

第2部 スポーティライフ大賞

1. スポーティライフ大賞の概要

生命保険協会では、平成29年度に、全国の地域団体や企業等におけるスポーツを通じた健康づくり活動を募集し、優れた取組みを表彰する「スポーティライフ大賞」を実施しました。

本大賞は、地域や企業等において、「誰にでもできる、ちょっとした活動」や「ロールモデルとなる活動」等を募集し、広く社会に還元することで、身体を動かすことの楽しさや喜びといった意識の醸成、国民の健康意識の更なる向上に貢献することを目的としたものです。

(1) 応募の特徴

① 全体の応募状況

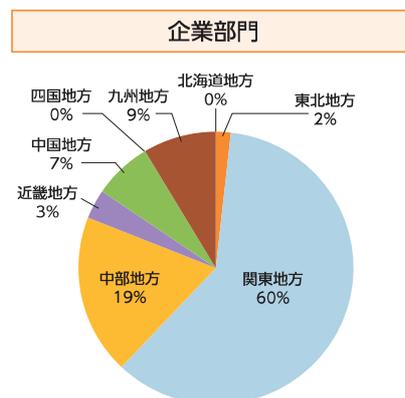
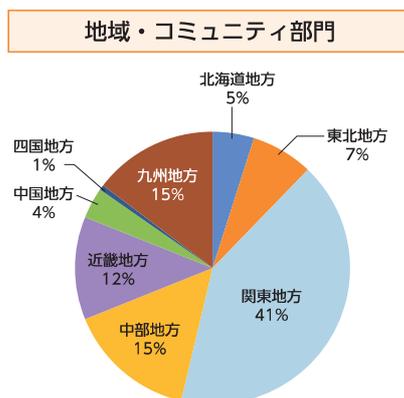
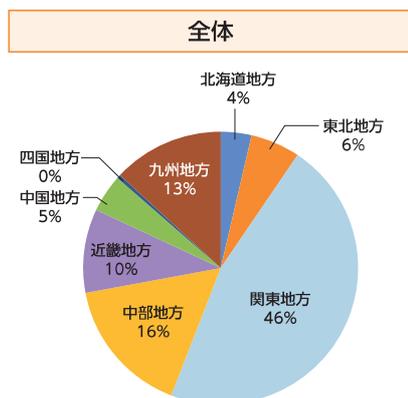
スポーティライフ大賞の実施にあたっては、「地域コミュニティ部門」と「企業部門」の2つの部門を設定しました。地域コミュニティ部門では、地域における健康増進活動をサポートする観点から地域で健康活動を支援している団体や、スポーツ教室、NPO法人、学校、地方自治

体等の取組みを対象としました。企業部門では、企業等における独自の健康増進活動をサポートする観点から自社の従業員（家族を含む）等の健康活動を支援している企業等の取組みを対象としました。

平成29年10月1日～11月20日の募集期間において、221団体からの応募がありました。

② 地方別の応募状況

全国8地方（北海道・東北・関東・中部・近畿・中国・四国・九州）の応募状況を分類すると、地域コミュニティ部門では、関東地方からの応募が4割、続いて中部地方、九州地方の応募が各々1割強となっており、全国から広く応募をいただきました。企業部門では、関東地方の応募が6割と高く、続いて中部地方2割、九州地方1割と、首都圏の企業からの応募が集中しています。他方で、近畿地方からの応募は人口比率に比べて少ない状況となっています。

