

令和元年度 宗像市 元気な島づくり事業 補助金交付プロジェクト 事業報告書



九州共立大学スポーツ学部
山田研究室
花田研究室

目 次

I 宗像市「元気な島づくり事業補助金交付プロジェクト」(概要) 【筑前大島における学生による健康・スポーツで地域活性化】	1
II 令和元年度 第1回大島プロジェクト 【大島全島運動会】	3
III 令和元年度 第2回大島プロジェクト 【小学生対象】	4
IV 令和元年度 第3回大島プロジェクト 【保育園児・小学生・高齢者対象】	7
※悪天候のため中止	
V 資料編	
1. 平成30年度 事前調査	8
2. 平成30年度 大学生の学習効果／地域貢献の効果	9

I 宗像市「元気な島づくり事業補助金交付プロジェクト」(概要)

【筑前大島における学生による健康・スポーツで地域活性化】

1 事業名 : 『筑前大島におけるスポーツを通じた健康づくり及びコミュニティづくり』

2 団体名 : 九州共立大学スポーツ学部 (山田明・花田道子)

山田研究室 (学生) 3 年生 15 名 / 花田研究室、アダプテッド・スポーツ研究部 (学生) 20 名

3 事業の目的

大島の人口は、年々減少を続けており、平成 27 年 3 月末現在で 701 人。昭和 50 年の 1,421 人からほぼ半減しており、高齢化率が 43.9%と高くなっている。 ※全国離島平均高齢化率：35.3% (平成 22 年離島統計年報)。そこで、離島の自立的発展を促進し、人口減少の防止並びに島民の健康づくりの促進を図るため、スポーツを通じた健康づくり及びコミュニティづくりに関する活動を行う。健康のためのスポーツ実施は継続することに意味がある。そのためのコミュニティづくりを視野に入れた世代間交流を目的とし実施する。核家族の多い中、幼児が高齢者と関わる経験は幼児の心を育てると共に子育て中の保護者にも、相談できる環境をつくり、子育てに悩む保護者同士のコミュニティづくりも同時に可能である。以上の事業目的に沿って、大学生が中心となり大島のすべての世代を対象としたスポーツ支援を行うことで、健康づくり及びコミュニティづくりに寄与する。

4 事業内容

平成 30 年度から令和 3 年度までの 4 年間は対象を限定し 1 年間を通して健康づくりやコミュニティづくりが推進できるようなしかけを行い、各年度 3 回 (午前中 2 時間) を目安に元気な島づくり交流事業として健康・スポーツ支援を実施し、評価 (体力測定) も行う。令和 4 年度については、総括としてスポーツ健康大会 (終日) を実施する。なお、毎年実施される全島運動会 (10 月) に参加し運営に協力する。

年 度	対 象	内 容
平成 30 年度	・保育園児 ・高齢者 ・幼児と高齢者	レクリエーション・跳び箱運動・マット運動 健康体操 (大島体操)・スポーツレクリエーション・スポーツ吹き矢 レクリエーションを通じた次世代交流・運動測定
令和元 年度	・保育園児 (年長) ・小学生 1-6 年生	体力向上及びスポーツが好きになることを目的とした身体活動を行う。*運動測定も実施 ※パラ・スポーツ (ボッチャ・風船バレー)
令和 2 年度	・小学校 (高学年) ・中学生 1~3 年生	大島中学校唯一の運動部であるバレーボール部と宗像の他の中学校バレーボール部が一堂に会し、スキルの向上を目指したスポーツ交流を行う。本学学生 (バレーボール部) によるバレーボールの技術指導。
令和 3 年度	成年	青年団 (青年部、青年の諸組織) を対象に、大島で人気のバレーボール大会 (ビーチバレーボール大会) 等の企画立案・実施する。
令和 4 年度	大島のみなさん	4 年間の成果として、みんなが楽しめるイベント (健康スポーツ大会) を行う。 *大島全島スポーツ健康スポーツ大会 (仮称)

