

令和 1 年度事業報告書

法人の名称

特定非営利活動法人楽しいスポーツを支援する会

1、 事業の成果

今年度はスタートのイベントとして、埼玉県草加市の生活介護事業所「そよかぜの森」通所者のアクアムーブメントを開催しました。その後、例年通り上井草スポーツセンターでの障がい児のアクアムーブメントを12月、3月と開催し、競泳選手の強化合宿も1月3月に準高地にある湯ノ丸高原で行いました。マスターズ大会にも2月までに数回出場し、川崎市多摩スポーツセンターの水泳水中運動教室も2月まで開催されました。しかし、新型コロナの影響で、3月以降教室は開催できませんでした。他のイベントも4月以降開催できませんでした。川崎市多摩スポーツセンターの職員、アルバイトスタッフについては雇用調整助成金を申請し、雇用の維持に努めました。

2、 事業の内容

生活介護事業所 そよかぜの森 利用者の為のアクアムーブメント

社会福祉法人 草加市社会福祉事業団

生活介護事業所 そよかぜの森

埼玉県草加市柿木町 1213 番地 1

☎048-951-5890

Mail soyokazenomori@sswo.or.jp



経営理念

人格の尊重を基本とし、利用者本位の先駆的な福祉サービスを提供し、地域共生社会の実現に貢献

経営方針

- 1、常に、安心・安全な専門性の高い福祉サービスを提供します。
- 2、常に、開かれた施設運営を実施し、地域と連携しながら地域との共生を図ります。
- 3、常に、経営基盤の強化・職員の意識改革を行い、効率的な施設運営体制の確立を目指します。
- 4、常に、積極的な情報発信により、透明性の高いサービスを継続的に実施し、不断の改善を図ります。
- 5、常に、先駆的なサービスの実現のため、人材の確保育成を図ります。

NPO法人楽しいスポーツを支援する会活動指針

- 健康と感動と幸福感

会場 草加市市民プール

〒340-0001

草加市柿木町 163-1



☎048-936-6824

25m×8レーン(水深 110cm~120cm) 幼児用プール 15m×7m(水深 50cm~60cm)

参加者 そよかぜの森 利用者 12名

そよかぜの森 スタッフ参加者 9名

楽しいスポーツを支援する会 講師 1名

ボランティア指導員 9名 事務局 1名

日時 令和1年10月2日(水)

当日の流れ

- 11:00 NPO ボランティア集合 半蔵門線新越谷駅
- 11:20 そよかぜの森着 新越谷駅からそよかぜの森のバスで移動
- 11:30 現地ミーティング スタッフ顔合わせ、目的、方法の確認
- 11:40 利用者との顔合わせと説明 歌を歌いながら自己紹介
- 12:00 昼食 利用者・スタッフ・ボランティア
- 13:30 プールへ出発 利用者・スタッフ・ボランティア
- 13:40 プール着 利用者更衣
- 13:52 集合写真
準備体操 歌を歌いながら身体を動かす
シャワーを浴びてプールへ
- 14:05 アクアムーブメント開始
参加者と指導員がマンツーマンで荒井講師先導のもと
順次プールに入る。
プール半面を使い右回りに回りながら、水中歩行。

25m 方向への縦移動、横向き歩行等水圧と浮力を受けながら、水から受ける刺激を感じ、それを利用して、リラックスへ導く。再度回りながら、輪を広げたり狭めたりしながら集団の動きをつくっていく。ここでも歌を取り入れ出来るだけ声を出しながら動きをつける。潜り始める人がいたので、出来る人は顔をつけたり、浮いてバタ足をしたりしている。アクアヌードルを使い背面浮きでの移動、アクアヌードルにまたがりお馬さんごっこなどを行う。このあたりで、更に出来る人は犬かきのような泳ぎを始めた人がいる。

- 14:50 アクアムーブメント終了 (14:20 頃より第一陣退出。その後順次終了していく)
- 15:00 全員プールより退出 更衣へ
- 15:15 そよかぜの森へ帰宅 利用者・スタッフ・ボランティア
- 15:20 ミーティング 次回への為の課題抽出
(指導員間、そよかぜの森スタッフ共同)
- 16:00 新越谷へ施設のバスにて移動 解散

