では「今後も（今後は）運動やスポーツを定期的に行いたいと思う」と回答した割合が、「はっきりそう思う」「ややそう思う」と合わせて <b>94.2%（目標達成率 134.5%）</b> となり、どちらの世代においても、目標を達成することが出来た。</p>
-------	---

## 6. スポーツ実施改善の要因の分析（阻害要因や促進要因の仮説検証）

車生活が中心となる地方の生活において、新型コロナウイルス感染症の拡大及びこれに伴う行動制限等により、さらに運動機会が減少し、心理面においても多大な影響が生じていることが課題となっている。また、運動やスポーツへの取組への障壁となっている課題（関心はあっても時間がなく、余裕がない、そもそも苦手）をふまえ、「ダンス」というスポーツのチカラを活用し、まずは体を動かす楽しさを提供することで、以下の販促要因による効果検証を行った。

### （1）地域住民の巻き込み効果

運動・スポーツ無関心層や未実施層の行動変容のきっかけ作りとして、まずは住民を巻き込んだワークショップを開催し、地域の文化・歴史・自然・産業・人などの特性を盛り込んだ、「地域オリジナルダンス体操」を考案した。ここでの口コミ効果もあり、ムービー撮影への参加者へ繋がった。

## **(2) シビックプライドを活かした地域オリジナルのダンス体操ムービーによる波及・拡充効果**

地域特性を入れ込んだムービーにすることで、シビックプライドを活かしたダンス体操ムービープログラムの構築が出来た。これにより、自分たちが創ったダンス体操として、今後も地域内でも観光や産業などとも絡めながら、積極的に活用されることでスポーツ機会の拡充にもつなげていくことが出来る。

## **(3) 庁内連携での参加者募集によるターゲット横断的な取組**

各自治体ともに、窓口となった担当課（婦恋：未来創造課、知名町：企画振興課）に留まらず、他部署の職員自身や村長（婦恋村）も、楽しんで積極的にムービー撮影に参加した。これにより、住民への呼びかけも庁内連携によって幅広く対応できたことで、多世代が参加する結果へ繋がったと考えられる。

## **(4) 「踊り・ダンス」の文化的親和性**

「踊り・ダンス」という文化は、地域の健康や繁栄を願ったものである。地域に根付いた「踊り・ダンス」という文化をスポーツという視点でも捉え、ダンスを通じたスポーツ実施率の向上と、地域の伝統文化を継承するという2つの目的を融合させながら、多世代かつ生涯にわたって取り組める生涯スポーツ実践の環境づくりに繋がる施策となることが期待出来る。特に知名町では、ダンス体操ムービーのモチーフにもある「ヤッコ踊り」や「エイサー」に幼少期から慣れ親しんでおり、「体を動かす事の楽しさ」を経験している。そのため、音楽に合わせて自然に楽しく体を動かすことに対し、どの年代も取り入れやすいものであることが、アンケート結果（17歳以下：ダンスが楽しいと感じた割合 92.6%、18歳以上：今後も（今後は）運動やスポーツを定期的に行いたいと思う割合 94.2%）からも判明した。多世代、そして生涯を通じたスポーツ実践の環境づくりとして、「踊り・ダンス」を通して体を動かす楽しさを、地域の暮らしや文化と融合して普及していくことで、幼少期の「運動嫌い」「苦手意識」を無くすと同時に、中高生や働き世代などスポーツ実施率の低い世代に対する運動の機会の確保及び習慣化にもつながっていると考察出来る。

## **(5) 有名アーティストの楽曲コラボによるプレミアム感**

本事業主旨に賛同頂き、音楽アーティスト「HY」より地域復興ダンス体操ムービーのテーマソングとして「no rain no rainbow」を使用する承諾を受けて実施した。プロの楽曲を使いながら、自分たちの考えたダンスを映像化できるというプレミアム感に加え、「コロナからの地域復興」というテーマに、楽曲の歌詞が合致したことが、参加意欲向上や参加者増加に繋がった要因の1つと考えられる。

## 7. 本事業から得られた波及効果

### (1) 幼稚園での自主的なダンス体操の取組

婦恋村の西部幼稚園で行われた運動会（2021年10月10日）において、保護者に本事業の関係者がいた関係から、ワークショップでのダンス考案の情報を得て、子供たちが考えて練習したオリジナルダンスを、HYの「no rain no rainbow」の楽曲に合わせて披露した。ここでのダンスを一部今回のコンセプトダンスの部分に流用するという連携により、ダンス体操ムービーの撮影には、幼稚園の子供たちや保護者が、50名近く参加した。

