



元気に遊ぶ市立ピパの子保育園の園児たち

ぐさま起案した。

「美根市は人口減少と高齢化が進む過疎地域です。そのため市では、さまざまなまちの活性化策に取り組んでいますが、その一つとして、スポーツツーリズムや合宿誘致などスポーツを通じて交流の促進にも力を入れていきたいと考えています。ただし、単に誘致をするだけで、まち全体のにぎわいにつながっていくとは思っていません。旅行者や競技者を受け入れたとき、一緒にスポーツをしたり、一緒にできなくても観たり、応援したりして楽しんだり、活動をサポートしてくれる市民がたくさんいなければ、まち全体のにぎわいにはつながっていきません。まちの人口が減少していくな

「ACP」を活用し、将来を見越したまちづくりに舵をとった。

**保育施設を拠点とした
ACP導入の第歩**

美唄市では「幼児期からのACP」を市内に普及させるには、日ごろから多くの幼児が通う保育園や幼稚園に導入するのが最適と考えた。それにはキーマンとなる保育園や幼稚園の先生に、ACPに関する理解を深めてもらうことが重要だ。市では保育環境の充実を重点施策に掲げ、本年4月に3つの市立保育園を統合し、新たに市立ビバの子保育園を開園している。ここを会場として市内の保育園、幼稚園の先生を集め、市主催の「幼児期が

らのＡＣＰ講習会」を７月に開催。これがＡＣＰ導入の第一歩となった。

受講者の評判は「運動遊びの重要性や指導のポイントがよくわかった」「運動遊びに積極的に取り組んでいきたい」「とても楽しかった、園児と一緒に指導する私たちも楽しみたい」など上々。講習会開催以降、勤務する全保育士が受講した市立ピパの子保育園を中心に「幼児期からのＡＣＰ」の本格的な実践が始まり、高橋市長も順調なスタートに自信を深める。



そしてもう一つ、今年度から新たにスタートさせたのが、幼児が楽しみながら身体を動かすことができるＡＣＰの普及です。幼児期を生涯スポーツの最初の入口と捉え、幼児期において運動習慣の定着に力を注ぐことで、学童期以降のスポーツ・運動習慣の継続につなげ、さら

には生涯にわたりスポーツや運動に親しむ市民の増加につなげていきたいと考えています」

昨年12月、市の職員が個人的に参加したスポーツ少年団認定員養成講習会で、「幼児期からのACP」を紹介されたのがそもそものきっかけだ。以前より身体をうまく操作でき

ない子どもが増えていることに疑問を感じていた職員は、講習会で手にした『幼児期からのACPGガイドブック』に、現代の幼児期における体力の問題点や運動の重要性がわかりやすく記載されている点に着目。市立保育園を所管する課に在籍していたこともあり、保育園や幼稚園へのACPG導入からまちづくりへ結びつけるアイデアをすぐさま起案した。

かスポーツに関心の高い市民を増やし、スポーツを通じてまちのにぎわいづくりを続けていくためには、将来の担い手となる子どもたちにとだけスポーツ好きになってもらえるかがカギになります。楽しい運動遊びをたくさんして、幼児のうちから運動を大好きになつてほしいと願っています【図1参照】

高橋市長は「幼児期からの『ACP』を活用し、将来を見越したまちづくりに舵をとった。

A group of children are playing in a large, brightly lit room with a wooden floor. They are interacting with a large, yellow, inflatable dragon-like object. Some children are reaching out towards it, while others are standing back. The room has large windows and a high ceiling.

A group of children are playing in a large, brightly lit hall with a polished wooden floor. Several yellow balloons are floating in the air. In the foreground, a child in a blue shirt and pink shorts is reaching out towards a yellow balloon. Other children are scattered throughout the room, some looking at the balloons and others interacting with each other. The room has large windows on the left and a wooden wall on the right.

手作りの「ふわふわクラゲ」を投げ合って遊ぶ



子どもたちに体を動かすことのおもしろさ、
楽しさを伝えよう!

