

## 令和7年度 美浜区区民対話会 【議事概要】

- 1 日時 令和8年1月25日(日) 10時～11時20分
- 2 会場 美浜区役所 3-2, 3-3会議室
- 3 参加者 NPO 法人幕張西スポーツクラブ 4名  
各地区運動自主グループ 5名  
各地区スポーツ振興会・推進委員会 6名
- 4 テーマ 運動を通じた健康づくり
- 5 内容  
(1) 開会 ラジオ体操、区長挨拶、参加者自己紹介

### (2) 取り組みの紹介

#### NPO 法人幕張西スポーツクラブ

- ・総合型地域スポーツクラブとして多世代・多種目のスポーツ活動を行っており、今年で創立20周年を迎える。
- ・クラブの特色としては、地域と一体となった活動、周辺企業の協賛、他クラブとの交流、キッズクラブとの交流などを行っている。
- ・幕張西小学校・中学校を主な活動場所としつつ、民間テニスコートや高校施設なども活用している。
- ・地域住民が主体となるスポーツ活動を目的としており、自治会と連携し盆踊り大会や運動会などの地域行事にも関わっている。
- ・学校施設の利用やボランティア運営を行うことで、ほかの民間スポーツクラブに比べ安価な年会費で運営している。
- ・コロナをきっかけに活動が縮小してしまったが、行政とも連携しながら地域スポーツの取り組みをさらに広げていきたい。

#### 美浜区健康課

- ・千葉市では健康づくりの一環として、ウォーキングやラジオ体操などの運動自主グループ活動を支援している。活動促進のための商品券などのインセンティブ制度や、活動実績のある団体に対する「市民健康づくり優良団体」の表彰がある。
- ・美浜区では「美浜ベジ・アクティブ宣言」を合言葉に、食生活と運動をテーマとして皆さんが健康づくりに取り組めるよう活動しており、野菜レシピを作成し区役所や商業施設などで配架し野菜摂取の啓発を促したり、運動習慣を身につけるポイントを紹介するなど、健康推進に取り組んでいる。

### (3) 対話会

#### ① 普段の活動で感じること・効果・魅力は？

##### ○ベイタウン健康ウォークの会（運動自主グループ）

- ・ベイタウン健康ウォークの会は1997年に発足。参加者は60代～80代が中心、週2回約8000歩を目安に公園などを歩いている。
- ・ウォーキング後にカフェで交流する時間を設けており、歩くことだけでなくおしゃべりすることで気分転換となりこころの健康にも寄与し参加の動機になっている。

##### ○幕張西地区スポーツ振興会

- ・幕張西地区では、子供たちの運動に対するきっかけづくりを目的として、スポーツ振興会・NPO法人幕張西スポーツクラブと連携して色々な行事を運営している。コロナによって停滞期になってしまったことや、部活などによる時間の制限もあり、参加する子供たちが減ってきていること、運営側にも若い世代がなかなか入ってこないことが課題で、ほかの団体ではどうしているのか意見を聞いてみたい。

##### ○稲浜小地区スポーツ振興会

- ・スポーツ振興会として約30年活動している。今は、運動に普段かかわっていない人にも焦点を絞って、各自治会で出前研修のようにスポーツ研修を取り組んでおり、参加人数は少ないながらも満足度は高い。
- ・また、小学生を対象にドッジボール大会に向けた教室も実施している。ドッジボール大会は高学年から参加可能だが、遊びとして低学年のお子さんにも来てもらってドッジボールを経験してもらっている。
- ・スタッフの中にもご高齢の方がいらっしゃり、地域のサポートだけでなく、参加するスタッフ自身の健康づくりにも役立っていることを感じた。

##### ○幕張西5・6丁目自治会運動自主グループ

- ・月曜日から土曜日まで週6日、10分間のラジオ体操をしている。短い時間ながらも、毎日顔を合わせることで、お互いに声を掛け合ったり、休みの人を気にかけてたりと地域の見守りや交流につながっている。

#### ② 活動を続ける上での課題

##### ○NPO 法人幕張西スポーツクラブ

- ・役員や住民の高齢化が課題となっている。そこで、民生委員、社会福祉協議会、青少年育成委員会といった団体と協力をしながら、お年寄りやひとり暮らし高齢者などを対象に運動を通じて何かできないか、新しい切り口が見つからないかという目的で、「地域運営委員会」という取り組みを立ち上げたところである。スポーツだけでなく、防災・防犯など、いろいろな切り口で意見交換をする場でもあり、高齢者の外出機会づくりなど、新しい取り組みを検討している。

○美浜水曜会（運動自主グループ）

- ・新規会員が増えないことが課題であり、ポスターやチラシもあまり効果がみられないが、区民対話会の中で「地域運営委員会」の話が出ており、自分の地域にも地域運営委員会があるので、さっそくそれを活用して活動の周知や、地域団体への働きかけ・相談などを検討していきたい。

③ 参加者を広げていく工夫・心がけていること

○美浜水曜会（運動自主グループ）

- ・青少年育成関係の活動を通じて会の紹介を行ったことがある。
- ・継続的に体を動かすことが健康維持につながると考えており、運動だけでなく、買い物など日常生活の中で歩く機会を増やすことを心掛けるなど、外に出るきっかけを作ることが大切である。

④ 1000万人ラジオ体操（千葉開府900年事業）に向けて

○うたせ中天体操会（運動自主グループ）

- ・30年前にマリスタジアムで開催された1000万人ラジオ体操大会に参加した経験がある。そのときは団体単位で参加をして、参加記念品も配布された。
- ・今年のイベントについて、詳細は調整中と聞いているが、千葉市としてイベントを盛り上げていくことが大切であると感じている。たとえば、千葉市の参加記念品などがあると、市民にとっても参加するモチベーションになるのではないかと。
- ・美浜区での開催ということもあり、美浜区民には多くの人に参加してもらいたい。

⑤ 意見のまとめ

（区長）

- ・ウォーキングやラジオ体操などの活動は、身体健康だけでなく、参加者同士の交流や気分転換の機会にもなっているとの意見があり、地域交流や心身のリフレッシュの場として大きな役割を果たしていることを改めて実感した。
- ・コロナ禍を経て、参加人数の減少や活動の継続、人材確保などが課題となっているとの声があった。さらに、高齢化による世代交代の難しさ、新規参加者が増えにくい状況についても意見が出された。区としてもできる限り支援をしていきたい。
- ・地域団体との連携や出前形式の活動など、地域の状況に合わせた工夫や取り組みが紹介された。こうした現場ならではの柔軟な取り組みを、これからも大切に後押ししていければと思う。
- ・千葉開府900年記念事業「1000万人ラジオ体操」に向け、「多くの参加者で盛り上げたい」という力強いご意見をいただいた。美浜区としても、この節目を皆様と共に大いに盛り上げていきたい。

（4）閉会