

令和3年度公益財団法人光市スポーツ振興会事業計画

新型コロナウイルス感染症の拡大は未だ収束の兆しが見えず、今後の見通しも立たない状況にありますが、ワクチン接種効果等により改善が図られることを期待し、令和3年度の事業計画を策定致しました。

1年延期となった東京オリンピック・パラリンピックが開催される令和3年度には、様々なスポーツイベントも開催できる環境が整い、これまで以上に市民のスポーツに対する関心が高まることを期待しています。そのため、より多くの市民の皆様に安全で快適に施設をご利用いただけるよう、適切な管理運営に努めることは勿論、スポーツやレクリエーション等の各種事業については、本会の長年の経験と実績を活かし、更により一層の充実を図って参ります。また、各種イベント開催では、より多くの市民にご参加いただけるよう創意工夫を凝らし、特に「スポーツフェスタ in 光」では、オリンピックに因んで盛大に開催します。

令和3年度の個別かつ具体的な事業計画は次のとおりであり、これらの事業展開を通して、市民が広くスポーツに親しみ、心身ともに健康で活力に満ちた明るい地域づくりに寄与して参ります。

1 スポーツ振興事業等

スポーツ教室、講習会などの自主事業を企画し、市民のスポーツへの欲求に応えるとともに、(6)に掲げる光市の主催事業には、共催団体として協力し、より多くの市民がスポーツに親しむことができるよう努める。

(1) 生涯健康推進教室

誰でもが気軽に、継続的に参加できる各種教室を開催し、適切な運動を定期的に行うことにより健康の増進、体力の向上を図るとともに、運動することの楽しさやすばらしさを伝える。

事業名	日 程	内 容
総合体力づくり教室 月・火・木・金コース	令和3年度 5月～7月(I期) 9月～11月(II期) 1月～3月(III期)	身体を様々な方向から見つめ直し、包括的な運動を実践することにより、体力の維持向上並びに身体の機能改善を図る。
ストレッチ教室	通年 毎週金曜日	柔軟性や身体のバランスを向上させ、疲労や肩凝りの予防改善を図る。
リラックスヨガ教室	通年 毎週火曜日	心身の緊張をほぐし、バランスや筋力向上を図る。
かんたんヨガ教室	通年 毎週水曜日	深い呼吸と無理のない動きを通して心身の健康を促進する。

ピラティス教室	通年	筋肉をしなやかで丈夫に鍛え、効果的に体質改善を図る。
健康フィットネス教室	通年 毎週木曜日	ボール運動を中心に、全身をバランス良くトレーニングし、体力の維持向上に努める。
いきいき健康教室	通年 毎週火曜日	筋力トレーニング、リズム体操等多種目な運動を行い身体の歪みを整え体力の維持向上に努める。
大和健康づくり教室 月・水コース	令和3年度 5月～7月(I期) 9月～11月(II期) 1月～3月(III期)	音楽に合わせてボール運動や筋力トレーニングを行うことでバランス能力や筋力を向上させ健康の保持増進を図る。
ノルディックウォーキングクラブ	令和3年4月～ 令和4年3月	生活習慣病の予防として有効とされているノルディックウォーキングの普及を行う。

(2) さわやかフィットネス

新しい運動を体験し、自分にあった健康づくりの方法を見つける。

事業名	日程	内容
教室体験会	令和3年	定期的に実施する教室の体験会。
ノルディックウォーキング初心者講習会	令和3年9月	生活習慣病の予防として有効とされているノルディックウォーキングの普及を目的に講習会を行い基礎的な技術を習得し終了後はノルディックウォーキングクラブで継続的に活動を行う。

(3) イベント

子どもから高齢者まで、気軽に親しむことができる各種事業を実施し、市民のスポーツ及びレクリエーション活動の普及啓発を行う。

事業名	日程	内容
スポーツフェスタ in 光2021	令和3年 11月21日	東京オリンピック開催を記念して、オリンピック選手との交流によるイベントやニュースポーツ体験、足型・体組成測定等を行う。
紅葉ウォーク	令和3年10月 ～11月	紅葉の時期に秋の自然を楽しみながらウォーキングを行う。

