

1 地域課題の発見・分析

高齢者の行き場がない、ネットワークの欠如、スポーツをしていない人が増えている
クラブの新陳代謝を活発にする、グループの中心となって活動する人がいない

2 目的（地域課題解決の方向性）と学習課題の選定

筆の里スポーツクラブを発展させる。

3 プログラム全体の学習目標

高齢者、家族みんなで始められるスポーツネットワークの形成

4 プログラム名

筆の里スポーツクラブおためし体験くらぶ

5 対象・定員

1. 50組（家族又はグループで2~6人以内）
2. 50才以上の女性、男性 各30人
3. 小学生以上どなたでも4人
4. } 誰でも、定員なし
5. }

6 参加費

（受益者負担を原則として、参加費を算定する。なお算出の根拠も明確にする。）

1. 500円（1組）：
（せんがわい、参加費、1,2,3位の景品）

7 事前に必要な知識や準備物

帯巻度、血圧測定器具、危険箇所チェック（コースのF見）

⑤ 運動しやすい服装、飲み物、必要な場合は着替え、タオル等

8 留意点

スポーツ保険の加入、保健師常駐、スポーツ推進員の動員、女性会への協力依頼
トイレや小かげ、休憩場所の確保

* 毎回 説明会 (筆の里スポーツクラブの案内、入会の案内、説明会のチラシ)

* 総合型 スポーツクラブ とは? 説明をする!!

シートB (清書用)

9 学習プログラムの展開

回・日程	学習テーマ	各回のねらい (◎) と学習内容・方法等	学習支援者	学習場所
1月 1 日曜日 午前	家族で スポーツ しよう	「ファミリーウォークラリー」 ・誰でも参加可 (家族、夜人グループなど) 定員 各し、50組 (家族又はグループ2~6人) 参加費 500円 (参加費、景品等)	観光ボランティア ・保健師 ・女性会	町内一円の 名所・旧跡を (ポイント) まわる。
2月 2 平日 午前・午後	美しく 元気に生 きるための 体づくり	「いつまでも美しく元気に過ごす ために」～身体測定と健康 体操～ : 50才以上の女性 30人 「男の筋肉講座」 : 50才以上の男性 30人	健康運動 指導士 ・保健師	熊野町民体育 館
3月 3 土曜日 午後	ニュースポー ツ体験	「ニュースポーツを体験しませんか」 ・小学生以上どなたでも ・ズバ、エニカール、ペタング スポーツバドミントン、クワッド 定員 40人	スポーツ推進 委員 ・インストラ クター	体育館
3月 4 日曜日 午後	筆の里スポー ツクラブの スポーツ体験	筆の里スポーツクラブ体験講座 (第1回) ・誰でも可 (大人・子ども) ・参加費 無料 ・定員 各し	スポーツクラブ 会員	体育館
3月 5 金曜日 夜	"	" (第2回)	"	"

10 評価方法

・筆の里スポーツクラブの会員が増えたこと
・介護度上昇の抑制につながったこと (介護度の数値で判断する)
・一人あたりの医療費が下がったこと
・高齢者の行き場が増えたこと