※全島運動会の運営、補助、競技参加については、毎年実施する。

5 令和元年度「元気な島づくり事業」

第1回【令和元年10月14日】 大島全島運動会

第2回【令和元年11月20日】 小学生対象スポーツ教室（パラ・スポーツ）

第3回【令和2年2月6日】 運動能力測定・ふれあいレクリエーション ※悪天候のため中止

実施	活動
令和元年4月	ボランティア学生募集開始
令和元年5月	ボランティア学生勉強会開始（週2回）・事前打合せ①
令和元年6月	ボランティア学生勉強会開始（週2回）・事前打合せ②
令和元年7月	ボランティア学生勉強会開始（週2回）・事前打合せ③
令和元年8月	ボランティア学生勉強会開始（週1回）・事前打合せ④
令和元年9月	ボランティア学生勉強会開始（週1回）・事前打合せ⑤
令和元年10月14日	第1回大島全島運動会 ※大島島民 ※反省会（振り返り）
令和元年11月20日	第2回大島学園スポーツ教室 ※対象：小学生（32名） ※反省会（振り返り）
令和2年2月18日	第3回運動能力測定及び世代間交流（悪天候のため中止）※園児・小学生・玄寿会
令和2年3月	今年度の振り返り及び次年度に向けての打合せ

※ 参加者（学生ボランティア・保育園児・小学生・玄寿会）

実施日	学生ボランティア	保育園児	小学生	玄寿会
令和元年10月14日	5名	大島島民（約200名）		
令和元年11月20日	21名	X	32名	X
令和2年2月18日	※悪天候のため中止（参加予定数）66名 学生22名、保育園4名、大島学園30名、玄寿会10名			

※サポート（大学教員・保育士・小中学校教員・行政コミュニティ・その他）

元気な島づくり事業 IN 大島 大島・全島運動会



1. 日時：令和元年10月14日（月） AM 9:00～15:30

2. 場所：大島 島民グラウンド

3. 内容

- ①健康体操
- ②各種競技
- ③世代間交流（レクリエーション）
- ④来賓競技
- ⑤その他



※アンケート・インタビュー調査

令和2年度プロジェクトに向けて、
島民の皆様を対象に調査を実施。


Ⅲ 令和元年度 第2回大島プロジェクト 【小学生対象】

1. 日時：令和元年 11月20日（水） AM 10:00 ～ 12:00
2. 場所：大島学園体育館
3. 指導：九州共立大学スポーツ学部教員及びスポーツ学部生
4. 内容主題 「協力してパラスポーツを楽しもう」

- ①スポーツ学部生によるオリジナル“大島体操”
- ②ボッチャ
- ③風船バレー



1. 学習指導案【アイスブレイキング】

時間	活動内容	活動目標	指導上の留意点
5分	○じゃんけん（1対全員） ①勝った人→喜ぶ 負けた人→悔しがらる ②勝った人は先生にハイタッチしにくる ③負けた人は後ろの壁にタッチする	・じゃんけんを通して緊張をほぐす ・勝ち負けによってハイタッチや壁にタッチすることで楽しく運動をさせる	・走る際には周りに気を付けて行うようにする
7分	○猛獣狩りゲーム ①動物の文字数で集まる 例示) パンダ →3人組 ②集まったグループで自己紹介を行う 例) ○○です →○○の隣の△△です	・リズムに合わせてダンスをする ・ライオン ・マントヒヒ ・各回、集まったグループで自己紹介を行い、仲を深める	・楽しそうにダンスを行う ・グループができないようならスタッフが数合わせをする
8分	○フラフープリレー ①全員が手をつないでフラフープを一周する ②1回行った後グループで話し合いをして作戦を立てる ③作戦をもとにもう1度行う	 ・グループで協力して活動を行う ・速くフラフープを1周回せるように話し合いをする	・グループで協力できるように声掛けを行う





2. 学習指導案【ボッチャ】

時間	活動内容	活動目標	指導上の留意点
5分	『ボッチャ』 について ルール説明	ボッチャやパラスポーツについてルールを理解する (チームは猛獣狩り・フラフープと同じ)	<ul style="list-style-type: none"> ・実際のルールと少し違うことを理解させる 【ルール】 <ul style="list-style-type: none"> ・ライン(アクティブスポット)からボールを投げる(転がす) ・持ち球は1チーム5球交代で投げる ・最後白い玉(ジャックボール)に近いほうが勝ち ・学生は各コートで進行を補助する
5分	ボッチャ	実際にボッチャを楽しむ	<ul style="list-style-type: none"> ・学生は各コートに分かれて支援 ・投げる場所の少し後ろに待機ラインを作っておく ・勝敗の判定はその場の学生が判断 ・一回戦終了後チームをずらして二回戦の準備 ・どうすれば勝てるかなどの発問をして考えさせる
15分	ブラインドしてボッチャ	目隠しをした状態で協力して、ボッチャを試してみる	<ul style="list-style-type: none"> ・待機ラインのところから目隠しをさせる →投げるポイントまでの誘導 ・投げる方向、強さなどの声掛け ・2回行う(対戦相手を変える)
5分	①チームごとの振り返り2分 ②全体まとめ3分	目が見えないなどのハンデがあっても声掛けなどで一緒に楽しむことができることに気づく	<ul style="list-style-type: none"> ・子供の気づきを引き出せるように発問する 2人を指名して発表させる