元気に遊ぼう！

ACP

〈連載〉第4回

アクティブ・チャイルド・プログラム

キッズ

〈連載〉第4回

キッズ

昨年度より本格的な普及がスタートした「幼児期からのアクティブ・チャイルド・プログラム（以下、ACP）」。本誌では「どのように活用していけばいいのか」をテーマに、全国各地で「遊び教室」を開催し、その模様をレポートしてきた。本格普及2年目を迎えた今年度は、小学校や幼稚園、保育所、総合型地域スポーツクラブなどで実際に活用されているACPの模様をレポート。幼児期の子どもたちを指導する皆さんに役立つヒントを提供していく。

北海道

ACP導入を中心に始まる
生涯スポーツを基盤とした
未来につながる「まちづくり」



ACP導入について熱く語る高橋幹夫市長

人口減少と高齢化が進む過疎地域をスポーツ好きが集うまちへ

かつて有数の採炭地として栄えた北海道美幌市（むほろし）。ここでは今、「幼児期からのＡＣＰ」を活用した「まちづくり」が着々と進められている。この取り組みを推進する高橋幹夫市長に、その意図を聞いた。

「美幌市ではこれまでも市民のライフステージ（年齢期）に応じたスポーツ・運動習慣の定着を図る取り組みを進めてきました。本年６月には『スポーツ健康都市宣言』も行っています。

人口減少と高齢化が進む過疎地域をスポーツ好きが集うまちへ

■図1:「幼児期からのACP」から始まる「まちづくり」の目指す姿(北海道美唄市)

**みんなでより良い生活習慣を身につけて、運動やスポーツを楽しみ、
いつまでも健やかで笑顔があふれるまちづくり**

スポーツ参加の循環

幼児期

- 色々な運動遊びを通して、多様な身体の動きを身につける
- 日常的に行うことで、運動習慣の定着を図る
- 友達といっしょに楽しく、おもしろく行うことで、運動を大好きになってもらう

↑ つなげる

小・中学生期

- 体力・運動能力・運動習慣の向上
- スポーツ少年団・クラブ・学校部活動の活性化
- 生涯にわたり運動やスポーツに親しんでいく(携わっていく)ための基礎づくり

↑

青年・成年期

- 運動習慣の継続
- 自分にあったスポーツの選択 (趣味としてのスポーツ、競技スポーツなど)