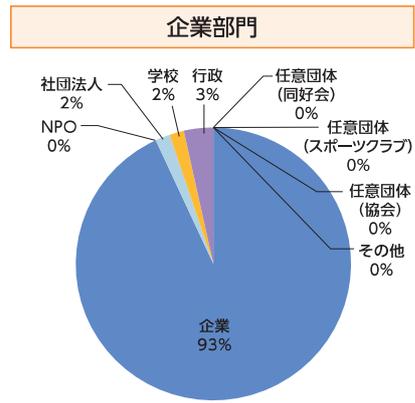
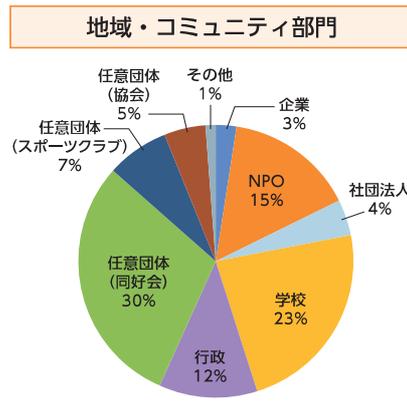
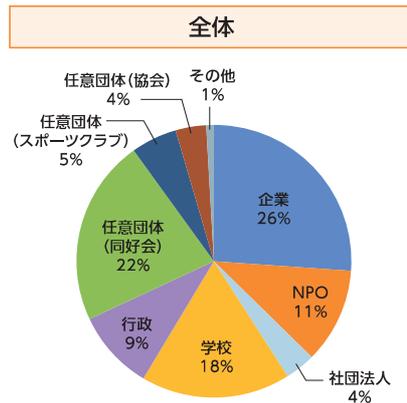




③ 応募主体

応募主体としては、全体の傾向として、同好会やスポーツクラブなどの任意団体からの応募が約3割、次いで企業が2割強、学校が2割、NPO法人が1割となりました。地域コミュニティ部門の内訳は、同好会など小規模の任意団体からの応募が3割と多く、学校、NPO法人の順とな

りました。行政における取組みも1割強の応募がありました。地域においては法人格にとらわれず、様々な団体が健康づくりに取り組んでおり、活動の裾野が広いことが窺えます。



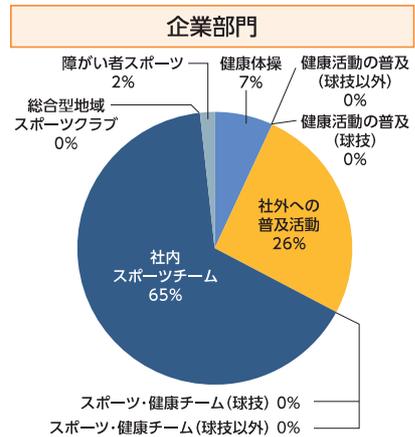
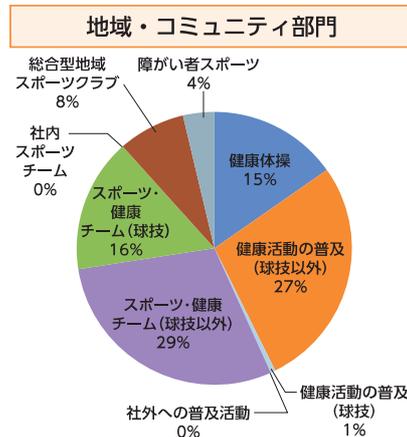
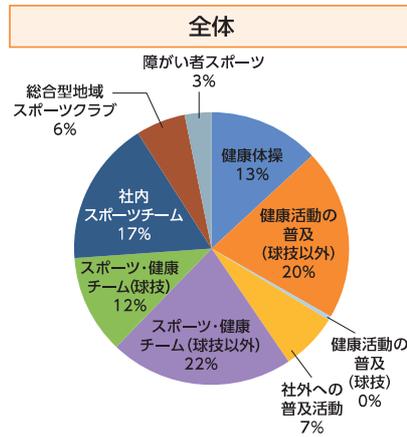
④ 活動内容

a. 地域コミュニティ部門

応募団体の活動内容を概観すると、球技等のスポーツを通じた活動が約3割、球技以外のスポーツ活動が2割強、健康体操が1割強となり、身体を動かすことで健康づくりに取り組む団体から6割程度の応募がありました。一方、スポーツ教室やスポーツ大会、スポーツクラブ、健康事業の推進など、参加者に対して様々なメニューを提供する「健康づくりの普及啓発」に取り組む団体からの応募が約4割程度となりました。

b. 企業部門

応募団体の活動内容を概観すると、従業員向けにマラソンやランニング、体操、球技等のスポーツを推進する取組みが約7割となった一方、地域など社外の方も対象にした健康づくりに取り組む活動も3割弱程度の応募がありました。



