

令和2年度Sport in Life推進プロジェクト
（スポーツ実施を阻害する課題解決のための実証実験）

**「福島・日本中の親子が元気になるための
実践型運動あそび環境づくり」**

「特定非営利活動法人ただみコミュニティクラブ」

2021年2月12日

1. 事業の実施概要

「特定非営利活動法人ただみコミュニティクラブ」

事業概要

新型コロナウイルス感染症対策などの影響により、子どもたちは長期間にわたり自由に遊べる場所の制限に加え、保育所や学校等の友達と楽しく遊び身体を動かす機会が激減し、心身の課題がより深刻化している。また、これらの影響は、保護者である子育て世代にも生じている。これらの課題解決にむけ、新しい生活様式に合わせた運動あそび実践者「プレイリーダー」の育成、親子で参加できる運動あそび実践プログラム、及び運動あそび実践応援チャンネル（web配信）の提供などを実施。また、参加者の運動実施状況をICT技術を使って可視化し、継続的な行動変容を促す。

実証フィールド

福島県只見町、いわき市、二本松市、郡山市

代表団体

特定非営利活動法人ただみコミュニティクラブ*

構成団体

公益財団法人 福島県体育協会*、認定NPO法人郡山ペップ子育てネットワーク*、エヴリー合同会社*、株式会社 クレメンティア*、株式会社 ルネサンス*※「*」はSport in Lifeコンソーシアム加盟団体

ターゲット

子ども（未就学児～小学生低学年）、女性（子育て中の保護者）

プロジェクト 実施内容

【事業周知及び講座参加者募集ちらし】



【プレイリーダー養成講座動画】



【運動あそび応援チャンネル】



【運動あそび実践講座風景】



【ガイドブック】



2. スポーツ実施頻度や実施意欲の改善効果

「特定非営利活動法人たみこコミュニケーションクラブ」

効果検証の概要

ターゲット	現状	目標	実績	効果検証方法
子ども	運動・スポーツなどカラダを動かすことが得意か	運動あそび（カラダを動かすこと）が楽しいと感じる割合80%	子どもがより運動あそび（カラダを動かすこと）が好きになった93.1%	事前、事後のアンケート調査結果から比較分析
	活動量（歩数） 4地区で計測	活動量（歩数） 現状+1,000歩	活動量（歩数） 3地区で+1,000歩を達成	活動量計で計測し効果を分析
	中高強度の運動時間（1日に1時間以上の割合） WHO推奨基準	中高強度の運動時間 1日に1時間 70%以上	中高強度の運動時間 1日に1時間以上 3地区で70%以上を達成	活動量計で計測し効果を分析
女性	運動の実施意欲（好き嫌い） カラダを動かすの好き62.5%	運動の実施意欲 50%	運動の実施意欲（カラダをより動かす機会を増やしたい） 97.5%	事前、事後のアンケート調査結果から比較分析
	週1度の運動習慣化 17.5%	週1度の運動習慣化 +10%	週1度の運動習慣化 84.6%	活動量計で計測し効果を分析
	活動量（歩数） 4地区で計測	活動量（歩数） 現状+1,000歩	活動量（歩数） 1地区で+1,000歩を達成	活動量計で計測し効果を分析

