

## 1 事業概要

公益財団法人の設立目的である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するため、健康運動指導士及びトレーニング指導士を配置し、各種健康教室や講習会、イベントを企画するとともに、光市が主催する事業に協力し、ニュースポーツの普及などスポーツ振興や市民の健康増進に取り組みました。

また、光市の指定管理者として、光市総合体育館、光スポーツ公園及び大和総合運動公園の維持管理及び運營業務を行い、身近なスポーツ、レクリエーションの活動の場として市民が安心して使用できるよう平素から体育館やグラウンド等の整備、点検を行う他、四季を通じて各施設周辺の草刈、緑化事業など環境整備に努めました。

職員配置状況 令和2年3月31日現在（単位：人）

施設名	常勤職員	嘱託職員	臨時職員	計
光市総合体育館	2	3	3	8
光スポーツ公園		2	3	5
大和総合運動公園	1	2	4	7
計	3	7	10	20

### (1) スポーツ振興事業

多くの市民が身近なところでスポーツに親しめる生涯スポーツ社会の実現を目指し、子どもから高齢者まで、幅広い市民のライフスタイルにあったスポーツ及びレクリエーション事業や健康体力づくりの普及・振興に取り組みました。

#### ア 生涯健康推進事業

加齢とともに衰えてくる筋力、柔軟性、敏捷性、バランスといった体力の低下を防止し、歩行能力の低下や腰痛・肩こり・膝痛を予防改善する等、市民を対象とした健康教室を月曜日から金曜日まで定期的に行いました。また、個人のライフスタイルに合わせて健康づくりに取り組めるよう、時間帯を午前、午後、夜間に分けて行うとともに、幅広い年齢層の方が健康づくりを行えるよう多種目の内容を設け、気軽に参加できるよう実施しました。

大和地域においては、トレーニングルームを有効活用した健康づくり教室を開催し、個別にメニューを作成することで、ロコモティブシンドロームの予防に有効とされる筋力の維持向上を図り、筋力の増加や姿勢の改善がみられました。

また、ノルディックウォーキングクラブの活動を積極的に行い、技術力向上のため

のフォローアップ教室や、光市のウォーキングマップを活用し、市内の環境を楽しむとともに、ノルディックウォーキングの普及に努めました。

(ア) 健康教室 (午前・午後教室)

(単位：人)

区 分	実施期間 (回数)	定員	参加者数	延人数	備考
		対 象			
		内 容			
総合体力づくり教室 (月曜日コース) 60歳以上限定	令和元年5月 ～令和2年3月 (全29回中 24回実施)	20	24	403	4.8.12月 休み
		60歳以上の健康な男女			
		筋力トレーニング、敏捷性、バランストレーニング			
大和健康づくり教室 (月曜日コース) (大和総合運動公園)	令和元年5月 ～令和2年3月 (全18回中 16回実施)	20	22	202	4.8.12月 休み
		50歳以上の健康な男女			
		トレーニングルームでの、マシンを使用した筋力トレーニング。			
総合体力づくり教室 (火曜日コース)	令和元年5月 ～令和2年3月 (全35回中 30回実施)	30	25	618	4.8.12月 休み
		18歳以上の健康な男女			
		筋力トレーニング、敏捷性、バランストレーニング。			
大和健康づくり教室 (水曜日コース) (大和総合運動公園)	令和元年5月 ～令和2年3月 (全36回中 31回実施)	20	35	494	4.8.12月 休み
		50歳以上の健康な男女			
		筋力トレーニング、敏捷性、バランストレーニング。			
総合体力づくり教室 (木曜日コース)	令和元年5月 ～令和2年3月 (全28回中 25回実施)	30	32	612	4.8.12月 休み
		18歳以上の健康な男女			
		筋力トレーニング、敏捷性、バランストレーニング。			
総合体力づくり教室 (金曜日コース)	令和元年5月 ～令和2年3月 (全35回中 31回実施)	30	30	708	4.8.12月 休み
		18歳以上の健康な男女			
		筋力トレーニング、敏捷性、バランストレーニング。ステップ運動による有酸素運動。			
健康フィットネス 教室 毎週木曜日	平成31年4月 ～令和2年3月 (全37回中 34回実施)	30	20	425	外部講師
		40歳以上の健康な男女			
		ボールを使って、敏捷性やバランス、筋力向上トレーニングを行う。			