図表：実施時の様子（婦恋村幼稚園運動会）



### (2) 地域事業所・集会での取組

ダンスの練習会開催の取組として、事業の主旨を説明した上で、地域企業の従業員を対象にした訪問練習会や、各種集会、教室等へ訪問しての練習会を行った。その結果、例えば高齢者のいきいき教室では、毎回のプログラムとして導入し、継続して実施している教室が出来た（知名町いきいき教室）。また、企業においても就業前や研修・会議前の体操として、ダンス体操を実施した。

図表：実施時の様子（婦恋村土曜ふれあい教室/小学生対象）



図表：実施時の様子（婦恋村ミニデイサービス/高齢者対象）



### （3）自治体職員の「自分事化」

自治体職員向けの会議におけるアイスブレイクとして、会議前にダンス体操を取入れるようになった（婦恋村）。住民の健康づくりを行う上で、セクションを超えて自治体職員自らが取り組む姿勢が庁内に醸成されたことは、大きな成果と考える。

図表：実施時の様子（婦恋村役場職員研修会/役場職員対象）



#### **(4) SNSによる拡散による新聞媒体への掲載**

配信開始から約1ヶ月（2022年1月31日現在）で、両バージョン合せて5,500回を超える視聴回数となっている。また、HPや関連のSNSを活用して、広く情報を拡散したことにより、1月16日の上毛新聞、1月23日の産経新聞オンライン版からの取材を受け、掲載に至ることが出来た（孺恋村）。

#### **(5) 地域連携による関係人口の構築**

孺恋村・知名町の「ダンス体操ムービー相互鑑賞懇親会」を、ZOOMを活用して開催（1月28日）し、地域間の連携を図った。この相互鑑賞会では、それぞれのダンス体操ムービーを鑑賞すると同時に、その撮影場所の紹介や、参加住民の紹介、撮影時の苦勞した点などを紹介しながら、地域の名産や特性を報告した。開催した当日は、孺恋村は-3度、知名町は19度という、気温差22度での状況に、ZOOM越しに驚きの声が上がった。また、同じ楽曲を通じて同じ取り組みを行った同志として、それぞれの地域に対する興味・関心が湧き、いつかまた地域連携を図った取り組みを行いたいという想いを共有した。こういった地域間でのコミュニケーションにより、完成したダンスムービーの相互再生にも繋げていきたい。

### **8. 今後の事業展開予定**

#### **(1) 事業継続や横展開に向けたポイント、課題**

##### 人口減少時代の地域コミュニティ

我が国は世界でもかつて例を見ないほどの人口減少・超高齢社会を迎えている。今回事業連携した孺恋村・知名町とも人口減少や高齢化が、直面する重要な地域課題となっている。人口減少や超高齢化は、福祉・医療コストの増加のみならず、地域における人間関係の希薄化が進んでおり、地域社会（コミュニティ）の内部において、子育て世代若者、高齢者などが様々な不安や悩みを抱えている現状にある。

今後、自治体が地域の活力を維持・向上させるためには、地域社会（コミュニティ）が持つ機能を活かしつつ、高齢者福祉、児童福祉、青少年行政など様々な施策や取り組みを融合し、多世代の人々が交流し、共生するまちづくりの推進が求められる。その観点からも、今回の事業において、下は幼稚園児から上は80代の高齢者まで、幅広い世代の方へ参加して頂けたことは大きな成果であると同時に、こういった多世代交流型のコンテンツが、地域コミュニティも求められていることが顕在化したと感じている。今回の事業のような、ターゲット横断型の多世代コミュニティのコンテンツの継続が、今後の課題と言える。

#### **(2) 次年度以降の事業継続、横展開の計画**

##### ①地域健康ダンス体操としての住民への周知（事業継続）

各地域で、自走出来る取り組み施策として、情報の一方的な提供に留まらず、き

め細かくターゲット世代別に具体案を以下の通り検討した。

ターゲット世代	施策案
幼稚園・小学生	運動会、学芸会などのイベントでの取り組みとして、教育委員会などと連携してアプローチしていく。
高校生・大学生	動画に参加した部活を中心に、「全部踊ってみた動画」の配信を仕掛ける。
20～50代子育て就労世代	地域の事業所を巡り、健康経営の施策として、休憩時間での運動や始業前の体操などに取り入れてもらう様にアプローチしていく。また、「観光」視点でのアプローチとして、観光協会などと連携し、ダンスムービーを活用した訴求を展開。
高齢者	高齢者施設での機能訓練や、いきいき倶楽部など的高齢者のコミュニティへ出向いて、ダンスをレクチャーし、日々の体操としての取り組みを促す。