感想





初めて「そよかぜの森の利用者さん」のアクアムーブメントを行いました。利用者さんと指導スタッフの顔合わせが歌に合わせて行われたので、和やかな雰囲気の中で初対面を済ませることができ非常に良かったです。プールに入る前の集合写真も無事に撮影でき、準備体操も荒井講師のリードのもと歌を歌いながら皆で動かしました。プールへ入って集団で動きながら目的を持った動きづくりをしていくことも出来ました。緊張の見えていた人も時間が経過するにつれ、笑顔が出てきました。集団の動きに入りきれない人もいましたが、その人たちも集団の動きを気にして、時々集団の中に入ってきました。水になれている人は顔つけをしたり、潜ったり、バタ足をして泳いだりと楽しんでいました。指導員・スタッフの皆さんも無理をして押さえつけるようなことがなく、アクアムーブメントの趣旨に沿って運動を導き出していました。何といても水が創り出すパワーは参加者の気持ちの安らぎと身体のリラックスを引き出します。はじめての場所で初めて会う人たちが、和気あいあい水中運動を楽しめた事が何よりの成功です。是非次回が行われて、アクアムーブメントが普及していくことを願っています。

収支 収入 44,000 円

支出 謝金 25,000 円

交通費 14,486 円

収支 4,514 円

上井草スポーツセンター障がい者のアクアムーブメント①

日時： 令和1年12月15日(日)

午後12時00分～14時30分 (ミーティング時間含)

場所： 杉並区上井草スポーツセンター

〒167-0023 東京都杉並区上井草 3-34-1

☎03-3390-5707

参加者： 名 自閉症等の障がいのある小学生、高校生、社会人

内容： アクアムーブメント(荒井講師のリード)

12:10 ミーティング及び指導員研修
アクアムーブメントの考え方

12:50 準備体操 (プールサイドにて)

13:05 アクアムーブメント

集団でつなぎ遊び、円陣遊び

13:20 教材を使って泳ぎにつなげるムーブメント

13:30 4種目同時指導(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ)

25m 単位で泳ぐ

13:55 終了 集団遊びで楽しく終了

目的： 杉並区上井草スポーツセンターに障害児のアクアムーブメントの定着

指導員： 講師 1名
指導員 10名 ボランティア1名
現地ライフガード手伝い 3名
事務局 1名

収支： 収入 99,814円
支出 講師料 7,000円
指導料 20,000円
交通費 指導員 13,200円
収支 59,614円

感想： 12月15日の開催となり、年末という事と他のイベントと重なることにより参加者が6名と少なかった。今回の参加者は平均年齢も低く、顔を水につけられない人もいて、より一層無理のないような動きとした。それでも開始30分が経つ頃には全員が慣れてきて楽しそうに動き、笑顔が出てきました。次回は3月1日を予定しています。

上井草スポーツセンター障がい者のアクアムーブメント②

日時： 令和2年3月1日(日)
午後12時00分～14時30分 (ミーティング時間含)

場所： 杉並区上井草スポーツセンター
〒167-0023 東京都杉並区上井草 3-34-1

☎03-3390-5707

参加者： 7名 自閉症等の障がいのある小学生、高校生、社会人

内容： アクアムーブメント(荒井講師のリード)

12:10 ミーティング及び指導員研修
アクアムーブメントの考え方
12:50 準備体操 (プールサイドにて)
13:05 アクアムーブメント
集団でつなぎ遊び、円陣遊び
13:20 教材を使って泳ぎにつなげるムーブメント
13:30 4種目同時指導(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ)
25m単位で泳ぐ
13:55 終了 集団遊びで楽しく終了

目的： 杉並区上井草スポーツセンターに障害児のアクアムーブメントの定着

指導員： 講師 1名
指導員 9名
現地ライフガード手伝い 1名
事務局 1名

収支： 収入 99,814 円
支出 講師料 7,000 円
指導料 18,000 円
交通費 5,463 円 指導員交通費 10,800 円
収支 58,551 円

感想： 3月1日の開催となり、新型コロナウイルスの日本での流行により、公立小中学校休校要請に伴い公共施設が軒並み2週間程度の休館となっている中で、杉並区の上井草スポーツセンターでは名簿の把握できる少人数イベントの開催許可がでて、無事に開催することができました。それでも当初の参加予定者は13名でしたが、数日間でキャンセルが出て7名の参加となりました。その中で、無事にイベントを終了でき、参加していただいた子供とその家族の方には喜んでいただく事が出来ました。もっと頻繁にやってほしいとの声も届き、関係者一同開催出来て良かったとの気持ちを強くしました。