いきいき健康教室 毎週火曜日	平成31年4月 ～令和2年3月 (全48回中 43回実施)	30	16	492	第2～4 週外部講 師
		18歳以上の健康な男女			
		転倒予防、筋力トレーニング、骨盤 体操、リズム運動を行う。			
ピラティス教室 火曜日コース	平成31年4月 ～令和2年3月 (全47回中 43回実施)	20	16	379	外部講師
		18歳以上の健康な男女			
		深い呼吸とストレッチにより筋肉 をしなやかで丈夫に鍛える運動。			
ピラティス教室 金曜日コース	平成31年4月 ～令和2年3月 (全47回中 44回実施)	20	19	479	外部講師
		18歳以上の健康な男女			
		火曜日コースと同様(初心者向け)			
ノルディックウォ ーキングクラブ	平成31年4月 ～令和2年3月 (全10回中 8回実施)	20	20	102	
		18歳以上の健康な男女			
		初心者講習修了者を対象に、月1回 ペースで市内をウォーキングする。			

総合体力づくり教室



大和健康づくり教室 (月曜日コース)



大和健康づくり教室 (水曜日コース)



健康フィットネス教室



いきいき健康教室



ピラティス教室



ノルディックウォーキングクラブ



(イ) 健康教室 (夜間教室)

区 分	実施期間 (回数)	定 員	参加者数	延参加者数	備 考
		対 象			
		内 容			
ストレッチ 教室	平成31年4月 ～令和2年3月 (全46回中 42回実施)	30	17	474	
		18歳以上の健康な男女 簡単な筋力トレーニング、ストレッチ			
アクティブ ヨガ教室	平成31年4月 ～令和2年3月 (全45回中 13回実施)	30	18	142	外部講師 講師の体調不良に より8月から休講
		18歳以上の健康な男女 動きをベースに筋力、柔軟性を向上 させメンタル面の安定も図る			

ストレッチ教室



ヨガ教室



## イ 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健康の維持増進を図ることを目的に、「ノルディックウォーキング初心者講習会」を開催しました。

なお、講習会終了後は、ノルディックウォーキングクラブに加入し継続して活動を行いました。

### (ア) ノルディックウォーキング初心者講習会

日 程	対 象	備 考
	延参加人数	
7月20日(土)	健康な男女	外部講師による指導
	3人	



## ウ イベント

### (ア) スポーツフェスタ in 光 2019

スポーツやレクリエーションを楽しく体験してもらうことにより、気軽に取り組みやすい健康づくりの普及啓発を図ることを目的に、スポーツフェスタ in 光 2019 を開催しました。

「親子で遊ぼう」では、東京未来大学こども心理学部専任講師の篠原俊明氏を講師にお迎えし、子どもの発育発達に即した様々な運動・動作を「あそび」の中で行い、運動の楽しさを親子で体験しました。

「ニュースポーツチャレンジマッチ」では、10種目のニュースポーツを実施し、今年度は、個人の部と新たにファミリーの部を設け、個人、家族みんなで協力し、各種目に設けられた課題に楽しく挑戦しました。

「健康チェック」では、体組成や足型、骨密度を測定し評価分析を行い、参加者に適切なアドバイスを行いました。

日 程	対 象	備 考
	参加人数	
11月23日(土)	健康な男女	
	279人	



(イ) 第4回さくらウォーク

光井地区をはじめとする光市の桜を眺めながら歩くウォーキング大会を開催しました。今年度は快晴で桜も満開、「さくらウォーク」始まって以来最高の参加者なり、ゴール後には、光市の特産品が当たるお楽しみ抽選も実施し参加者は大いに喜んでおられました。