## ②他地域への波及（横展開）

本事業では、コロナからの地域復興をテーマに、ダンスというスポーツのチカラを活用しながら地域の復興に向けた機運醸成を図った。本事業の主旨に賛同して頂いた音楽アーティストHYの楽曲「no rain no rainbow」は、まさにそのテーマを表現した音楽となっており、この楽曲を使用した「地域の健康ダンス体操ムービー」を2つの地域バージョンで作成したことで、本事業が1つのモデルとなり、地域に合わせた「ご当地ダンス体操ムービー」による地域復興のムーブメントを起こしていきたい。

## (3) 今後の事業展開に向けて期待される Sport in Life プロジェクトにおける取組

本事業を通して取り組み事例を発信することで、同じような取り組みを考えている、同じ課題を持った自治体へ情報を共有していく。

また、地域企業へのアプローチの実績を活かし、健康経営の視点から、再度地域企業へ向けて、「ダンス体操」を活用した運動習慣の取り組みでのスポーツエールカンパニーの認定を促していく。

## 9. 終わりに

コロナ禍もオミクロン株のまん延で更なるステージへ移行し、なかなかコロナ禍前の生活へ戻れる状況が見えない中、どの自治体においても住民の「心」と「体」の復興が求められている。まずは、地域住民が「心」と「体」の元気を取り戻し、そのパワーが地域の元気に繋がるというメッセージを「no rain no rainbow」というキャッチフレーズの元、本プロジェクトを通して、日本全国へ「繋げて」いきたい。

(小学生以下アンケート調査票/孺恋版)

令和3年度「運動・スポーツ習慣化促進事業（スポーツ庁）」  
孺恋村×知名町連携事業 アンケート（こども用）

ねんれい	さい	性別	おとこ・おんな・他
がくねん	・1ねんせい ・4ねんせい ・ほいくえん	・2ねんせい ・5ねんせい ・ようちえん	・3ねんせい ・6ねんせい

問1. あなたはうんどうやスポーツをすることが好きですか？

1. まったくそうおもわない 2. あまりそうおもわない 3. どちらでもない  
4. ややそうおもう 5. はっきりそうおもう

問2. ダンスでカラダをうごかすことは、たのしみとかんじましたか？

1. まったくそうおもわない 2. あまりそうおもわない 3. どちらでもない  
4. ややそうおもう 5. はっきりそうおもう

問3. これからもうんどうやスポーツをつづけてやりたいとおもいますか？

1つだけおこたえください。

1. まったくそうおもわない 2. あまりそうおもわない 3. どちらでもない  
4. ややそうおもう 5. はっきりそうおもう

アンケートへのご協力ありがとうございました。

事業主体	孺恋村未来創造課	担当：久保・大八木
	☎：0279-96-1257	✉：miraisozo@vill.tsumagoi.gunma.jp

(中学生以上アンケート調査票/知名町版)

令和3年度「運動・スポーツ習慣化促進事業(スポーツ庁)」  
知名町×嬉恋村連携事業 アンケート

年齢	歳	性別	男性・女性・他
属性 (あてはまるものに○)	・幼稚園、保育園 ・小学生 ・中学生 ・高校生 ・専門学校生 ・大学生 ・主婦(夫) ・会社員 ・経営者 ・自営業(農業) ・自営業(その他) ・自由業 ・パート、アルバイト ・その他( )		

《はじめに》

このアンケートは、みなさんの日頃の運動・スポーツなどの活動の実施状況や、意識をお伺いします。この結果は、今後みなさんが、継続的に楽しく運動やスポーツを実施したいと思えるための要件や、環境づくりなどを検討する材料とするものです。全体の集計結果として、事業の評価と今後検討していくための資料とさせていただきます。ご協力よろしくお願いいたします。

《ご記入にあたってのお願い》

- ・お答えは、あてはまるものの番号に○印をつけてください。
- ・「運動・スポーツ」とは、目的をもって楽しみながら体を動かすことをいいます。健康のために歩いたり、階段を上ったりすることも含まれます。
- ・ご不明な点は、スタッフにお気軽にお尋ねください。
- ・小学生以下のお子さまは、別途「こども用」アンケートにご回答ください。小さいお子さまは、保護者の方がお子さまに聞いて頂き、お子さまの答えをお書きください。(保護者の方も別途、この回答用紙でお答えください。)