第2部 スポーティライフ大賞

(2) 選考委員会の開催

応募いただいた活動の選考にあたっては、スポーツ医学および健康政策の専門家である久野譜也教授（筑波大学大学院）、元競泳日本代表選手の伊藤華英さん、小林研一



最終選考会の様子

生命保険協会副会長を委員とし、活動の規模や効果、ロールモデル性などの観点から12団体の表彰を決定しました。

選考の過程では生命保険協会の地方事務室より、各団体にインタビューを実施するなど、現地訪問を通じた活動内容の把握に努めております。



左から伊藤さん、久野教授、小林副会長

(3) 表彰式の開催

受賞団体の決定後、生命保険協会では全国各地において表彰式を開催しました。表彰式では、賞金・賞状の授与に加えて、受賞団体における取組みの紹介やフォトセッ

ションを行うとともに、インタビューを実施し、今後の活動等の抱負をヒアリングしました。

また、首長（知事や市長等）への訪問、マスメディアへの周知を行うなど、広く世の中にPRする取組みを行いました。



山形市における表彰式の様子



東京都における表彰式の様子

(4) 選考委員による講評



[選考委員長] 久野 譜也 (筑波大学大学院 人間総合科学研究科教授)

健康づくりというのはスポーツを含めて貯金ができないことが科学的に立証されており、生活の一部に落とし込んで継続的に行うことで効果が出てくるものです。「スポーティライフ」という言葉が表しているように、普段の生活の中で各団体や企業において取り組まれている創意工夫を凝らした活動を数多く応募いただきました。地域コミュニティにおいて、スポーツを通じた健康長寿社会を実現していくためには、行政等の主導によるトップダウンの政策的アプローチと、各コミュニティにおいてボトムアップの取組みの両面が重要になります。本大賞の地域コミュニティ部門における優れた取組みの中には、地域の方の多様なニーズに応えるプログラムや、子供から高齢者、障がい者の方が参加しやすいプログラムを用意している取組みが多数ありました。他方、企業部門においては従業員の不健康リスクを軽減するために、業種の特性に応じてオリジナルのメニューを構築し、会社全体あるいは営業所単位で推進している取組みが数多くありました。

我が国は超高齢社会の到来により、健康意識は高まりつつありますが、一方で「健康格差」が広がっているという課題があります。都心部ではフィットネスクラブなどが充実している一方で、地方ではそうした環境が少ないことや、企業においても職種によって健康への影響に違いがあります。こうした社会的な課題に、本大賞の優れた取組みは解決の示唆を多く含んでおり、皆さまの今後の取組みの参考になれば幸いです。



[選考委員] 伊藤 華英 (元競泳日本代表選手)

スポーティライフ大賞はコンテスト形式で実施され、全国で良い取組みを行っている団体の応募へのモチベーションにもなると思います。今回数多くの応募をいただき、私自身も企業や団体の様々なスポーツに関する取組みを知ることができました。応募いただいた団体・企業は自信を持って取り組まれていると思いますので、そういった団体が221団体もあるということは、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの先にあるスポーツ・文化への貢献にも繋がると感じています。今後もこういった団体がますます増えてほしいですし、引き続き、地道な活動、努力をされている団体に対して、微力ながら貢献していきたいと思っています。



[選考委員] 小林 研一 (生命保険協会副会長)

全国の団体や企業から多数の応募をいただき、皆様方の健康意識の高まりを肌で感じることができたことを大変嬉しく思います。それぞれが創意工夫を凝らした活動を行っておられ、内容もバリエーションに富んでいたことから、私自身、非常に悩みながらの選考となりました。今回応募いただいた優れた取組みが広く共有化され、横展開できれば、地域や企業が抱える課題の解決、ひいては日本社会全体における健康寿命の延伸への貢献にもつながると考えます。私どもが実施した「スポーティライフ大賞」が、皆様方の運動(スポーツ)を通じた健康増進の一助になれば幸いです。

2. 受賞団体紹介

地域コミュニティ部門グランプリ



美しい山形・最上川フォーラム

スポGOMI大会

～従来のゴミ拾いのイメージを一新した新競技～

本活動は、従来のゴミ拾いに「スポーツ」のエッセンスを加えた新しいスポーツ「スポGOMI大会」を通じて、様々な立場の人たちが楽しく健康づくりと環境活動ができる取り組みです。