日 程	対 象	備 考
	参加人数	
4月6日(土)	健康な男女	
	219人	



エ 子ども生き生きスポーツ推進事業

(ア) 苦手克服！スポーツ塾

小学2・3年生を対象に、鉄棒、跳び箱の苦手克服教室を行いました。

鉄棒は「逆上がり」、跳び箱は「5段を跳ぶ」を目標にコツを覚える練習を反復し、子供達は苦手意識を克服するため一生懸命に取り組みました。

内 容	日 程	参加者数	延参加者数	備 考
跳び箱	7/22(月)・23(火)・24(水)	24人	194人	外部講師
鉄 棒	8/5(月)・8/6(火)・8/8(木)・8/9(金)	31人		

鉄棒



跳び箱



(イ) SAQセミナー

SAQトレーニングは競技を行う上での基礎基本的な動きを習得するためのトレーニングであり、こういったトレーニングは怪我の予防にもつながることから振興会では積極的に事業に取り組み、毎年多くの小中学生が参加しています。

午前中は、中学生を対象に各競技における専門的なトレーニングを行い、午後からは、小学生を対象に、遊びの要素を取り入れたトレーニングを行いました。

日 程	対 象	備 考
	参加人数	
8月19日(月)	小学生・中学生・指導者	外部講師による指導
	196人	



(ウ) 子供運動遊び教室

小学校3年生は、身体の発達段階においてスポーツの基礎となる身体の使い方を学ぶ最適な時期となっており、それぞれが最も高まりやすい時期に、発達を促す運動を行うことが重要となります。運動が苦手な子どもでも楽しく、遊び感覚で「走る・跳ぶ・投げる」など基本的な動作を獲得するメニューを実施しました。

日 程	対 象	備 考
	延参加人数	
5月～ 7月(前期9回)	小学生3年生	外部講師による指導
9月～11月(後期10回)		
毎週木曜日	501人	



(エ) 子供運動教室（月曜日コース）

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の重要な土台づくりを目的に開催しました。

良い姿勢を体得させ、姿勢を安定させたままスポーツ動作が行えるよう、動きのベースとなる身体づくりを徹底して行いました。

日 程	対 象	備 考
	延参加人数	
5月～7月（前期 11回）	4・5・6年生	外部講師による指導
9月～12月（後期 12回） 毎週月曜日	405人	



(オ) 子供運動教室（金曜日コース）～ニンジャコース～

金曜日コースで実施したスラックラインは、参加した子どもたちにも大変好評な企画でしたが、安全上の指導体制が十分に確保できなかったため、事故の未然防止のため、9月以降の実施を中止しました。

日 程	対 象	備 考
	延参加人数	
4月～7月（前期 13回）	4・5・6年生	外部講師による指導
毎週金曜日	220人	



(カ) 走り方教室

スポーツの基礎となる走り方について実技や練習方法をわかりやすく学び、走る楽しさを知ることによって子供の基礎体力の向上に繋げることを目的に開催しました。

速く走る際に大切な、姿勢・腕振り・足の動かし方・スタートについての実技を行いました。

日 程	対 象	備 考
	延参加人数	
4月17・24日	小学生3・4年生	
5月8・15・22日 毎週水曜日	160人	



(キ) あかちゃん運動教室

子育て中の親子が気軽に集い、発育発達過程の運動を正しく理解する場を設け、子どもの健やかな成長を支援することを目的に開催しました。

特にハイハイは、手足の指を使い方向転換も行うなど全身の筋肉を使い、バランス感覚も鍛えられる重要な動作となります。運動教室では、あかちゃんの成長過程における動作の必要性について説明するとともに産後のお母さんのための運動も行い、和気あいあいとした雰囲気の中で行われ、大変好評でした。

