

利島村

【児童・生徒数】
31名

【学校数】
1校（小中併設校）

【利島村の特色】

- ・利島は人口約300人の小さな離島。島全体がおよそ20万本の椿林に覆われ、豊かな自然がある。
- ・島の周囲が絶壁で平坦な土地はほとんどない。島の北側がやや緩やかな斜面になっており、唯一の集落がある。



【課題・改善】

- 住民全体の運動習慣形成に向けて、年代や運動への意欲に応じて、一人ひとりに合った適切な運動機会を提供することが重要。
- ⇒学校で実施しているロードレース大会については、学年で一律の距離を走るのではなく、各個人が自分の目標を設定した上で、その目標達成に向かって取り組む形式に変更できないか検討。
- ⇒幅広い年代が参加できる「身体づくり講座」の定期的な開催についても検討。

【実態・課題】

- ・豊かな自然に囲まれた地域でありながら、児童・生徒の運動実施頻度は平均的。
- ・坂道が多い地形であり平坦地が少ないため、実施可能なスポーツに限りがある。
- ⇒住民全体の運動習慣の形成を図る。
- ・コロナ禍を経て、学校と地域の連携、行事運営のあり方が変容。
- ⇒ポストコロナの状況下で、人口300人だからこそできる学校と地域の連携について模索が必要。

目標

- ① 住民全体の運動習慣形成
- ② 学校と地域連携の促進に寄与する

【成果】

- 「身体づくり講座」参加者アンケート
 - ・参加者のうち83%が「今後、運動の機会を増やしたい」と回答。また、参加者全員が「同様の機会があれば参加したい」と回答。
- 長距離走、ロードレース大会の結果
 - ・小学生では全体の90%の児童が前年の記録を更新することができた。一方、中学生で記録を更新した生徒は14.3%となった。
- 学校と地域連携の促進
 - ・運動会やロードレース大会について村民に案内を行った結果、前年を超える参加者があり、住民の運動習慣の形成や学校と地域の連携促進に寄与することができた。

【取組】

- 村民向け身体づくり講座の実施
 - ・坂道が多い利島において、運動習慣を形成するため、村民向けに「身体づくり講座」を開催。当日は幅広い年代の方が参加した。
- 児童・生徒向け長距離走講座の実施
 - ・12月に開催するロードレース大会に向けて、児童・生徒向けに「長距離走講座」を開催。
- 学校と地域連携の促進
 - ・村民大運動会やロードレース大会への村民の参加者、学校と地域連携がより促進されるよう、呼びかけを行った

【取組（詳細）】

○ 村民の運動習慣形成に向けた身体づくり講座を実施（9月）

- ・ロンドン五輪400mハードルのオリンピックアスリート館野哲也氏を講師として招聘し、村民向けに「身体づくり講座」を開催。幅広い年代の村民が参加した。
- ・坂道が多い利島での運動習慣形成のため、自宅や日常の歩行時取り入れることができる運動や体操のレクチャーしていただいたほか、自分の体力を確認するため歩行やボール投げといった運動も実施。
- ・9月に開催する村民運動会に向けて、住民の怪我予防の観点からも有意義な講座となった。



村民向け身体づくり講座
講師：館野哲也氏

○ 児童・生徒向け長距離走講座を実施（11月）



児童・生徒向け長距離走講座
講師：館野哲也氏

- ・9月の講座に続き、館野哲也氏を講師として招聘し、学校の体育の授業において児童生徒向けに「長距離走講座」を開催。
- ・12月に開催するロードレース大会に向けて、坂道を走る時の身体の使い方や歩幅、姿勢など具体的な指導を頂いた。その後、実際のコース（村道）を走りながら、より実践的なアドバイスも頂き、当日に向けて意欲を高めることができた。
- ・講座の終わりに、質疑応答の時間も設定し、館野氏がオリンピックアスリートとなるまでの歩みや、姿勢など、様々な面で学びを深める機会となった。

○ 上記の講座と連動した行事の実施、学校と地域連携の促進

- ・上記2つの講座を契機に住民全体の運動習慣形成を図るため、運動会（9月末）やロードレース大会（12月）について、タブレット端末を使用して、村民へ参加の呼びかけを行った。
- ・村民運動会では、「大人による50m走」など、講座と接続した種目を実施した。前年を超える参加者があり、住民の運動習慣の形成や学校と地域の連携促進に寄与することができた。



12月開催
「ロードレース大会」