美しい山形・最上川フォーラムは平成13年に設立され、最上川をはじめとする美しい山形の自然を守り、次世代に継承する観点から、環境、文化、地域経済、教育といった視点で県民活動を行ってきました。団体立ち上げ当初から実施している水質調査、クリーンアップ活動に加えて、新たにスポGOMI大会を実施することで、多様な世代の参加を実現させたほか、従来のゴミ拾いのイメージを一新した楽しい競技を生み出すことに成功しています。

街や海岸、河川敷などをエリアとし、一般社団法人ソーシャルスポーツイニシアチブの公式ルールに則り、競技者同士がチームを組み、決められた時間で創意工夫をしながらゴミを収集します。ゴミの内訳によってポイントを集計し、結果を競っています。一旦ゴミ拾いを行った人はゴミを棄てなくなるなど、教育面の効果があり、また、商店街などでスポGOMI大会を実施することで、顧客の誘致につながるなど経済活動の効果も見られます。



受賞のことば

- 運営を進めていく中の基本は楽しくなければ意味がないと思っています。単にゴミを拾うだけでなく、ルールを決めて効率良くゴミを拾うためには、参加者同士が相談し、知恵、体力を使い、その結果が社会に貢献している点が評価されたと受け止めています。
- 今後は、様々な場所でこうした活動をしたいという希望が出てくると思いますので、ルールの指導や監視役(交通事故防止など)を徹底していきます。



けんせつ体幹体操製作委員会

いつまでも元気で明るく働けるカラダづくり

～建設現場における労災防止の取組み～

本活動は、建設現場で働く人たちが、いつまでも元気で明るく働ける体づくりと労働災害の防止を目的として、「体幹トレーニング」を取り入れた「けんせつ体幹体操」の開発・普及を行っている取組みです。

建設現場での労働災害は減少傾向にはあるものの、全産業に占める割合は依然として高く、労働災害の防止が業界共通の課題になっています。建設現場での設備等の性能向上に加え、そこで働く人自身の身体能力の維持・向上によって労働災害を未然防止していこうという問題意識がきっかけとなり、けんせつ体幹体操が考案されました。

けんせつ体幹体操は、プロスポーツトレーナーである木場克己氏が製作・監修しており、リズミカルな音楽に乗せ、体幹のトレーニングとストレッチの要素を取り入れた、様々な建設現場で取り入れやすい体操となっています。初めての方でも簡単にできる「初級編」と、より体幹を鍛えたい方を対象とした「上級編」を用意し、目的に応じた使い方ができるのも特徴です。

体操の様態を収録したDVDを作成・配布しているほか、動画サイトYouTubeでも公開されています。建設業界全体にけんせつ体幹体操が広がりつつあるほか、一般の人たちにも明るく元気な建設業をPRすることに繋がっています。



受賞のことば

- 若い人に建設産業は安全にしっかり気を配って作業しているということを伝えていきたいと思っていました。今回の受賞は大変嬉しく、若い人になげたいという想いが業界の中で拡大していくのではと期待しています。
- 記念号のDVDを作成し、活動を広く知ってもらうことが他の産業につながっていくと思いますし、お声かけ頂ければ是非協力させていただきたいと考えています。

地域コミュニティ部門準グランプリ



三島市

スマートウエルネスみしま推進事業

～住んでいるだけで、健康で幸せになれる街を目指して～

本活動は、「ウエルネス（健幸：個々人が健康かつ生きがいを持ち、安心安全で豊かな生活を営むこと）」をまちづくりの中核に位置づけ、人はもとより都市そのものを健康にすることで、市民が自然に健康で豊かになれる新たな都市モデルを構築する取り組みです。

スマートウエルネスみしまでは、「健康寿命（お達者度）の延伸」、「市民の幸福度の向上」、「成長力・民力度の上昇」を目標に掲げ、その達成のためのアクションプランを作成し、様々な団体との協働事業など、それぞれの目標達成のために32のコアプロジェクトを設定し、取り組みを進めています。