令和1年度マスターズ

【目的】 競技会への参加により会員同士の親睦を図る
泳力向上を目指し、より深く水泳について理解する

【活動内容】 年間5～6回マスターズの試合に参加
サクラマスターズ大会、東京都マスターズ競技会大会、イーハトーブマスターズ盛岡大会

【感想】 今年度もマスターズ会員の練習会が開けませんでした。会員は自主的に練習を積み、楽しく大会に参加しました。もう少し、NPOとして支援していきたいと思えます。

収入：0円(年会費より)

支出：登録料 5,000円

収支：-5,000円

職業拡充事業

【目的】 公共施設やスイミングスクール指導員の就業支援と人材不足解消

収入：0円

支出： 広告宣伝費 24,750円

収支： -24,750円

川崎市多摩スポーツセンター水泳・水中運動教室

期日： 令和1年10月～令和2年9月

※コロナの影響で2020年3月以後教室開催が出来ませんでした



場所： 川崎市多摩スポーツセンター
 対象： 幼児から高齢者及び障がい者
 内容： 水泳・水中運動指導
 指導員： 専属職員 2 名、アルバイト指導員 15 名
 目的： 川崎市多摩スポーツセンター内プールにて、アクアムーブメントの理論と実践体系を活かした水泳・水中運動を継続して行い、川崎市多摩区地域の健康とスポーツの推進に寄与する。

収支：	収入	9,759,536 円
	支出	
	職員給与	4,566,000 円
	アルバイト給与	4,035,900 円
	交通費	766,928 円
	講習会費	85,145 円
	会議費	5,841 円
	支払手数料	79,124 円
	法定福利費	501,099 円
	福利厚生	142,390 円
	交際費	8,878 円
	保険料	46,213 円
	諸会費	11,000 円
	研修費	20,258 円
	合計	10,268,776 円
	収支	-509,240 円

成果： 今年度は、新型コロナの影響で、3 月以降の教室開催が出来ませんでした。よって、2019 年 10 月から 2020 年 2 月までの参加者数となります。令和 1 年 10 月からの教室では順調に参加者数を維持していました。参加者からの評価も良いものであった。

教室参加人数及び出席率

	R1/10/1(火)前期残り 1 日分		R1/10/9~12/21	
	人数	出席率	人数	出席率
キッズスイミング	42	82.6%	180	85.2%
ジュニアスイミング①	23	86.5%	258	88.3%
ジュニアスイミング②	39	86.7%	120	87.3%
ジュニアスイミング③	0	0%	15	85.3%
アクアビクス	0	0%	54	84.7%
シニアアクアムーブメント	12	78.3%	13	74.6%
成人スイミング	41	77.2%	68	75.1%

シニアスイミング	23	86.5%	87	82.2%
肢体障がいアクアムーブメント	0	0%	3	73.3%
知的障がいアクアムーブメント	0	0%	23	70.9%
親子スイミング	0	0%	16	62.5%
4種目泳法指導	0	0%	12	74.2%

R2/1/7～2/28

	人数	出席率
キッズスイミング	180	82.8%
ジュニアスイミング①	230	84.7%
ジュニアスイミング②	97	84.3%
ジュニアスイミング③	14	85.7%
アクアビクス	47	80.6%
シニアアクアムーブメント	10	78.8%
成人スイミング	65	74.6%
シニアスイミング	79	80.5%
肢体障がいアクアムーブメント	3	66.7%
知的障がいアクアムーブメント	17	84.6%
親子スイミング	10	68.6%
4種目泳法指導	10	91.4%

○川崎市多摩スポーツセンター知的障がい者アクアムーブメント

対象	中学生以上で小集団活動が可能な人
会場	川崎市多摩スポーツセンター
日時	毎月第3日曜日 10:00～10:50
参加者	一年間で延べ 86名
講師・指導員	3名

中学生以上を対象とした知的障害者の水中運動です。今年度は開催月の参加者が平均 11 名でした。運動不足解消と社会への参加を目的として、リラックスした楽しい空間をつくっていくように考え、進行しています。コロナの影響で 2020 年 3 月以降開催できない状況ですが。収束後は早く開催していきたいと思えます。

