

「平成30年度かがわ生涯スポーツフォーラム」が開催されました

平成30年11月24日(土)、観音寺市民会館(ハイスタッフホール)にて「平成30年度かがわ生涯スポーツフォーラム」を開催しました。

日本各地が未曾有の自然災害に見舞われた平成30年。いざという時、スポーツに関わる者として何ができるのかを参加者が共に考え、スポーツの持つ力を再確認する機会を提供する事を目的に「スポーツ×防災」をテーマに設定しました。

当日は、県内の総合型地域スポーツクラブ関係者やスポーツ推進委員、スポーツ少年団指導者、防災関係者など、約100名が集まり、熱心に講師の話に耳を傾けました。

○開会行事



県教育委員会事務局保健体育課
渡辺課長

県教育委員会事務局保健体育課渡辺課長より、「2020年東京オリンピック・パラリンピック開催まで2年を切り、日本のスポーツ界は今後ますます盛り上がっていくのではないかと期待している。平成29年3月にスポーツ庁が策定した『第2期スポーツ基本計画』では、『一億総スポーツ社会』の実現を目指すことが書かれており、スポーツの持つ魅力を地域で身近に体験できる場として、総合型地域スポーツクラブの存在がある。会場のある観音寺市でも、一ノ谷スポーツクラブ、ちょーほいクラブの2クラブが熱心に活動されている」との挨拶で、フォーラムが開会されました。

○特別講演(50分)

演題:「～『やらなければ』が『やってみたい!』に変わる!～楽しいアウトドア防災術」

講師:あんどうりす氏(アウトドア流防災ガイド)

阪神大震災の被災体験と自身のアウトドア知識を活かして、全国で年間100回以上の講演活動をされているあんどう先生をお招きして、ご講演いただきました。

「災害発生から4時間以内に困るのはトイレ。常日頃から、車やカバンに携帯用トイレを入れておくと便利」「100mmの雨とは『1㎡あたり1時間に1回100kgの力が落ちてくる事と同じ』と考えて、早め早めの避難を心がけてほしい」といった解説と共に参加者にグッズを回しつつ、「地盤サポートマップ」や「星座アプリ」など、日常生活の中で活用できるアプリもご紹介いただきました。

また、カーテンやシーツなど布1枚で赤ちゃんをおんぶ、だっこする方法や、腕をより高く上げるコツ、力を入れずに簡単に座っている人を起こす方法等、スポーツフォーラムらしく、参加者も一緒に体を動かしながら学びました。

50分があつという間の講演で、講演後は「もっと話を聞きたかった!」「ぜひ自分達の地域でも講演してほしい」という声が多数寄せられました。



あんどうりす氏ホームページ

URL: <https://andorisu.jimdo.com/>

○分科会(120分/60分×2回)

特別講演の後、分科会を行いました。参加者は、全4テーマのうち興味のあるテーマを2つ選んで参加し、事例紹介や実技体験などで知識を深めました。

分科会①

「熊本地震から2年…

被災地における子どもとスポーツ」

講師：齋藤久允氏

(ひかわスポーツクラブ クラブマネジャー)



平成28年度以降、齋藤氏が熊本地震被災地で継続して取り組んでいる『熊本未来への懸け橋プロジェクト』について、動画も交えつつ事例発表をいただきました。「一時的な支援ではなく、支援内容(ノウハウ)がその場所で循環していかなければならない。自分は、支援を止めるために支援を続けている」という言葉に、参加者は真剣に頷きながら耳を傾けました。

分科会②

「正しいことより、楽しいことを。」

親子で夢中になる防災教育」

講師：永田宏和氏

(NPO 法人プラス・アーツ理事長)



『イザ！カエルキャラバン！』『レッドベアサバイバルキャンプ』など、親子で参加できる楽しい防災教育を多数展開しているNPO 法人プラス・アーツ。平成30年10月から、新たに展開している防災技術と体力を競う防災スポーツプログラム「BOU.LEAGUE(防リーグ)」についても情報提供をいただき、防災活動に参加してもらうきっかけづくりについて学びました。

分科会③

「動いて学ぼう！

エコノミークラス症候群予防体操」

講師：片山昭彦氏

(四国学院大学教授／健康運動指導士)



パワーポイントを使用してエコノミークラス症候群のメカニズムについて学んだあと、予防体操を体験しました。「エコノミークラス症候群は、発症すると呼吸困難や窒息状態に陥り、状態が悪ければ突然死にも繋がる」「睡眠時を除いて、1～3時間に1回を目安に、ストレッチ等の軽い運動をするといい」と、片山氏の軽快なトークと共に楽しく体を動かしました。

分科会④

「Yes,No…自分ならどう動く？」

『クロスロード』体験会」

講師：高橋真里氏

(香川県防災士会 事務局長)



『クロスロード』とは、出された質問についてYesかNoかで自分の意見を瞬時に示し、参加者同士で意見交換を行う災害対応カードゲーム教材です。笑いありのアイスブレイキング的な質問からはじまり、「災害時に備えて風呂に水を溜めるか」「人数分用意できない緊急食料を配るべきか」など、1人1人が災害を自分事として捉え、真剣に考えるきっかけとなりました。