無関心層の健康づくりに対する意識向上のために、楽しみながら自然に健康へと結びつく仕組みづくりも進められています。例えば、市民の総合的なヘルスリテラシー向上につながる情報を無関心層にも提供（拡散）できる人材育成制度である「健幸アンバサダー」の養成や、市民の健康状態や希望に合わせた運動プログラムの紹介・相談に応じる「健幸スポーツの駅」設置はその取り組みのひとつです。

また、健康づくり活動に応じてポイントを付与する健康マイレージ事業など、市民が健康づくりに参加するインセンティブを高める仕組みも展開されています。



受賞のことば

- 三島市における健康増進の取り組みを評価いただき大変ありがたく思っています。三島市は、人・まち・産業の健康を目指すスマートウエルネス推進に取り組んでいます。健康寿命の延伸は医療費の抑制にもつながるものであり、市民が三島市で生まれて、育って、暮らして良かったと思えるよう取り組んでいきたいと考えています。
- 健康づくりを継続して行うためには、楽しくやる必要があります。引き続き、創意工夫を凝らした様々なメニューを提供していきます。

企業部門準グランプリ



日本交通株式会社赤羽営業所

「おじさん」でも気軽にスポーツ！ ～全員がスポーツを身近に感じる環境づくり～

本活動は、普段から運転席に長時間座っている人が多いタクシー会社において、中高年層でも気軽に運動に参加できるきっかけとして、スポーツを身近にする様々な環境づくりを1つの営業所の中で行っている取組みです。

健康診断の際に、BMI指数や血圧についての指摘を受ける人が多かったことをきっかけとして、この取組みは始まりました。赤羽営業所では普段全く運動していない人が多かったため、「運動は学生以来」、「今さら走れない」という人でも気軽に始められるよう、定期的な「ウォーク&ラン教室」の開催を中心に清掃ボランティア、各種スポーツ大会、営業所内ジムの開設といった、営業所の全員が参加できる様々な活動を展開しています。

健康組合のニュースレターには「健康面」が設けられ、ポスター掲示とあわせて営業所内の健康に関する取組みの周知が行われています。

スポーツに参加する敷居を低くし、周りを見回せばスポーツをしているという環境を作ることで、運動への関心を高め、結果として健康診断の結果が良くなるといった目に見える成果を生み出しています。

スポーツを行うことは健康増進につながるだけでなく、乗務員間のコミュニケーションが増えたり、

そうした取組みをPRすることで新卒者等が赤羽営業所を選択する機会にもつながっています。



受賞のことば

- スポーツの活動を始めて6年目になりますが、タクシー運転手は長時間ハンドルを握るので、ほとんど運動せず、入社後に太った人や定期健診で引っかかる人が多いことが、この取組みを始めたきっかけです。今回の受賞により、「やって良かった」という声が多く、乗務員の励みにもなっています。
- 我々自身が健康になることが安全につながるため、今後も健康増進啓発活動に力を入れていきます。

地域コミュニティ部門優秀賞

特定非営利活動法人 総合型りくぜんたかた

スポーツで街を元気に！

～玉入れを通じ、体力の低下防止、コミュニティ再生を図る～

本活動は、玉入れタイムレースやスポーツ教室の運営等を通じて、運動することへのきっかけ作りや体力の低下防止、心と身体の健康維持を図る取組みです。

玉入れタイムレースは、仮設住宅や公営住宅、事業所等へスタッフが玉入れ用具を持参し、声掛けをして行っています。自ら出向くことができない人たちにも、スタッフが赴くことで気軽に参加することができるため、運動のきっかけ作りやコミュニティ再生を目的に活動しています。