事業主体	NPO 法人沖永良部スポーツクラブ・E LOVE TEL: 0997-85-1650	担当: 南山
------	---	--------

**問1. あなたは最近1か月間に運動やスポーツを実施した日は何日位ですか？  
1つだけお答えください。**

1. 週に3日以上 2. 週に1日以上 3. 1か月に1～3日  
4. 全く実施していない

**問2. あなたは現在の運動・スポーツの実施頻度に満足していますか？**

1. 満足している 2. もっとやりたいと思う  
3. どちらともいえない 4. わからない

**問3. あなたは運動やスポーツを行うことが好きですか？**

1. 全くそう思わない 2. あまりそう思わない 3. どちらでもない  
4. ややそう思う 5. はっきりそう思う

**問4. あなたは1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度は増えましたか、減りましたか、**

1. 増えた 2. あまり変わらない・変わらない 3. 減った 4. わからない

↳ 1. 増えたと回答した方にお尋ねします。

**問4-1) 1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度が増えた理由は何ですか、  
この中からいくつでもあげてください**

- ①仕事や学校が忙しくなくなったから ②家事・育児が忙しくなくなったから  
③健康になったから ④場所や施設ができたから  
⑤仲間ができたから ⑥指導者がいるようになったから  
⑦お金に余裕ができたから ⑧運動・スポーツが好きになったから  
⑨コロナウィルス感染症対策による日常生活の変化  
⑩その他( )  
⑪特に理由はない ⑫わからない

**問5. 今回のダンスを通じてカラダを動かすことは、楽しいと感じましたか？**

1. 全くそう思わない 2. あまりそう思わない 3. どちらでもない  
4. ややそう思う 5. はっきりそう思う

**問6. 今後も(今度は)運動やスポーツを定期的に行いたいと思いませんか？**

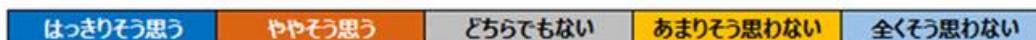
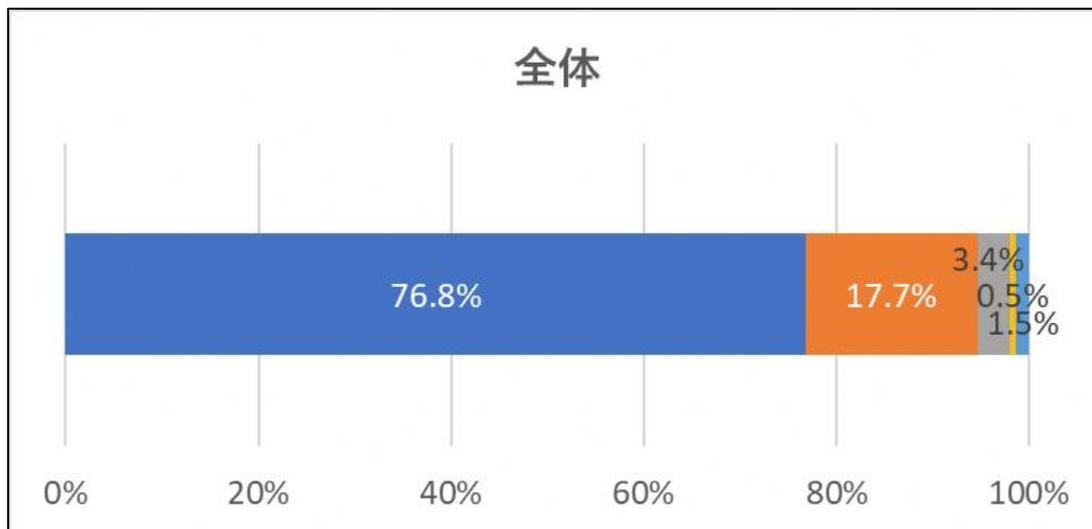
- 1つだけお答えください。  
1. 全くそう思わない 2. あまりそう思わない 3. どちらでもない  
4. ややそう思う 5. はっきりそう思う

