

平成 20 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

第 5 期目の事業年度では、アクアムーブメント指導者養成講習会を 7 回行い、知的障害児のアクアムーブメントを 3 回行いました。又、トライアスリート及びマスターズスイマー等のトップ競技者としての競技力向上を目的とした水泳指導を、平成 20 年 10 月より平成 21 年 9 月までを 4 期に分けて行いました。今年度の活動情報誌は平成 21 年 8 月に第 6 号を発行しました。昨年度より引き続き山梨県富士吉田市にある、マザーズホームの障害を持った保育園児 13 名の親子のアクアムーブメントを 7 月と 9 月の 2 回開催しました。他に、東京オリンピック招致活動の一環として、西東京市スポーツセンターにて障害児のアクアムーブメントを元オリンピック選手の田中雅美さんと一緒に行いました。重度障害者のアクアムーブメントは今年度は行えませんでした。数年間の活動の成果として知的障害児のアクアムーブメントの参加者が多くなってきました。その上、講師の依頼が養護学校、小学校から増えてきています。

2、 事業内容

(特定非営利活動に係る事業)

アクアムーブメント指導者養成講習会

開催日時 第 1 回 平成 20 年 10 月 19 日 第 2 回 平成 20 年 11 月 24 日 第 3 回 平成 21 年 1 月 25 日
第 4 回 平成 21 年 5 月 24 日 第 5 回 平成 21 年 5 月 31 日 第 6 回 平成 21 年 6 月 14 日
第 7 回 平成 21 年 9 月 6 日

開催場所 第 1 回 NEC グリーンスイミングクラブ
第 2 回 柿の実幼稚園
第 3 回 NEC グリーンスイミングクラブ
第 4 回 柿の実幼稚園
第 5 回 フィットネスクラブ ブリーズベイ
第 6 回 柿の実幼稚園
第 7 回 フィットネスクラブ ブリーズベイ

参加人数 第 1 回 10 名 第 2 回 2 名 第 3 回 6 名 第 4 回 4 名
第 5 回 12 名 第 6 回 4 名 第 7 回 11 名

講習内容 第 1 回 講師 吉見譲 12:00~15:00
講義 選手の心 各種目の目的別ドリル
実技 各種目のドリル
第 2 回 講師 大木喜知 12:00~15:00
腰痛・肩痛・膝痛 予防と改善運動
第 3 回 講師 荒井正人
アクアムーブメント指導法
第 4 回 講師 荒井正人
アクアムーブメント指導法
第 5 回 講師 宇野佳子・・・水中運動に生活の動きを取り入れ、日常生活に活かそう。
八木香・・・股関節疾患の方へのアプローチ法
第 6 回 講師 荒井正人
アクアムーブメント指導法
第 7 回 講師 宇野佳子・・・フロートストレッチ&コンディショニング
八木香・・・股関節疾患の方へのアプローチ法

上記講習会のためにチラシ 400 部作成

配布先：養護学校・小学校・NPO 会員・行政機関・スイミングスクール・スポーツクラブ・関係団体・希望者

収支： 収入 153,000 円

支出 講師謝金 168,000 円

交通費 27,420 円

講習会費 127,614 円

通信費 23,180 円

346,214 円

実施内容

アクアムーブメント指導員養成講習会を 7 回開催したが、2 回は知的障害児のアクアムーブメントとコラボレーションして行いました。参加者はアクアムーブメントの理念・方法についての理解がある程度出来たと思えます。

また、元オリンピック選手の吉見譲さんや、陸上コンディショニングの大木さんなど、昨年度とはうって変わった講師をお招きして行いました。アクアムーブメントとは一つの方法に囚われることなく水中運動を行うことでもあります。そのための良いヒントとなる講習会でした。フィットネスクラブブリーズベイにて行われる講習会も定例化していました。講師陣もマンネリ化することなく、自分の技量を惜しみなく発揮しています。アクアムーブメント事業を推進していくためには、良き理解者となる指導員養成は欠かせない大きな事業です。その主旨、理念を分かりやすく伝え、活発な活動をしていきたいと考えている。

知的障害児のアクアムーブメント

開催日時	第1回 平成20年11月16日	第2回 平成21年5月24日	第3回 平成21年6月14日
開催場所	第1回 柿の実幼稚園	第2回 柿の実幼稚園	第3回 柿の実幼稚園
参加人数	第1回 17名	第2回 7名	第3回 16名
講師	荒井正人(NPO 法人楽しいスポーツを支援する会認定講師・NPO 法人 JAEA 副理事長・水中ムーブメント協会会長・日本体育協会認定公認スポーツ指導員(水泳)・日本体育協会認定公認コーチ(水泳)・日本ムーブメント教育協会認定専門指導員)		
指導員	第1回 7名	第2回 5名	第3回 7名
ボランティア	第1回 1名	第2回 2名	第3回 2名
収支：	収入 48,400円		
	支出 指導員謝金 15,000円		
	交通費 5,640円		
	講習会費 10,000円	30,640円	
	指導者要請講習会と同時に行うことにより支出を軽減		

