

〈PR〉

2004年にまちびらぎした彩都。
 今では、2300世帯、6800人もの方々がお住まいの元気なまちに育っています。
 周辺環境を生かした特色の一つとして、「彩都健康都市構想」を掲げている彩都では、
 住民の健康づくりを推進する取り組みが行われています。
 今回は、その一環として、4月17日に
 大阪保健医療大学・彩都スポーツ医科学研究所と
 彩都西小学校を会場として開催された
 「彩都健康スポーツカレッジ」の様子をお伝えします。



「速く走れるコツと、駅伝と短距離のどちらが向いているのかわからない」と参加した宇山光咲さん(中1)とその家族(川辺都在住)。朝原さんからは、「今ほど走らねば、バランスよく鍛えておけば、そのうちに得意な方が決まってくるよ」とのアドバイスが(写真右)



垂直跳びに挑戦。自分の記録もほかの人の記録も気になります(写真左)



朝原さんのアドバイスで20m走にチャレンジ。次は自己記録更新なるか?(写真上)。「もっと速く走りたい」と参加した芝本健人くん(小5・大阪市都島区在住)。20m走でも、垂直跳びでも挑戦するたびに記録を更新していました(同左)



セミナー

第2部 「スポーツで子どものからだ・こころを育む。～子どもの健全育成システム構築のために～」

- パネラー
 中村憲正(大阪保健医療大学教授)
 朝原宣治(陸上五輪メダリスト・大阪ガス)
 巽樹理(シンクロ五輪メダリスト・追手門学院大学)
 小島初佳(陸上日本選手権女子100m7連覇・ビップフジモト)
- コーディネーター
 清家輝文(ブックハウスHD) ※敬称略



午後からは、彩都西小学校の体育館に会場を移し、第2部としてセミナーを開催。パネリストの中村教授は、大阪保健医療大学で行っているアスリートへのサポート技術や地域の子どもの健康増進のための活動などを説明。朝原さんは、今年4月から本格始動した陸上クラブ「NOBY T&F C」の内容を紹介。巽さんは、子どもたちにスポーツで夢や希望を与えたいと設立された「アスリートネットワーク」の活動について紹介。小島さんは、子どもの発達段階におけるスポーツ障害の予防についてその重要性を紹介してくれました。
 最後は、清家さんを中心に、元気で明るい子どもを地域でどう育てていくか、そのためにはどんな連携が必要なのかをディスカッション。トップアスリートや専門家の体験を基にした発表に、来場者たちは熱心に耳を傾け、メモを取る姿も見られました。

第3部は、セミナーと並行して、彩都西小学校のグラウンドで「北澤豪ファミリアサッカースクール」が行われました。
 今回、抽選で選ばれた親子100組に元日本代表の北澤豪さんが直接指導。パスやドリブルなどをチェックしたあと、わかりやすくアドバイスすると、子どもたちはすぐに反応します。うまくできたときの顔はなんとも誇らしそう。それをうれしそうに見ている保護者の姿も印象的でした。
 色分けしたチームに分かれてのミニゲームは、子どもだけでなく、親の部も、お父さんの代わりに参加したというお母さんは「こんなに走る時は…」と、へと様子ながらも楽しそう。「普段、子どもはこんな大変なことを頑張っているんだなあと感心しました」というお父さんの声も聞かれました。
 自身も3人の子のパパという北澤さんは、最後に子どもたちとお約束。「好きなサッカーをさせてくれること、休みの日にも付き合ってくれることを親に感謝を。今夜はマッサージュしてあげてね。子どもたちの元気な「はい!」の声で、イベントは終了しました。

第3部 親子で一緒にキック
 元日本代表が親子に直接指導



青空の下、北澤さんの指導を受けながら、子どもたちは元気にボールを追います(写真上)。締めくくりは全員が集合して、北澤さんのお話を聞きました(同下)

みどりともらいの
 みえる丘

彩都(国際文化公園都市)建設推進協議会
 〒540-0012 大阪市中央区谷町2丁目2番22号 NSビル8階
 http://www.saito.tv
 ☎06(6949)3191

魅力いっぱいの街・発見

彩都
 +Plus
 Seeing
 サイトシーイング
 vol.4

「彩都健康スポーツカレッジ」の様子をレポート
 彩都のまちでスポーツ体験

第1部 最新機器で体力測定
 力を知り、伸びを目指すきっかけに

前日までの雨もやみ、穏やかな春の日差しの中で開催された「彩都健康スポーツカレッジ」。第1部は、彩都ライフサイエンスパークにある、「大阪保健医療大学・彩都スポーツ医科学研究所」を会場に、「朝原さん、小島さんと、走って、体力測定しませんか!」と題し、最新機器を使っての測定会が行われました。多数の応募の中から当日、高き跳べた」と、楽しそうに何度も自分の力を試していました。
 「さすがに子どもたちは吸収が早いですね」と驚く小島さん。朝原さんは「こうして競争させるのもいいことです。子どもたちは自分の力を知り、伸びを目指すきっかけにもなります」と話していました。
 最大限の力を発揮するには、自分の体をうまく使うことと教わった子どもたち。これからの成長が楽しみです。

こんな最新機器が大阪にあって、それを使えるのはスゴイことなんです。今日は、自分の力を測り、力いっぱい楽しんで

アドバイスをしてくれたのは

正しく体を使って運動することが、ケガの防止につながります



オリンピック銅メダリストの朝原宣治さん(大阪ガス、アスリートネットワーク副理事長:写真上)、陸上日本選手権女子100m7連覇の小島初佳さん(ビップフジモト:同右)

主催:彩都健康スポーツカレッジ実行委員会= (彩都(国際文化公園都市)建設推進協議会、大阪保健医療大学、アスリートネットワーク、大阪ガス、茨木市、箕面市、箕面彩都フオスターFC、都市活力研究所)、朝日新聞大阪本社広告局 後援等:茨木市教育委員会、箕面市教育委員会、彩都LSP立地健康関連企業(MGファーマ、ビップフジモト)、彩都バイオヒルズクラブ