日 程	対 象	備 考
	延参加人数	
令和元年5月～7月（全9回） 毎週木曜日	6ヵ月～2歳児と保護者	外部講師による指導
	116人	



オ その他

光市や市民からの講師依頼に積極的に応じ出張型の講座を開催し、地域住民を対象とした健康づくり教室を行いました。

日 程	対 象	内 容
	参加人数	
平成31年4月25日(木)	三井地区	レッツチャレンジニュースポーツ
	36人	
令和元年 9月18日(水)	島田地区	ニュースポーツに挑戦 ～ラダーゲッター～
	31人	
令和元年 9月26日(木)	浅江地区	ニュースポーツに挑戦
	31人	
令和元年 9月27日(金)	大和地区	体力づくり
	24人	
令和元年10月 4日(金)	周防地区	サルコペニアを予防しよう
	25人	
令和元年11月20日(水)	光井地区	ロコモ予防とニュースポーツ体験
	27人	
令和元年 6月26日(水)	男女参画生活大学	運動指導
	50人	

カ 平成31(令和元)年度光市等との協力事業

事業名	日 程	内 容
	延参加人数	
令和元年度体力・運動能力調査	令和元年10月1日(火)	体力・運動能力調査役員
	41人	
市民体育大会	令和元年10月20日(日)	ニュースポーツ役員
	399人	
令和元年度特定健康診査(集団)業務	令和元年10月27日(日)	体力チェック
	250人	
光市小学生スポーツ交流大会	令和元年12月7日(土)	小学生駅伝・交流大会役員
	700人	
第20回梅まつりコバルトウォーク	令和2年2月22日(土)	ノルディックウォーキングの普及
	432人	

## (2) 施設維持管理業務

施設の維持管理にあたっては安全・安心を第一とし、体育施設の維持管理・運営に関して総合的な知識を有する日本体育施設協会認定の上級体育施設管理士及び体育施設運営士を配置し適切な管理運営に努めるとともに、施設利用者が事故等の緊急時に迅速かつ的確に対応するため、AEDの設置及び適切な管理運用、緊急連絡体制を構築し、万全の体制で施設の維持管理にあたりました。

また、利用者の安全のため、トレーニング機器や設備の日常点検並びに専門業者による定期点検を実施するとともに、不具合等が生じた場合には迅速に調査・診断を行い、適宜修繕等の対応を実施しました。特に今年度は、新型コロナウイルス感染症の流行にともない、市の要請を受けて各設備への消毒薬の設置並びにトレーニングルームの利用禁止、施設使用の自粛要請等の対応を行い、感染拡大の防止に努めました。

また、設備点検や防火管理者の配置等、法令を遵守し対応するとともに、光地区消防組合消防本部指導のもと消防総合訓練を行い、万一の事態に備えて人命の保護や災害の拡大防止対策に努めました。

更に、施設内の樹木等の管理、日常清掃を行い、使用者が清潔で自然環境に親しみながら快適にスポーツを行うことができる環境の確保に努めました。

各施設維持管理業務実施状況

施設名	内容	
光市総合体育館 光スポーツ公園 大和総合運動公園	安全点検	○消防設備点検 ○防火対象物点検 ○電気保安管理月例・定期点検
	環境美化	○緑地維持管理業務（草刈、除草、花木）
光市総合体育館 大和総合運動公園	維持管理	○エレベーター保守点検 ○自家用発電機保守点検 ○空調設備点検 ○トレーニング機器定期点検 ○バスケットゴール点検 ○地下タンク漏洩検査 ○水質検査結果報告
	環境美化	○館内定期清掃
光スポーツ公園 大和総合運動公園	維持管理	○グラウンド整正
光スポーツ公園 大和総合運動公園	環境美化	○園内剪定 ○病虫害防除 ○道路側溝等清掃 ○受水槽・給水設備保守点検
光市総合体育館	維持管理	○浄化槽清掃管理業務 ○東側駐車場防犯カメラ設置業務 ○メイナリーナ雨水漏水調査
光スポーツ公園	維持管理	○アドベンチャー施設点検・清掃 ○南側駐車場バリカー設置
大和総合運動公園	維持管理	○可動観覧席保守点検 ○舞台機構点検 ○音響照明設備保守点検 ○グラウンド側溝清掃点検 ○屋外運動照明設備保守点検 ○トイレ消臭機設備点検 ○排煙窓点検 ○テニスコート整備