実施内容

前年度に引き続き楽しく水に慣れることと、指導員・参加者のコミュニケーションを図り、信頼関係を作ることを中心とした。遊びの中にルールを入れながら構成的な遊び「ゲーム」に移行していった。全体の動きを統制するつなぎ遊びを最初、途中と良いタイミングで入れていくことにより、ランダムな動きの中にも統制が出来る。合図があるまで待ったり、交代や順番を守ったり、社会性を高めていく内容も多く、参加者の力と興味・関心を考慮しながらアクアムーブメントボールはすすめられた。参加者と指導者・介助者で工夫・応用をしながら、楽しみながら場面理解を深めていった。

参加者の多様性により、今後のイベント開催において年齢・障害種別等を考慮する必要性が出てきた。講師、指導員事務局等によるミーティングを行い今後の方向性を考えていく必要がある。

活動情報誌発行

第6号	平成21年8月	300部発行
配布場所	養護学校 関係大学 行政機関 小学校 当NPO会員 希望者	
テーマ	人生の旅は片道切符 アクアムーブメントの目的 老いることを楽しむために一人生の中のワークシェアリングー ふれあい・やさしさ	
執筆者	荒井正人 宇野佳子 玉置佑介 小作陽子(絵葉書)	
発行部数	300部	
費用	執筆料 20,000円	
	印刷製本 32,445円	
	通信費 12,060円	
	合計 64,505円	

トライアスリートのエリートクラス水泳指導

期日	第一期 平成20年10月～平成20年12月	
	日曜日・水曜日・土曜日のうち	計33回
	第二期 平成21年1月～平成21年3月	
	日曜日・水曜日・土曜日のうち	計33回
	第三期 平成21年4月～平成21年6月	
	日曜日・水曜日・土曜日うち	計33回

第三期 平成 21 年 7 月～平成 21 年 9 月
日曜日・水曜日・土曜日うち 計 33 回

時間 午前 6 時 00 分～7 時 30 分
対象 日本選手権出場クラスのエリート選手及びマスターズスイマー
場所 太陽教育スポーツセンター内 25m プール
〒152-0021 東京都目黒区東が丘 2-14-6
内容 クロールを中心とした水泳練習
基礎的持久力を高める目的のトレーニングを中心に、スピード持久力養成、スプリント力養成トレーニングをおこなう。また、フォームにも目を向け、海や湖における集団泳にも対応できる能力を身につけるためのトレーニングもおこなう。
状況 エリートの中にも水泳が不得意とする者が、何人かいる。一般のアスリートより心肺機能が優れているために、体力でカバーしようとしているが、しっかりとしたテクニックを身につける必要がある。
その他 主催は NPO であるが、募集、選手管理は株式会社サニーフィッシュが行った
※ 指導は理事長が担当したので、指導料は支払わなかった。
収支 第一期 収入 250,000円 支出 交通費ガソリン代 9,900円
第二期 収入 250,000円 支出 交通費ガソリン代 9,900円
第三期 収入 250,000円 支出 交通費ガソリン代 9,900円
第四期 収入 250,000円 支出 0円・・・請求せず

マザーズホームのよい子とアクアムーブメント

期日 平成 21 年 7 月 10 日
場所 ブルーアース富士河口湖 (町営) 25m プール
富士河口湖町船津 5540
Tel 0555-24-0570
マザーズホーム・・・富士吉田市立保育園
小学校入学前の障害児通園施設
富士吉田市松山 4-11-27 Tel0555-24-0570

当日の内容

集合：7 時 00 分

お母さん方は、子どもの体調を把握し、無理をしないように。
指導員は移動中に担当の子どもの資料を確認

※持ち物チェック 水着・タオル・スイミングキャップ・着替え・お水(ペットボトル)・その他個別に必要なもの
会場到着：9 時 15 分

受付横の絨毯の場所で待っていきましょう
名簿で出席の確認。

顔合せ・説明：9 時 30 分

はじめまして、おはようの挨拶
アクアムーブメントの考え方とリラックスした雰囲気づくり
指導員紹介と子ども達紹介、お母さんの顔合せ
担当指導員の配置 お母さんとの個別な打ち合わせ
子ども達にスイミングキャップ配布

更衣：9 時 45 分

更衣 指導員の方もご協力を
準備体操場にて再度指導員との顔合せ
プールサイドに行くまでの説明
プール使用方法の説明
個別運動とグループ運動の説明

プール入場：10 時 00 分

プールサイドで記念写真
一連の流れと注意事項確認
シャワーを浴びましょう
プールサイドは滑りやすいので注意しましょう

アクアムーブメント開始：10 時 10 分

お母さんとプールに入る (プールの入水は指導員と連携して十分注意)
抱っこで水中歩行 集団の大きな流れ 水深にお母さんが慣れる
(円を描いて大きく動こう)
ランダムな動きで個別にチェック