3. 学習指導案【風船バレー】

時間	活動内容	活動目標	指導上の留意点
5分	<p>○風船バレーって何？</p> <p>①風船バレーについて説明する →子供も高齢者も障害のある人も全員が楽しめるスポーツ →北九州が発祥</p> <p>②チームで協力して、風船を床に落とさないようにする</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・風船バレーの簡単なルールやどのようなスポーツかを理解する ・チームで協力することの重要性を理解する 	<ul style="list-style-type: none"> ・指導者の一方的な説明にならないようにする →児童が発表する時間を作る 例) 風船バレーって何かわかる人？ なぜ風船を使うのか、など ・周りとはぶつからないように間をあける ・パスがつながらないグループには声掛けを行う
5分	<p>○風船に慣れよう グループになり、パスを出し合う (4分)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・風船の特性を理解する ・パスをつなげるためには、何が必要かを考える →協力、相手の取りやすい位置にパスを出す、など 	
18分	<p>○風船バレーをやってみよう</p> <p>1チーム5名程度で、実際に行う</p> <p>【ルール】</p> <p>①床に落としたり、1点</p> <p>②サーブは、得点に関係なく交互に行う</p> <p>③6分×3試合</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・風船バレーの楽しさに気づく ・チームで協力することの重要性に気づく 	<ul style="list-style-type: none"> ・怪我人が出ないように気を付ける 
3分	<p>○まとめ</p> <p>①感想を聞く</p> <p>②まとめの話をする</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・風船バレーは年齢や障がいの有無にかかわらず行えるものであることにくづく 	<ul style="list-style-type: none"> ・児童の意見を聞きそれを取り入れたまとめにする

Ⅳ 令和元年度 第3回大島プロジェクト 【保育園児・小学生・玄寿会対象】

※悪天候のため中止

1. 日時：令和2年2月18日（火） AM 10:00 ～ 12:00
2. 場所：大島学園（体育館）
3. 指導：九州共立大学スポーツ学部教員及びスポーツ学部生
4. 内容
 - ①健康体操（スポーツ学部生によるオリジナル“大島体操”）
 - ②大島保育所園児・大島学園小学生と高齢者のふれあいレクリエーション
 - ③運動測定（握力・開眼片足立ち・10m障害物歩行など）

【保育園児・小学生測定】

9:30	身長/体重/インピー/重心動揺（年長）	
10:00	準備体操/全員で開眼片足立ち※3人1組（学生・子ども・おじいちゃん/おばあちゃん）	
10:15	両足連続跳び越し	重心動揺（年中）
	Tボール投げ	両足連続跳び越し
10:30	ペグ	立ち幅跳び
11:00	立ち幅跳び	Tボール投げ
11:30	25m走	
11:45	全員でレクリエーション	

【高齢者測定】

	A チーム	B チーム	C チーム
9:30	身長/体重/握力/足把持力		
10:15	10m障害	ファンク/ペグ	長座/握力
10:30	重心動揺	10m障害	ファンク/ペグ
11:00	長座/握力	重心動揺	10m障害
11:30	ファンク/ペグ	長座/握力	重心動揺
11:45	全員でレクリエーション		

V 資料編

1. プロジェクト事前調査（平成30年度） ※2018年4月実施

プロジェクトを企画するにあたり、事前準備として島民（成人）の方100名に健康・スポーツアンケートを実施し、計画運営の参考にした。図1から、島民の94%が運動の必要性を感じており、図2から67%が運動不足の現状を自覚している。図3よりプログラムとして参加したい運動（複数回答）として、球技（バレーは大島の地域スポーツ）、体操、ウォーキングなど手軽で継続できる種目を望んでいる。図4では、スポーツでの世代間交流が「ある」49%、「ない」51%との回答があり、不足している状況である。