場所を取らず誰でも参加できる玉入れタイムレースは、初対面の人でも手と手でタッチすることで仲間意識やチームとしてのまとまりが深まったり、玉

を入れた達成感、記録に挑戦するドキドキ感を味わうことができます。

記録は毎月の広報誌に掲載したり、年度末に発行する活動報告書で年間の順位を発表しています。

今後は、玉入れタイムレースの県大会を実施したり、玉入れタイムレース以外の活動も増やしていきたいと考えています。



特定非営利活動法人 グッジョブクラブ

スポーツ吹矢で健康増進

～複式呼吸で筋トレ効果、誤嚥予防につながる～

本活動は、スポーツ吹矢の紹介と普及活動を通じて、地域の方々の健康増進および、ゆるスポーツの振興を図る取組みです。

高齢者には筋トレしないで出来る緩やかなスポーツ、健康スポーツとしてアピールし、継続した体験会等を実施しています。吹矢は複式呼吸を使うため筋トレ効果があり、また、高齢者に多い誤嚥の予防にもなります。

参加者からは「私にもできるスポーツがあった」と好評いただき、各地域にサークルが生まれて定期的に楽しみながら健康づくりに励む方が増えています。

また、幼児体操教室の実施を通じて、小さいうちから運動に親しむことを体験させ親子で触れ合う機

会を提供しています。

今後は、例えばお祭りとスポーツをコラボさせるなど、地域の心をひとつにするような取組みを行っていきたいと考えています。



一般社団法人ぐるり

脳がよろこぶ・ふうせんバレー

～ふうせんバレーを通じて、共生社会の実現を図る～

本活動は、地域の多様な方々とふうせんバレーを通じて交流し、身体的な健康のみならず心も元気であるための取組みです。

年齢、身体の特徴、言語、文化の違う多種多様な地域の方々を対象に広く呼びかけ、同時に活動を広げる仲間として、これから社会に出ていく学生向けにボランティア募集も行っています。

ふうせんバレーはバドミントンコートを使用し、6人対6人で試合をするスポーツで、プレイヤー全員がふうせんに触れてからでないと相手コートへ返してはいけないルールのため、自然とコミュニケーションが生まれます。

多様な他者と交流することで、自発的な相互理解

を促進し、個々が持っている可能性や強みの発見につながっています。また、身体を健康を楽しみながら維持しつつ、本来有している力を開花させ、それぞれに社会的な健康へとつなげていくことを目標に取り組んでいます。



地域コミュニティ部門特別賞

北海道科学大学高等学校

高校生による地域スポーツ・文化教室

～地域のスポーツ振興に寄与～

本活動は、地域の子どもたち等を対象に、学校施設を開放して、高校生が指導役となり、サッカーやソフトテニス、バレーボール等の活動を行っている取組みです。

地域の方々との交流を深めるという趣旨で各部活動顧問が企画立案し、生徒自身が指導方法を考えて実際に指導を行っています。競技レベルを問わず募集を行うことで、子どもたちが本格的に競技を始める前の「入口」「きっかけ」として、本スポーツ教室を活用してほしいという狙いがあります。

この教室をきっかけに競技を始めた子どもたちも多く、地域のスポーツ活性化に貢献しています。

また、生徒が指導役を担うことにより、自らが改

めて競技に対する楽しさを思い出したり、指導者やコーチを目指すきっかけになったりと、生徒の主体性も身につく、教育的効果が高い取組みとなっています。

このような活動は継続していくことが重要なので、これからも欲張りすぎず、自然体で身の丈に合った活動を継続していくことで、子どもたちの成長や地域貢献につなげていきたいと考えています。



学生団体SWITCH

チャリティースポーツフェス ～大運動会でスポーツを楽しもう！～

本活動は、運動会(チャリティースポーツフェスティバル)の開催を通じて、参加者にスポーツの楽しさやコミュニティ形成の場を提供することで、運動の素晴らしさを再確認する取り組みです。

運営にあたっては、参加者に一番楽しんでもらえる競技やルールを考え、参加者同士が仲良くなってもらえるようなきっかけ作りを意識しています。

運動会では「感動が生まれる挑戦への活力」をテーマとし、参加を通して大学生生活の充実のきっかけになり、その後の活動に変化をもたらすことを狙っています。また、「楽しいから始まる社会貢献」という点も目的の一つであり、「スポーツ・フォー・トゥモロー」コンソーシアム加盟団体として、カンボジアへのスタディツアーを実施しています。

大学生活においては、高校までの部活動などと比べて、コミュニティを形成する場面は自分から動かないと減少する傾向があります。運動会への参加をきっかけに、運動を再開したり、生活習慣に運動を取り入れるなど、健康的なライフサイクルを始める方も増えています。