○川崎市多摩スポーツセンター知的障がい児アクアムーブメント

場所	川崎市多摩スポーツセンター
時間	水曜 午後 5 時 30 分から 6 時 30 分
対象	知的障害児
参加者	上記一覧表参照
講師・指導員	8名

今年度も平均して定員の 20 名を維持し毎期開催している。子供たちの多くは継続

して受講しているのですが、指導員にも慣れてきて、かなり泳げるものも出てきました。プールでの練習では従来通り、指導グループも4つに分け、立位姿勢中心のグループから、25mを泳ぐ練習をするグループに分かれています。泳げる人達も多くなりましたが、集団行動が出来ないで、勝手に動くようなお子さんもいるので、相変わらず指導員人数の確保が必要です。半年間教室開催が出来ていないので、せっかく慣れてきた子供たちが、今までのようにプール内で集団行動がとれるか、期待と心配が入り混じっています。

○川崎市多摩スポーツセンター 肢体障がい者 アクアムーブメント

場所 川崎市多摩スポーツセンター
時間 水曜 午後1時10分から2時10分
対象 肢体障がい者
参加者 平均3名
講師・指導員 3名

肢体に障がいを持った方のクラスですが、このクラスの参加者も平均3名と少ないのが現状です。マンツーマン指導となっています。多摩スポーツセンターのプールは入水する際にスロープから入れるので、車いす移動が可能です。施設状況も良いので多くの方々にご利用いただくと幸いです。アクアムーブメント携わる指導員は障がいを持った方々のその特徴に合わせて適切な運動処方を行います。基本は「無理なく楽しく」です。水の特性を利用し身体機能の改善に必要な動きのサポートをしていきます。運動はご本人の意思が、最も重要です。動かしたい気持ちが湧き上がってくるようにお手伝いします。参加していただいている方々は継続して行っています。今後も続けて行っていく予定のクラスです。

○川崎市多摩スポーツセンター キッズ・ジュニアクラス

多くのクラスでほぼ定員状態が続いています。次第に全体の泳力が向上してきているので、更に泳力向上につながるように、今後も指導員一人一人が。自らの技術を磨き指導方法の上達と開発に努めていく所存です。

○川崎市多摩スポーツセンター シニア・成人・アクアビクス

今年度の参加人数は安定してきました。何度か泳法指導、シニアアクアムーブメント、アクアムーブメントスイム等名称や内容を変更が安定し、それぞれのクラスが充実してきました。マスターズに参加したいとの声も出てきています。今後はさらに、指導力の向上を図り、安心して楽しく水中運動が出来る状況を確認していきたいと思います。

○川崎市多摩スポーツセンター 親子クラス

指導員の工夫もあり、今年度の参加人数は安定してきました。土曜日午前中の為か、父親の参加が多いようです。無理をしないで楽しみながら水に慣れていくクラスなので、参加者の笑顔と歓声が響いています。

冬季競泳選手合宿

競泳選手 湯ノ丸冬季合宿

期日： R2年1月5日～8日

場所： GMOアスリーツパーク湯の丸
 (湯の丸高原スポーツ交流施設)
 〒389-0500 長野県東御市新張 1272



練習日程：

2020	1/5(日)	1/6(月)	1/7(火)	1/8(水)
7:00		起床・体操 7:15～ 7:45	起床・体操 7:15～ 7:45	起床・体操 7:15～ 7:45
8:00		朝食 8:00～ 8:45	朝食 8:00～ 8:45	朝食 8:00～ 8:45
10:00	東京駅集合 10:00 銀の鈴広場	ドライ 10:00～11:00	ドライ 10:00～11:00	ドライ 10:00～11:00
11:00	東京駅 11:04 発 昼食 各自用意	水中練習 11:00～13:00	水中練習 11:00～13:00	水中練習 11:00～13:00
12:00	上田駅着 12:36			
13:00		昼食 13:15～14:00	昼食 13:15～14:00	昼食 13:15～14:00
14:00			先帰組	
15:00			上田駅発 16:30 東京駅着 17:52	上田駅発 15:52
16:00	ドライ 16:00～17:00	ドライ 16:00～17:00	ドライ 16:00～17:00	
17:00	水中練習 17:00～19:00	水中練習 17:00～19:00	水中練習 17:00～19:00	東京駅着 17:20
18:00				
19:00	夕食・ミーティング 19:00～20:00	夕食・ミーティング 19:00～20:00	夕食・ミーティング 19:00～20:00	
22:00	消灯 10:00	消灯 10:00	消灯 10:00	