図1 健康維持増進に運動が必要だと思いますか（%）

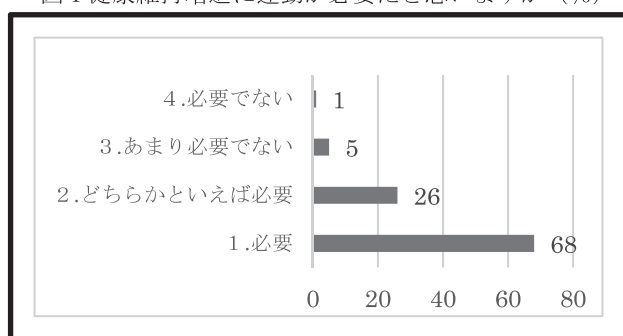


図2 運動不足だと思いますか（%）

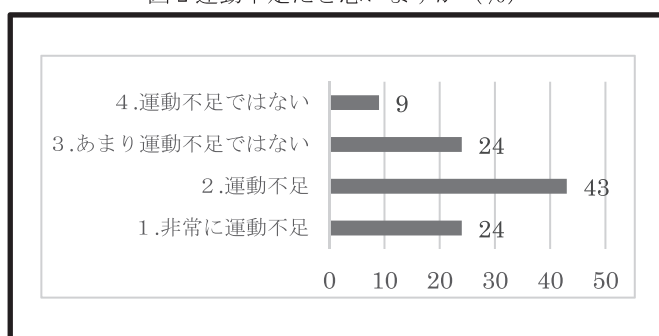


図3 どのようなプログラムが必要と思いますか（人）

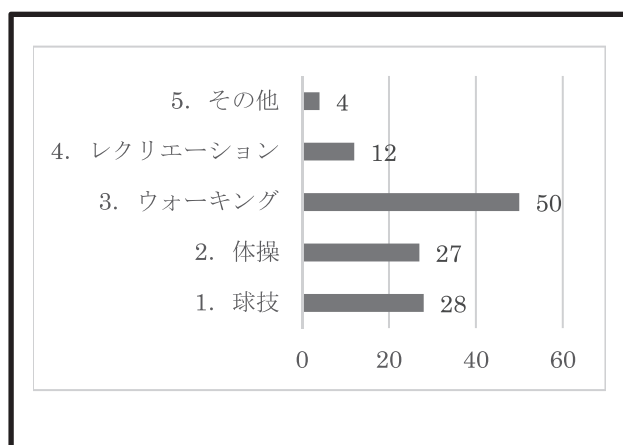
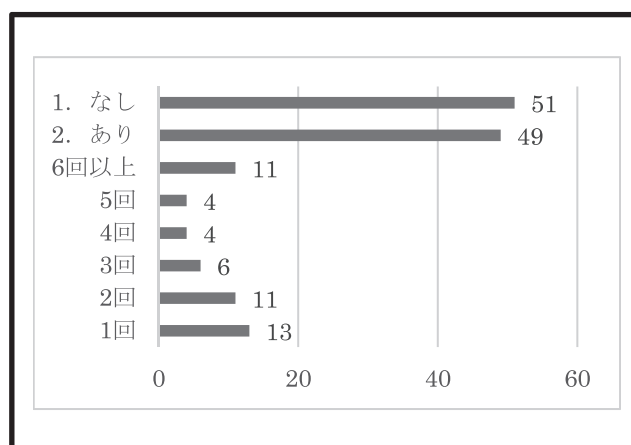


図4 スポーツでの異世代交流はありますか（%）



2. プロジェクトの効果（平成 30 年度） ※2019 年 3 月実施

(1) 大学生の学習効果

①アンケート調査（自己評価）にみる学生の学びの効果

活動に参加した学生の意識がどのように変容したかをアンケート調査（事前・事後、t検定）した。学びの効果（意識の変容）が顕著に見られた資質・能力については、表 1～表 3 に示した課題解決能力、計画実行能力、コミュニケーション能力であった。目標への工夫、見通しを持って活動する重要性、実行に移す心構え、他者の話を聴き、自分の意見を伝え対話するという力が島民と共通の目標をもって協力しながら活動した学びの効果である。