↑

壮年・高齢期

- 運動習慣の継続
- 生活習慣病予防
- 介護予防
- スポーツによる生きがいづくり

増える

スポーツの感動を分かち合う人の増加

- する人
- 観る人
- 支える人
- 育てる人

循環

指導者や活動を支える人の確保

↑ 広がる

スポーツによる交流にぎわい

- 少年団、クラブ、サークル活性化
- スポーツ大会、イベントの開催
- スポーツツーリズムの促進
- スポーツ会場の受け入れ
- など

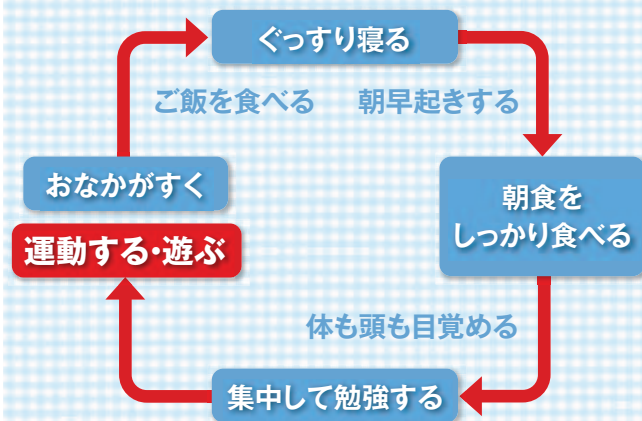


監修／^{しげよし}吉田繁敬
心理カウンセラー、東山スポーツ少年団

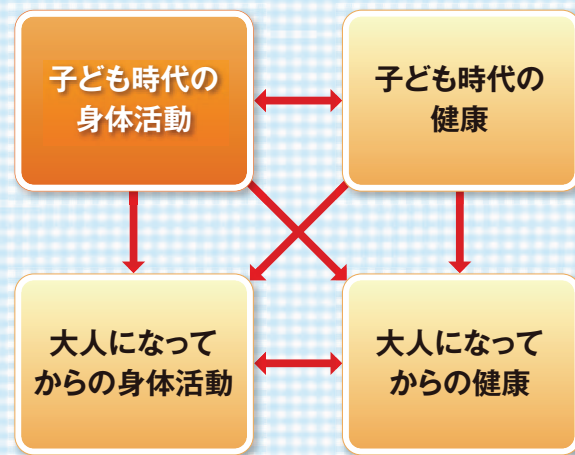
写真／上野公人、伊東雄一 イラスト／ハセガワメイタ

Sports Japan 2016/11-12 58

■図2:生活習慣は連鎖する



■図3:身体活動と健康 身体活動・健康状態の持ち越し効果



Boreham and Riddoch(2001)一部改変

リーダーたちの活動を見守り、「幼児期からのACP」導入を積極的に後押ししているのが本嶋寛子園長だ。

「講習会以前も運動遊びは行っていました。吉田先生のご指導を受け、目的や効果をきちんと意識しながら行うことが大切だと強く感じました。市立ビバの子保育園では、心も身体も健康な子どもを育てたいと保育目標の一つに掲げています。運動遊びがきっかけとなり、体力の向上だけでなく、子どもの生活習慣全般によい影響を及ぼすことが期待されます(図2参照)。ACPに基づく運動遊びの導入により、子どもたちには楽しみながら意欲的な心や多様な動きを獲得していったほしいと願っています。小学校へ入学しても、大人になっても、充実した身体活動と健康を保てる生活習慣が身につくような基礎をこの保育園でしっかりとつくってあげたいと思っています(図3参照)」

高橋市長は今後のACP普及に関して、このように語る。「初年度は、講習会の会場で

もある市立ビバの子保育園でさまざまな工夫をしながら運動遊びの実践に取り組み、保育園ならではの実践例を積み上げていきます。これを手本として、ほかの保育園や幼稚園へも取り組みを波及させていきたいと考えています。来年度は、市立ビバの子保育園における運動遊びの実践を広めていくために公開研究保育を開催したいと考えています」

美唄市の取り組みが今後どのような成果を見せていくか大いに期待したい。

「現代社会においては、ライフスタイルの変化に伴い、幼児期の子育てを保育施設に求めるニーズがますます高まりを見せています。美唄市においても、保護者が働きながらも安心して子育てができるまちづくりをめざしています。一方で、保育園に通う園児たちは、1日の活動時間の多くを保育園で過ごすこととなります。保護者の仕事が終わってから帰宅する園児たちにとって、家庭で身体をのびのびと動かす運動の時間を設けることは、とても難しいと思います。そのため、保育園の保育課程において日常的に

運動遊びに取り組むことは、園児の身体活動促進に大きな役割を果たすと考えています。多くの保育園や幼稚園で日常的に運動遊びに取り組まれるようになり、園児たちが多様な身体活動を身につけ、そして運動を大好きになってくれれば、おのずと就学後の体力運動能力・運動習慣の向上にもつながっていくものと期待します」

**市立ビバの子保育園の実践例を基に
より充実したACP普及を**

ことし7月、講師に吉田繁敬先生を招き、最初の「幼児」から「3〜5歳児のクラス」に年齢に応じた運動遊びをほぼ毎日30分は行っています。このほかに4歳児と5歳児クラスでは、週に1、2回は1時間程度みっちり遊ぶ時間を設けています。7月の講習会で吉田先生から教わった遊びや「ガイドブック」に掲載されている遊び、9月に札幌市で開催された講習会で教わった遊びも早速取り入れ、多様な動きを引き出せるような遊びのメニューをいつも考えています」

と、ACP推進リーダーを務める佐藤真澄保育士。市立ビバの子保育園では6名のリーダーが中心となって指導に当たっている。通常のクラス運営は各担任が行うが、運動遊びの時間はクラスを超えてリーダーが指導することが多い。

「月に1、2回はリーダーたち



3階建ての市立ビバの子保育園

期からのACP」講習会が開催された市立ビバの子保育園は、0歳児から5歳児までを受け入れる定員150名の大型保育園。講習会後は、6名のACP推進リーダーを任命し、本格的なACPの実践が行われている。



新聞紙を丸めて作ったボールを投げ合う

が集まってミーティングを開き、運動遊びの指導法や展開例についてアイデアを出し合います。また、さまざまな角度からクラスを見て意見交換をするので、保育指導全般に関して視野が広がる意味でもすごく有意義なことだと思っています」

最初の講習会から市立ビバの子保育園のACP導入を指導してきた吉田先生は、リーダーたちの成長に目をみはる。「講習会などの機会をうまく利用して、自分たちの指導に取り込んでいきます。私が前回紹介した遊びをすぐにアレンジして活用できています。トップダウン方式ではなく、リーダーたちのグループワーク方式で研究が重ねられているのはすごくよいことです。場への提供で始まったACPが、講習会を受けたことにより、ねらいを持った仕掛けに変わってきています。つまり意識が、わかるから、できるに変わってきたということです。講習会に代表のリーダーが参加して新しいスキルを持ち帰り、リーダーたちが研究する。実技の研修を通して、身につけたものの効果は大きいようです」



「市立ビバの子保育園で基礎をつくりたい」と話す本嶋寛子園長



ACP推進リーダーの佐藤真澄保育士



運動遊びの前に、子どもたちを集めて話をする吉田繁敬先生