各施設修繕実施状況

施設名	内容
光市総合体育館	<ul style="list-style-type: none"> <li>○移動観覧席修繕</li> <li>○吸収式冷温水機修繕</li> <li>○西側駐車場舗装修繕</li> <li>○自動ドアセンサー修繕</li> <li>○消防用スプリンクラー修繕（2箇所）</li> <li>○トレッドミル走行ベルト修繕（2台）</li> <li>○会議室空調機修繕</li> </ul>
光スポーツ公園	<ul style="list-style-type: none"> <li>○第1球場金網フェンス修繕</li> <li>○テニスコート人工芝修繕</li> <li>○管理棟内多目的トイレ修繕</li> <li>○電気炉ヒーター修繕</li> </ul>
大和総合運動公園	<ul style="list-style-type: none"> <li>○電動式移動観覧席部品交換修繕</li> <li>○冷温水機一次ポンプ修繕</li> <li>○冷温水機1号機液面制御装置修繕</li> <li>○シャワー用給湯器修繕</li> <li>○冷温水機2号吸収器水室修繕</li> <li>○テニスコート人工芝修繕</li> <li>○グラウンド照明分電盤塗装修繕</li> <li>○事務所前土間修繕</li> <li>○自動ドア修繕</li> </ul>

### (3) 施設運營業務

施設の使用については、年度開始前に、光市、光市体育協会が主催する行事の調整を行うことで、行事の円滑な運営を図るとともに、スポーツ・レクリエーションの振興、健康増進を図る活動を目的とする一般利用者・団体等に対し、公正・公平な貸出事務を行うとともに、多くの市民が意欲的・主体的に健康活動に取り組めるよう努めました。

また、使用前には、使用者に遵守事項や安全確保について注意喚起を行い、快適に施設を利用していただけるよう努めました。

市内約130団体が使用する小中学校の学校施設開放事務については、体育課、各学校、使用団体及び開放協力員と相互に連絡調整を行い、円滑な運営に努めました。

ニュースポーツ用具の貸出事務については、市民が日頃から楽しみながらスポーツに取り組めるよう用具の整備を行うほか、使用者や各団体と調整を行い効率的な管理と貸出に努めましたが、2月下旬以降のスポーツ活動の自粛等の影響もあり、貸出件数は前年度を大きく下回りました。

#### 大会等開催状況

施設名	全国大会	中国大会	県大会	東部大会	市内大会	計
光市総合体育館	2	3	35	45	36	121
光スポーツ公園			32	54	43	129
大和総合運動公園			5	28	64	97
計	2	3	72	127	143	347
平成30年度状況		3	64	101	189	357

#### ニュースポーツ貸出状況

月 件数	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	合計
件数	20	22	25	17	7	21	34	31	4	8	12	1	202
平成30年度状況													309

## 貸出用品一覧

名 称	内 容	数 量	名 称	内 容	数 量
グラウンド ゴルフ	ホールポスト	3 2	キンボール	ボール	3
	スティック	7 2		ボール (子供用)	3
	ボール	7 2		得点板	2
	屋内用ボール	4 8		空気入れ	5
	スティックカバー	4 8		専用ビブス	6 0
ペタンク	屋内用	3	ダーツ	ボード	2
	屋外用	4		矢	1 2
ティーボール	ティー	3	アジャタ	バスケット	5
	バット	2 3		ボール	594
	ボール	4 2		アンカーボール	6
	ベース	1 2			
輪投げ	台 (9本用)	6	カローリング	ストーン	1 2
	輪 (9本用)	9 0		ポイントシート	6
	台 (1本用)	2	ディスゲッター	的	1
	輪 (1本用)	1 5		ドッジビー	2 3
ターゲット バードゴルフ	ホール	1	フラバール	ボール (大)	1 0
	ショットマット	2		ボール (小)	1
	クラブ	2	バレールボール		
	ボール	2 4			
綱引き	屋外用	2	ユニホック	ゴール	2
	屋内用 (大)	3		スティック	1 2
	屋内用 (小)	3		ボール	
	屋内用マット	2			
	ヘルメット (大)	8	ノルディック ウォーキング	ポール	3 0
	ヘルメット (小)	6			
パドルテニス	ラケット	1 2	キャッチング ザスティック		6 4
	ボール	8			
オリエンテー リング	スタート (幕)	1	体力測定用具	握力計	2
	ゴール (幕)	1		背筋力計	1
	旗	1		垂直跳測定	1
	スタンプ	1		障害物	2 4
				立幅跳マット	1