参加人数： 15名(小学生2名、中学生4名、高校生6名、大学生2名、社会人1名)

引率コーチ 2 名

感想：初めての準高地合宿なので、初日の練習メニューから軽めに入っていました。それでも頭の痛みを訴える選手が出ました。低酸素による頭痛です。泳速も全体に遅くなっていました。慣れてきたのは 3 日目からです。後半も泳ぐ距離は多くせず、スピードを出す練習が主体となりました。施設環境は今まで行った合宿で最高でした。食事については、3 食ともビュッフェスタイルで、味も良く種類もある程度ありアスリート食堂と呼ぶにふさわしい内容でした。宿泊施設はほぼ 24 時間お風呂に入れ、床暖房も効いており、暖かい室でした。宿泊施設にトレーニングルームも併設されており、恵まれていました。日本選手権前に再度 1 週間の合宿をこの地で行い、備えたいと思います。

収入：講習料 862,800 円

支出：旅費交通費 136,040 円 宿泊・プール等施設利用料 627,500 円

支払手数料 1,296 円 保険料 11,390 円 交際費 7,368 円

福利厚生 2,700 円 講師料 2 名 80,000 円

合計 866,296 円



収支： -3,496 円

競泳選手 湯の丸オリンピック選考会対策合宿

期日： 令和 2 年 2 月 25 日～3 月 12 日

場所： GMO アスリートパーク湯の丸
(湯の丸高原スポーツ交流施設)
〒389-0500 長野県東御市新張 1272

参加人数： 2 名(大学生 1 名、社会人 1 名)

コーチ 2 名(交代制)



スケジュール：

2 日 2 回練習、1 日 1 回練習、1 日休養日を繰り返す

ドライランド 8:30～9:00	ドライランド 8:30～9:00	ドライランド 8:30～9:00
水中練習 9:00～11:00	水中練習 9:00～11:00	水中練習 9:00～11:00
昼食 11:30～12:15	昼食 11:30～12:15	昼食 11:30～12:15
ドライランド 14:30～15:00	ドライランド 14:30～15:00	
水中練習 15:00～17:00	水中練習 15:00～17:00	

各自ストレッチ 30'	各自ストレッチ 30'	各自ストレッチ 30'
夕食 17:15~18:15	夕食 17:15~18:15	夕食 17:15~18:15
消灯 22:00	消灯 22:00	消灯 22:00

疲労の蓄積をさせないために、上記スケジュールを基本として2日2回練習、1日1回練習。その次の日が休日。このサイクルを繰り返しました。

感想： 4月の競泳日本選手権の為に準高地合宿なので、参加者はトップレベルの選手となりました。参加者のうち1名は2月25日から3月12日までの長期合宿となり、もう1名は3月6日から12日までの1週間の合宿となりました。トレーニングスケジュールは、疲労蓄積を避けるために3日5回練習後1日休養日を取りました。トレーニング内容は、レース出場種目を中心としながら、他の種目も少し泳ぎ、距離は少なめにして、スピードを上げる練習が中心となりました。合宿中盤から後半にかけては、レースペースの練習を多く取り入れました。この湯の丸アスリートパークの施設は、プール、トレーニング室、食堂、宿泊所が隣接していて、移動時間が殆どなく良い環境です。食事もおアスリート食が完備していて、栄養のバランス、量、味の美味しさ等十分なものでした。今後も、チャンスがあればこのような合宿を行っていきたいと思います。新型コロナウイルスの影響で、各公共施設が閉鎖されている中で、合宿を行うことができたのは幸いです。日本選手権も無観客開催が決定しました。合宿参加選手には2020東京オリンピック選考会である今回の日本選手権において最高の成績を残してくれることを期待しています。

収入： 講習料 334,000円

支出： 旅費交通費 12,560円 講師料2名 120,000円

宿泊・プール等施設利用料補助食等 399,099円

支払手数料 440円 保険料 4,176円 交際費 9,803円

合計 537,078円

収支： -203,078円

指導者養成事業

川崎市多摩スポーツセンター職員に対する研修会を6月、7月、8月に開催しましたので、川崎市多摩スポーツセンター指導事業として報告いたします。

その他の事業は行いませんでした