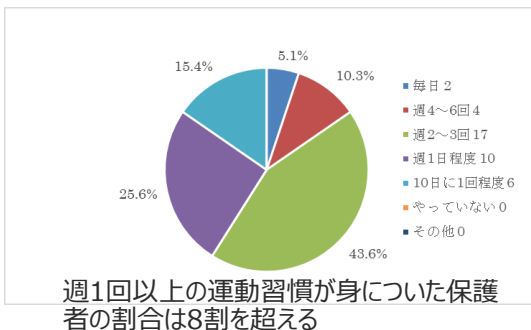
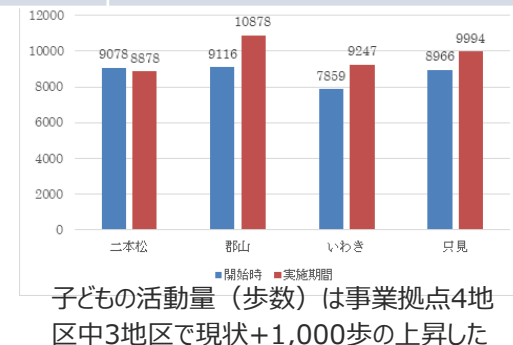
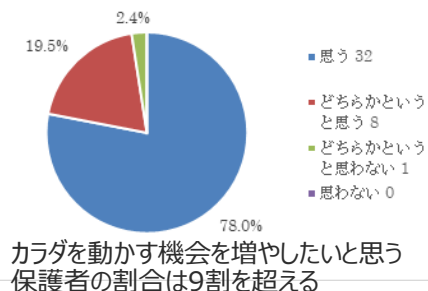
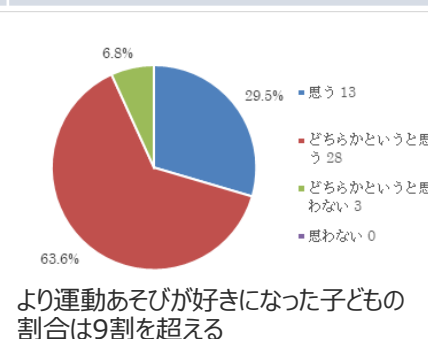
効果検証の結果：運動あそびプログラム（講座）実施前後を比較結果

ターゲット【子ども】

- 運動あそびがより好きになった 93.1%
- 活動量 4地区中3地区で現状+1,000歩上昇
- 中強度の運動時間（1日1時間以上）
- 4地区中3地区で、70%以上の目標を達成

ターゲット【女性】

- 運動の実施意欲（好き嫌い）として、カラダを動かすことが好きな人は事前で62.5%→今後カラダを動かすことを増やしたいと思った割合97.5%へ上昇
- 週1回の運動習慣化17.5%→84.6%へ上昇
- 活動量 4地区中1地区で現状+1,000歩上昇



3. 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）

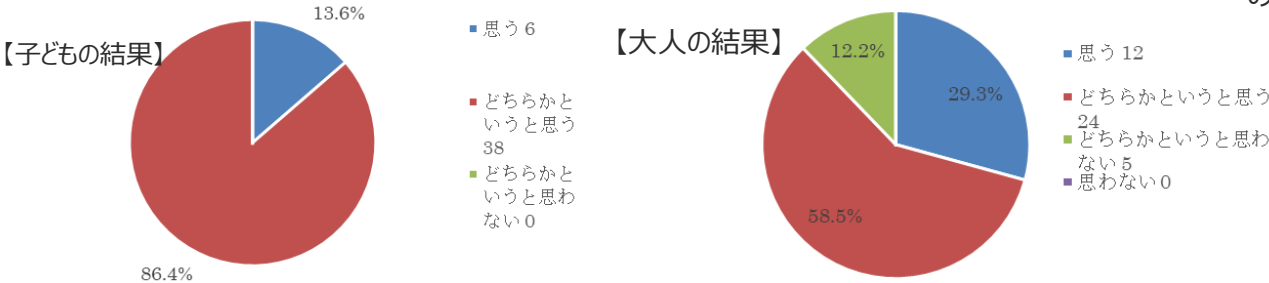
「特定非営利活動法人ただみコミュニケーションズ」

スポーツ実施改善要因の分析結果概要

効果スポーツ実施の阻害要因（事業実施前の仮説）	効果スポーツ実施の促進要因（検証結果）
【阻害要因①】 新型コロナウイルス感染症対策などの影響で屋外遊びや運動ができない	- 屋内でも運動ができる環境整備（新しい生活様式に合わせた運動あそび実践応援チャンネル（WEB配信）） - 活動の充足状況が見える化（ICT技術を使ったモニタリング・情報提供）
【阻害要因②】 長期的に運動あそびが制限されたことにより、多様な動きを経験する機会が乏しく、動きが不慣れで、運動に対する苦手意識を持つ人が少なくない	子どもが楽しく思わず夢中になって取り組むような「遊び」の考え方を土台にしたプログラムにより、運動実施意欲と日常の活動量の向上（ICT技術を使ったモニタリング・情報提供）
【阻害要因③】 新しい生活様式で安全・安心に配慮して楽しく遊ぶ環境を整えるノウハウが不足している	- コロナ禍でも安全・安心に配慮して楽しく遊ぶ環境の整備（プレイリーダーの育成） - 新しい生活様式で安全・安心に配慮して楽しく遊ぶ環境を整えるノウハウの提供（デルプログラム運用ガイドブックの作成）