ランニングセミナー (新規事業)	令和3年9月 ～11月	誰でも無理なく走るためのランニングの基礎知識や、正しいトレーニング方法、美容や健康のためのランニングを理解する。
---------------------	----------------	--

(4) 子ども生き生きスポーツ推進事業

複数のスポーツや運動を遊び感覚で体験し、近年能力低下が著しい「投げる」能力を身に付けるためのプログラムの実践や、鉄棒・跳び箱の苦手な子供を対象にした苦手克服教室を開催し、体育嫌いの子供の未然防止を図るとともに、スポーツに親しむきっかけづくりの場を提供し、スポーツの楽しさやすばらしさを感じてもらいながら、体力の向上や仲間づくりを図る。

事業名	日程	内容
苦手克服スポーツ塾	7月～8月	スポーツメーカーミズノと連携し、鉄棒、跳び箱の苦手克服教室を行う。
子供運動遊び教室	5月～7月(I期) 9月～11月(II期) 毎週木曜日	小学生3・4年生を対象に、「走る」、「跳ぶ」、「投げる」など基本的な動作を遊びをとおして身につけるとともに、スポーツに関心のない子や苦手な子も含め、スポーツに親しみ、身近なものへとするためのきっかけづくりの機会を提供する。
子供運動教室	4月～7月(I期) 9月～12月(II期) 毎週月曜日	小学生高学年を対象に姿勢の改善や体幹、バランストレーニングを行うことでスポーツを行う上で重要な土台づくりを行う。
走り方教室	4月～5月	基本的な動作を学びスポーツの基礎となる走力の向上を図る。
あかちゃん運動教室	5月～7月	寝返り、ハイハイ、膝たち等乳児の発育発達で得られる機能を理解し、赤ちゃんの成長段階に合わせた運動や正しい動作の獲得を図る。

(5) その他

地域からの要望に応じて出張健康教室を開催し、地域住民の健康維持増進を図るとともに、地域での交流の場を広げる。

事業名	日程	内容
出張講座	未定	コミュニティセンターや学校で転倒予防教室や体力づくり教室等を実施する。

(6) 令和3年度光市等との協力事業

事業名	日程	内容
市民体育大会	11月21日(日)	光市におけるスポーツの普及、振興を図る。
H I K A R I リレーマラソン	12月頃	駅伝ではなく、新たなスタイルのランニングイベントとしてリレー形式のマラソン大会を開催する。
梅まつりコバルトウォーク	2月26日(土)	梅まつりに合わせて、冠山総合公園をゴールとして歩き、健康体力づくりを図る。

2 施設管理運営事業

(1) 施設管理業務

光市総合体育館、光スポーツ公園及び、及び大和総合運動公園の3施設については、いずれの施設も老朽化が進んでおり、機器の故障や不具合など、年間を通して様々な問題が発生していることから、利用者が安全かつ快適に利用できるよう、各施設の適切な維持管理や点検整備等を行うとともに、施設内各所の除菌作業や消毒液の設置など、新型コロナウイルス感染防止対策にも積極的に取り組む。また、園内の清掃や除草等を適切に行い、環境美化にも努める。

(2) 施設運営業務

各施設について、より多くの人にご利用いただけるよう、調整会議等を通じて公正公平な貸し出しと効率的運営に努める。また、ニュースポーツに関する各種用品の貸出及び、その普及活動に積極的に取り組み、市民のスポーツに親しむ機会や環境づくりに努める。

3 スポーツ振興業務

(1) 学校施設開放事業

光市から委託を受けている市内の小・中学校体育館等、学校体育施設の貸出業務について、業務の円滑な推進に努める。

(2) スポーツ少年団本部事務

光市の指定管理業務仕様書に掲げられた光市スポーツ少年団本部事務について、「光市スポーツ少年団規約」に基づき、適正かつ円滑な業務の推進に努める。