表 1 課題解決能力 *** (P<0.01) ** (P<0.05) * (P<0.10) N=35 (%)

質問事項	選択肢	事前	事後	有意差
私は、目標を達成するために効果的な活動を工夫することができる。	全然該当しない	8	8	**
	あまり該当しない	62	31	
	該当する	15	38	
	良く該当する	15	23	
	大変よく該当する	0	0	

表 2 計画実行能力 *** (P<0.01) ** (P<0.05) * (P<0.10) N=35 (%)

質問事項	選択肢	事前	事後	有意差
1 私は、将来のことをいつも視野に入れることができる。	全然該当しない	4	0	**
	あまり該当しない	34	12	
	該当する	46	65	
	良く該当する	16	19	
	大変よく該当する	0	4	
2 私は、計画したことを行動に移す資質や能力がある。	全然該当しない	23	8	*
	あまり該当しない	23	19	
	該当する	38	35	
	良く該当する	12	30	
	大変よく該当する	4	8	

表3 コミュニケーション能力 *** (P<0.01) ** (P<0.05) * (P<0.10) N=35(%)

質問事項	選択肢	事前	事後	有意差
1 私は、自分の考えを他者と相談したり 伝えたりすることができる。	全然該当しない	27	4	**
	あまり該当しない	27	15	
	該当する	35	54	
	良く該当する	11	23	
	大変よく該当する	0	4	
2 私は、他者の話に耳を傾けることが できる。	全然該当しない	27	15	**
	あまり該当しない	34	15	
	該当する	27	54	
	良く該当する	8	12	
	大変よく該当する	4	4	

②活動日誌にみる学生の学びの効果

学生は、活動日誌を常に記入している。次は活動日誌からみられる学習効果である。

i) 「地域社会を身近に感じるようになったか」

地域の住民と会話ができたことにより、その人たちの地域への思いや考えを知ることができた。／地域に密着した活動の経験により、自分の育った地域のことと比較しながら考えることができ、地域の在り方を身近に感じた。／離島という小さな地域の中で生活している住民の方と関わったことで、人の繋がり的重要性を身近に感じた。

ii) 「ボランティアを通して、どのような資質能力が身についたと思うか」

地域の課題を知ろうとする意識。／保育園児や高齢者の方とのかかわり方を学んだ。その中で困難な体験も経験した。／スポーツ学部で在籍しているので、大学で学んでいる健康やスポーツを実践したことにより授業の理解が深まった。／地域の特色や魅力を感じる力、コミュニケーションや対話力。／地域の良さや魅力を発見する力、そのことを地域の課題解決に活かそうとする企画やアイデアを考える力。

(2) 地域貢献の効果（高齢者によるプログラム評価）

①アンケート調査

第2回高齢者対象のプロジェクト（第3回世代間交流、運動測定も含む）に関して、参加した10名からアンケートの回答を得た。図1から70%の高齢者が良かったという評価、図2から90%が世代間交流、運動測定を肯定的に評価している。図3、4から、リエクレリエーション及びスポーツ吹き矢を90%の高齢者が評価している。

図1 健康体操のプログラムは良かったと思いますか (%)

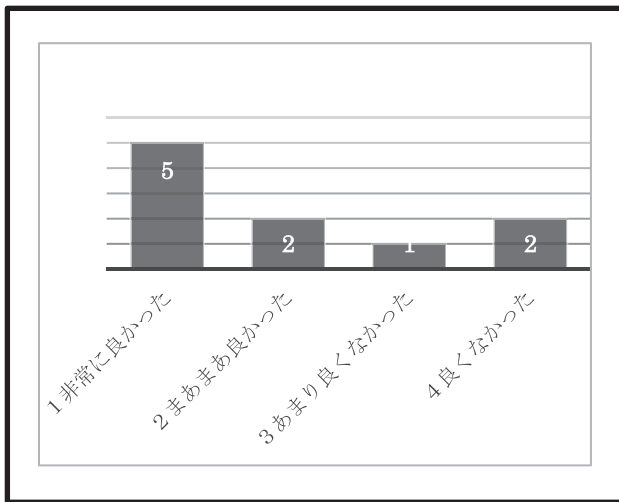


図2 異世代交流与運動能力測定は良かったと思いますか (%)