## 2 施設利用状況

今年度、体育館においては、全国高専体育大会剣道の部やバドミントンのS Jリーグ、太極拳の中国ブロック大会が開催され、使用人数については大幅な増加が見込まれていましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、2月下旬以降の大会や個人利用の自粛要請を受け、利用人数が減少しました。また、グラウンド、トレーニングルーム、テニスコートについても、同様に人数が減少しました。

一方、各施設とも個人や職場単位による利用が増加したことにより、件数的には増加しました。

### 年度別使用状況

施設名	令和元年度		平成30年度		平成29年度	
	使用件数	使用人数	使用件数	使用人数	使用件数	使用人数
光市総合体育館	3,881	131,000	3,575	133,264	3,405	143,144
トレーニングルーム		12,497		12,821		12,612
光スポーツ公園	2,339	91,439	2,330	108,894	2,435	110,331
グラウンド	721	32,561	731	41,188	717	39,859
(うち夜間照明)	175	6,860	242	13,888	268	12,331
テニスコート	879	7,836	804	9,084	925	9,227
その他	739	51,042	795	58,622	793	61,245
(うち食堂)	※252	9,522	※272	9,978	※281	7,168
大和総合運動公園	4,669	104,483	4,562	111,057	4,840	112,807
スポーツセンター	1,992	35,853	1,943	41,162	2,067	40,461
トレーニングルーム		1,839		2,432		1,953
多目的グラウンド	344	39,112	375	39,011	330	36,490
(うち夜間照明)	87	2,603	104	2,485	105	2,387
テニスコート	1,608	8,583	1,499	7,791	1,698	9,607
(うち夜間照明)	595	2,949	559	3,141	558	3,397
その他	725	20,935	745	23,093	745	26,249
計	10,889	326,922	10,467	353,215	10,680	366,282

※は、営業日数、使用件数に含まない。

### 3 会議の開催

開催（議決）年月日	件名
第1回理事会 平成31年4月25日	(1) 平成30年度事業報告について (2) 平成30年度収支決算報告について (3) 平成31年度補正予算について (4) 評議員会の開催について (5) その他 ①理事長、常務理事の職務執行状況の報告について ②職員の配置について
定時評議員会 令和元年5月28日	(1) 平成30年度事業報告について (2) 平成30年度決算報告について (3) 役員等の選任について (4) その他 ①平成31年度事業計画及び予算について ②職員の配置について
第2回理事会 令和2年3月2日	(1) 平成31（令和元）年度補正予算について (2) 令和2年度事業計画（案）について (3) 令和2年度収支予算（案）について (4) その他 ①理事長、常務理事の職務執行状況の報告について ②その他

### 4 登記事項

登記年月日	申請先	事項
令和元年6月7日	山口地方法務局	理事等の変更

### 5 主務官庁申請等事項（山口県学事文書課）

許可等年月日	申請事項
令和元年6月12日提出	平成30年度事業報告
令和元年7月1日提出	事業の変更届 (公益目的事業にスポーツ少年団本部事務を加える)
令和2年3月18日提出	令和2年度事業計画

## 事業報告附属明細書

平成31（令和元）年度事業報告には、「一般社団法人及び一般財団法人に関する法律施行規則」第34条第3項に規定する附属明細書「事業報告の内容を補足する重要な事項」が存在しないので作成しない。

令和2年4月

公益財団法人光市スポーツ振興会