この活動を通じて、大学生にとって運動会がメジャーなイベントになるようにしていきたいと考えています。



企業部門優秀賞

株式会社シンカーミクスセル

社内スポーツ推進活動

～スポーツを通じ、コミュニケーションの活性化を図る～

本活動は、様々なスポーツ種目へのチャレンジを通じて、社風形成や社内コミュニケーションの活性化、社員の健康促進を図る取り組みです。

社内にスポーツ推進部を設置し、フットサルやゆるいスポーツ、テニス、散歩、ヨガ、野球、運動会など、多岐にわたるスポーツメニューを提供しています。若い社員(平均年齢28歳)が多く、スポーツ種目への興味も多彩であるため、社内でアンケートを取るなど、運動が苦手な人でも参加しやすい企画を立案し、いろいろな種目にチャレンジしています。

また、産業医と組んで、健康診断結果についてデータに基づいた指導を行うなど、若い社員に対して将

来のリスクを意識させることで、スポーツ参加へのニーズ喚起を行っています。

スポーツの結びつきで社内部署を超えたつながりができ、相談しやすい環境が作られ、それによって解決策が生まれるなどの効果も出ています。健康を意識し、積極的にスポーツに取り組むことで、一人ひとりの精神面の向上がみられ、離職率の低下にもつながっています。

今後は、大会に参加するだけでなく、「勝つ」ことも目標にできる活動も行っていきたいと考えています。



株式会社いづも農縁

社員みんなで卓球

～リフレッシュや適度な運動で連帯感や互助の気持ちを醸成する～

本活動は、卓球を通じて心身のリフレッシュや、チームワークの強化を図る取組みです。「農業を中心に健康を追求し、お客さまに感動を提供する」という企業理念のもと、スタッフ自身も健康でなくてはならないという考えから、会社業務の一環としてダブルスの試合を実施しています。

毎朝出勤時にタイムカード横の対戦表(ホワイトボード)に名札を張り、業務の進捗状況を勘案して声掛け招集され、事務所中央の卓球台(兼会議用テーブル)にて1日4～5試合実施しています。社長とスタッフ、上司と部下、他部署の者同士などによるダブルスの対戦は、ペアが日替わりとなり、上手い人、下手な人、やる気がある人、それなりの人など様々な人と連帯感や互助の気持ちが芽生える効果があり

ます。

また、人が集まり団体競技をすることは、共感や協調という感性が自然に醸成されるすばらしさも実感できます。技術力の向上は更なる改善提案を生み、リフレッシュや適度な運動は和気の醸成とともに、健康を意識することでお客さまへのサービスや事業展開につながっています。

今後は、卓球のみならず、社員が健康となる取組みを多様化させて推進していきたいと考えています。



ヤマハ発動機株式会社

Rev ストレッチ

～オリジナル体操により、企業理念の推進と健康増進を図る～

本活動は、ブランドスローガン「Revs your Heart (お客様の期待を超える感動の創造)」の社内理解促進の一環で、オリジナルストレッチを考案し、国内外のグループ企業で推進している取組みです。

「Rev ストレッチ」は、フィジカルコーチや脳科学者、音楽療法士の監修により、性別や年齢に関わらず、悩みの多い肩こりや腰痛に効果がある動作を多く取り入れています。また、ブランドスローガンの「Rev」にかけることで、社員に対してスローガンの浸透を図るなど、企業理念の推進と社員の健康増進を上手くマッチさせた取組みとなっています。

製造現場だけでなく事務系職場での悩み(肩こり・腰痛)も取り入れ、音楽にも拘ることで、始業に際して気分を盛り上げ、抑うつやストレス軽減などの

効果があります。海外のグループ会社への浸透を図るため、社内イントラネットや企業ホームページにも掲載するとともに、一般の方々も利用できるようDVD等の作成を行い社外PR活動も展開しています。

本取組みにより、職場のコミュニケーションの活性化や健康意識の高まりなどの効果が生まれています。今後、より一層、社外の方々にも「Rev ストレッチ」を広めています。