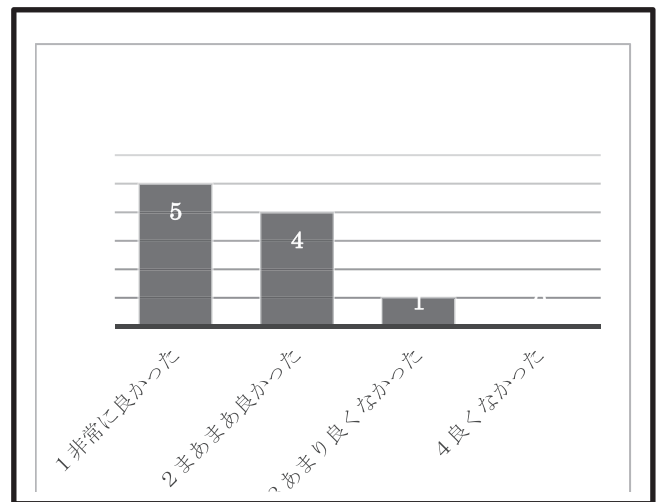


図3 リекреーションのプログラムは良かったと思いますか (%)

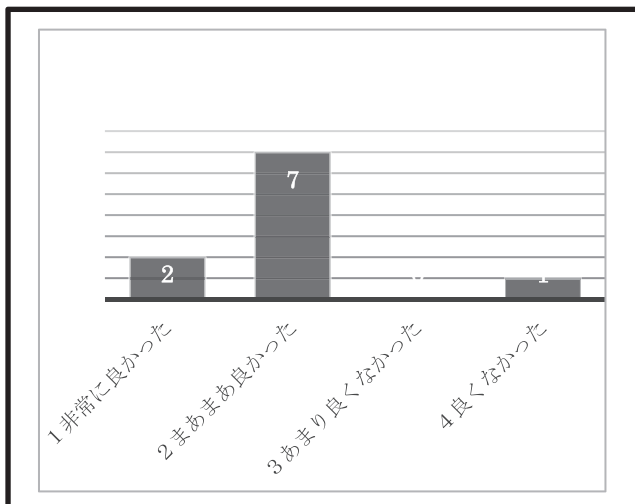
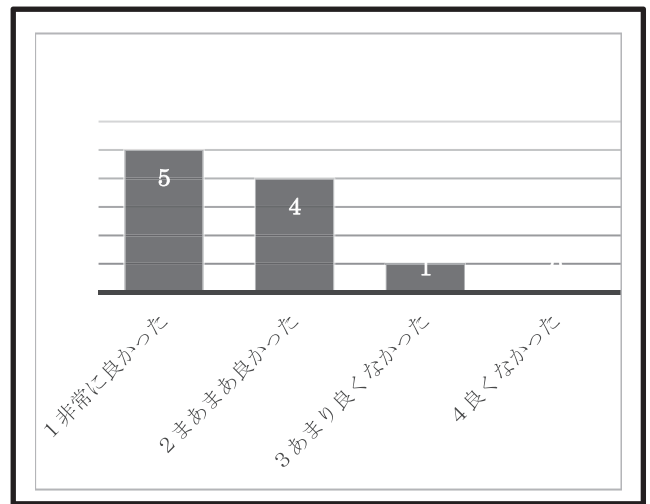


図4 スポーツ吹き矢のプログラムは良かったと思いますか (%)



②地域住民への調査（自由記述）に基づく満足度

ボランティアに積極的に関わろうとしている姿が学生らしく印象的だった。／保育園やコミュニティ（行政）ではできないことを、ボランティアの学生が協力してくれたことにより実施できて助かった。／保育園児に教えてくれた跳び箱やマット運動など、技術的な助言により短時間で上達することができ園児も喜んでた。次回はもっと難易度の高い技術を教えてほしい。／高齢者向けのオリジナル体操は、これからも指導してほしい。／高齢者に紹介してもらったスポーツ吹き矢は、健康のためにも玄寿会で取り上げたい。／全島運動会での運営ボランティアは、終日活動してもらい、その成功に貢献してくれた。

令和元年度

大島プロジェクト

発行 令和2年3月

山田研究室・花田研究室

〒807-8585 北九州市八幡西区自由ヶ丘1-8

TEL : 093-693-3403



九州共立大学
KYUSHU KYORITSU UNIVERSITY