**アンケートへのご協力ありがとうございました。**

アンケート分析結果（本編分析結果以外/17歳以下全体）

①運動・スポーツの実施意向

あなたは運動やスポーツを行うことが好きですか？（n=203）

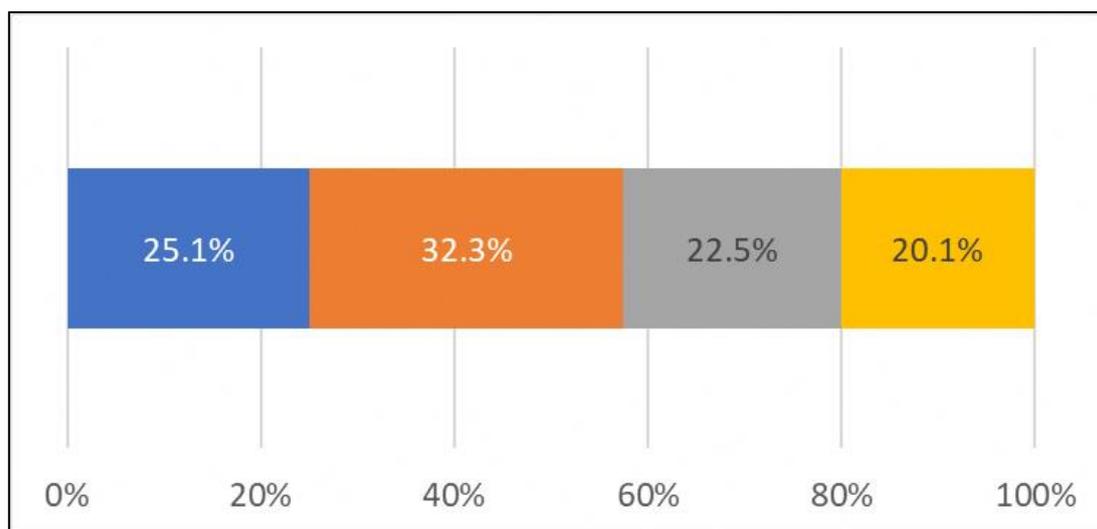


アンケート分析結果（本編分析結果以外/18歳以上全体）

①運動・スポーツ実施状況

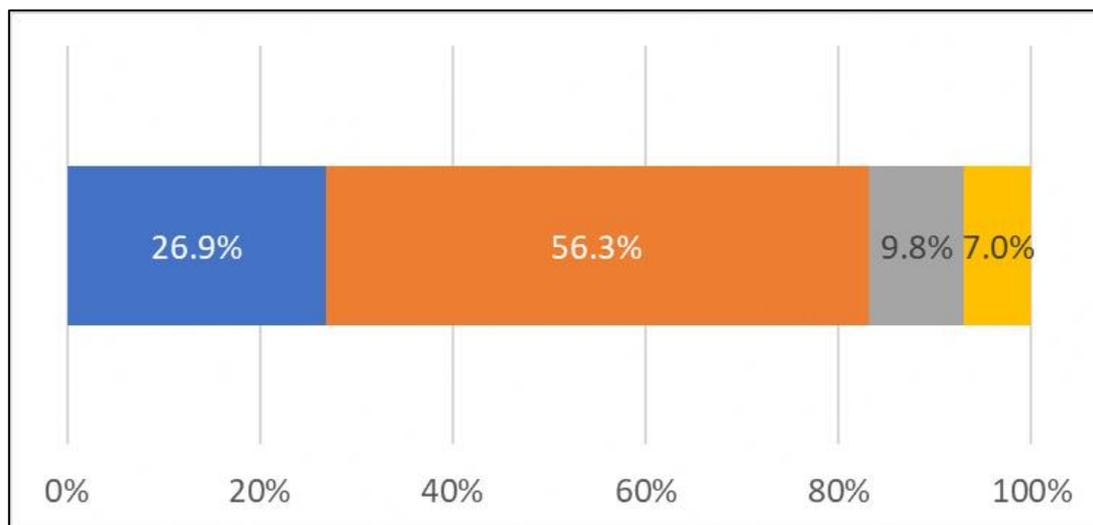
あなたは最近1か月間に運動やスポーツを実施した日は何日位ですか？

1つだけお答えください。（n=458）



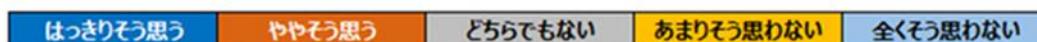
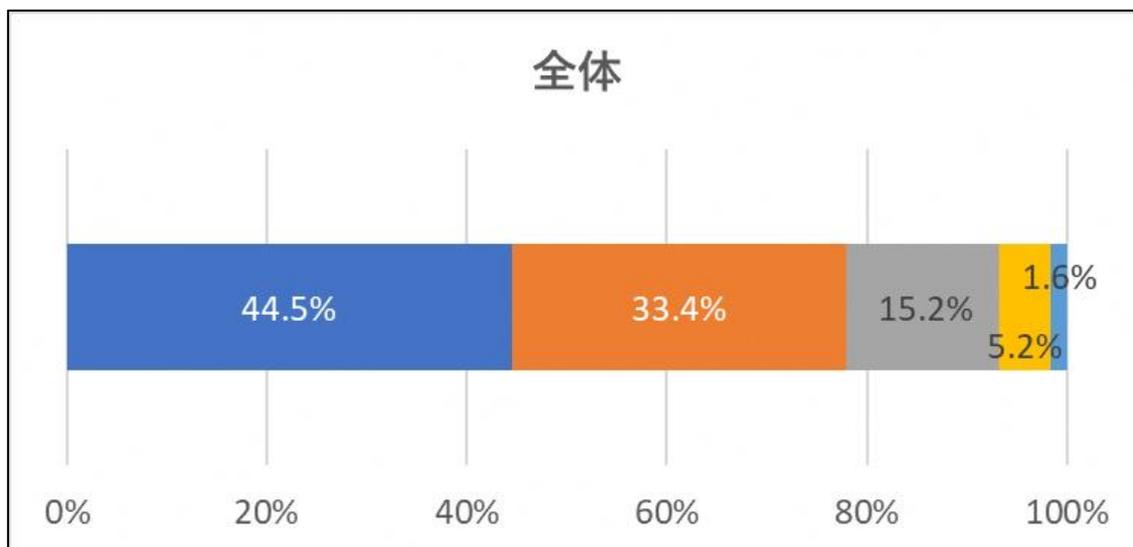