● 阻害要因①の取組み ▶ 「屋内・家庭で実施できる環境整備」による効果

アンケート結果から、子どもたちがカラダを動かす活動時間が増えた割合は増加しており、大人（主に母親）も子どもとカラダを動かす機会が増えたと感じている割合が高かった。



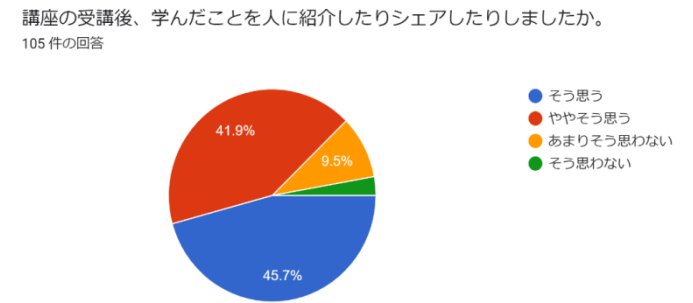
● 阻害要因②の取組み ▶ 「楽しく多様な動きでカラダを動かす運動あそび」の提供による効果

運動強度の測定データで見ると、子どもが日常的にカラダを動かしている傾向がうかがえ、運動強度も安静の割合が減り、低強度～中強度の割合が増加した。大人も同様の傾向が見られた。

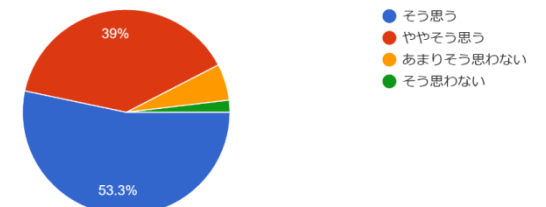
	只見			いわき			二本松			郡山		
運動強度	安静	低強度	中強度	安静	低強度	中強度	安静	低強度	中強度	安静	低強度	中強度
開始時	9.00%	62.70%	28.30%	16.10%	60.10%	23.80%	47.00%	40.80%	12.30%	20.50%	64.20%	15.30%
事業期間	6.40%	66.80%	26.80%	13.20%	58.10%	28.60%	8.40%	69.40%	22.20%	9.30%	71.70%	19.00%

● 阻害要因③の取組み ▶ 「オンライン研修」の人材育成効果

子どもたちの現状を踏まえた関わり方を理解できたと回答したものが学びを共有したり、意識して話し合う機会が増えた。



講座の受講後、子どもの遊びについて話し合う機会が増えたと思いますか。
105 件の回答



4. 今後の展開

事業継続や 横展開に向けた ポイント、課題	• 本事業終了後は、関係団体・自治体等の想定顧客から既に顕在化しているニーズや課題等をヒアリングし、それらを踏まえて事業継続に向けた体制を整備、構築する。 • 地域が自立して継続展開できる方法で事業を提供していくために、事業の担い手となるプレイリーダー養成における講座内容、妥当性や運動あそびを提供する際に求められる環境要件と費用等の検証が必要となる。
次年度以降の 事業継続、 横展開の計画	• 自治体（教育委員会、子育て支援部署、健康づくり推進部署等）の新型コロナウイルス感染症対策に伴う生活環境の変化に対応した取り組み施策を検討していきたいというニーズを踏まえた事業を構築することで、事業の継続性を高める。 • 横展開としては、各地域の総合型地域スポーツクラブや学童クラブが自治体の地域課題解決支援や、クラブの自主事業として展開可能な新事業領域であると考えている。
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	• 今後の継続的な事業展開については、中央幹事会の方で既にご予定をいただいている加盟団体間の事業連携マッチング機能に期待を寄せるところである。事業基盤の維持・拡充においても他団体との連携は望ましいことであると考えている。 • 事業の事例紹介をしていただくことにより、他地域での展開（横展開）につなげていきたいと考えている。