ボールが水に入りみんなで遊ぶ
アクアヌードル・魔法のジュータンが水に入。(使い方をマスターしよう)
みんなでゆっくり水中歩行

- ※ 常に子どもの状況を把握しながら動く
- ※ 仲間とのコミュニケーションを図る
- ※ 集団と個別の動きに注意しましょう
- ※ プールサイドの移動は滑らないように注意
- ※ プールの使い方のマナーを大切に、そして規則は守る

アクアムーブメント終了・更衣：10時50分

移動の際、プールサイドは十分気をつける
ジャグジーにてゆっくりリラックス
お風呂又は採暖室にて保温
体の水をしっかりふき取りましょう
水分補給を忘れずに
更衣が終了したら、絨毯の部屋に集合して、さよならの挨拶

保育園へ移動：11時15分

車の運転は慎重に、保育園で昼食と記念撮影

参加者 11名とその保護者及び看護師、保育園の先生及びNPO講師・指導員及び理事、事務局員
総勢35名参加

感想 更衣室にて、自己紹介の際には、事前に文書にて、把握してあるも、子どもの障害について説明してもらおう。プールに入ることが初めての子ども。昨年アクアムーブメントを行った後、親子で、何度かプールに通った子どもなど、水に慣れているレベルに違いが出てきた。不慣れな親子には、指導員が付き、サポートする。シャワーの浴び方、プールへの入り方など、また、冷たい水の感触などについて、実際に入りながら、説明する。歌、揺らし、抱っこ（前向き、後ろ向き）膝にてジャンプ、プールフロアの上を歩く、などで水に慣れたのち、赤、青、黄色のゴムボールを自由につかむ、投げる、色分けに集めるなどして遊ぶ。フープやヌードルでお馬遊びや、自転車こぎをする。ハンドボール大のボールで、小さいボールとでは違うつかみ方、持ち方を体験する。途中、体温の低下がみられた子供は、ジャグジーにて、暖まる。のちにまた、プールに入り、皆と遊ぶ。最後には、ジャグジーでリラックス。アクアムーブメントが終了後、保育園に戻り、子どもたちは昼食となる。指導員も、用意された昼食を囲みながらの、反省会となる。いつもとは違う関わり方を知り、今後も親子、小グループなどで、プールに行き、さらに、水から得られる効果を実感できるよう、継続して欲しいと思います。

収入	売上	75,920円	マザーズホーム保護者会(2回分)
支出	謝金	講師 14,000円 1名	14,000円
		指導員 2,000円 7名	14,000円
	交通費	ガリン・有料道路・その他	41,950円
	講習会費		735円
	通信費		10,000円
	合計		71,685円

東京オリンピック招致障害児のアクアムーブメント

開催日時 平成21年9月12日

開催場所 西東京市スポーツセンター

参加人数 28名

講師 荒井正人(NPO 法人楽しいスポーツを支援する会認定講師・NPO 法人 JAEA 副理事長・水中ムーブメント協会会長・日本体育協会認定公認スポーツ指導員(水泳)・日本体育協会認定公認コーチ(水泳)・日本ムーブメント教育協会認定専門指導員)

指導員 7名

ボランティア 2名

収支： 収入 150,000円

支出 講師・指導員謝金 37,000円

交通費 10,440円

講習会費 1,815円 49,255円

感想 東京オリンピック招致活動の一環として、西東京市スポーツセンターにてアクアムーブメントを行いました。参加者は西東京市に就学する小学生の知的障害を持った子どもたちでした。ボランティアとして、オリンピック選手の田中雅美さんが協力してくれました。アクアムーブメントはこの地域では初めてでしたので、子供たちも不慣れで勝手な行動が目立ちましたが、後半は次第に興味を感じて

きたのか集団の中に入ってきて楽しそうでした。第2部には、「田中雅美さんと一緒に泳ごう」というコーナーです。身体に障害のある方と一緒に泳ぐコーナーなのですが、このコーナーでは、NPO理事の1名と一緒にパフォーマンスを行いました。また、荒井講師が隔週指導している方が特別参加をして盛り上げました。

幼児水泳指導

期日	平成21年9月に2回
場所	東京都目黒区の緑ヶ丘プール
時間	午後3時30分から4時30分
対象	2名・・・兄弟
内容	水泳指導
指導員	講師 荒井正人
状況	水慣れから泳法獲得までをゆっくり楽しく行う
収支	収入 32,300円
	支出 指導謝金 28,500円
	交通費 2,300円
収支	1,500円

その他の事業は行いませんでした