## ②運動・スポーツの実施状況に対する満足度

あなたは現在の運動・スポーツの実施頻度に満足していますか？（n=458）



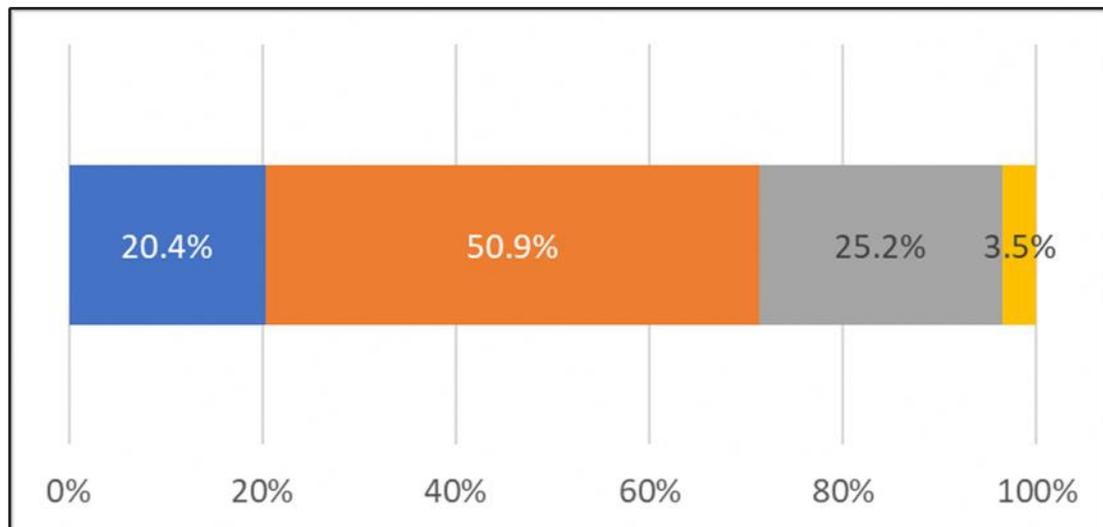
## ③運動・スポーツの実施意向

あなたは運動やスポーツを行うことが好きですか？（n=440）



#### ④運動・スポーツの実施頻度

あなたは1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度は 増えましたか？減りましたか？（n=456）



#### ⑤運動・スポーツの実施が増加した理由

1年前と比べて運動・スポーツを実施する頻度が増えた理由は何ですか？  
この中からいくつでもあげてください。（n=163）

