

○令和5年度 国立大雪青少年交流の家教育事業

「北海道日本ハムファイターズ今川優馬選手といっしょにスポーツの楽しさを知ろう！」

(R5.12.27 日帰り)

体験の風をおこそう

国立大雪青少年交流の家 主催 国立大雪青少年交流の家
企画・運営 北海道「体験の風をおこそう」運動推進協議会

北海道日本ハムファイターズ
いまがわゆうま
今川優馬選手
といっしょにスポーツの楽しさを知ろう！

野球未経験者も大歓迎！！

12/27 (水)
10:00~15:30

主な活動内容
冬季に屋内でできる身体づくり
ストレッチ
バッティング
キャッチボール
今川優馬選手のお話

場所
国立大雪青少年交流の家

対象 小学1年生～6年生

参加費 1,000円



申込はこちら



北海道札幌市出身
2020年北海道
日本ハムファイターズ入団

美瑛駅より
無料送迎バス運行！
※事前予約制



【問合せ】担当 高橋、佐藤(麻) 交流の家HP
TEL:0166-94-3121
E-mail:taisetsu-suishinshitsu@niye.go.jp



◆目的

野球を通して身体を動かすことの楽しさを知り、運動時間が減少する冬期間において、身体を動かす習慣を身に付けることや、夢を持つこと、努力することの大切さを知り、日ごろから運動する習慣を身に付ける。

◆参加実績 61名

【定員 50名 小学校1～6年生対象】

【内訳】

小学校1年生	5名
小学校2年生	6名
小学校3年生	14名
小学校4年生	14名
小学校5年生	13名
小学校6年生	9名



◆プログラム

①「アイスブレイク」(40分)

- 参加者同士と今川選手との交流を目的とし、じゃんけん列車、言うこと一緒などアイスブレイクのレクリエーションを行った。

②「ストレッチ・トレーニング」(50分)

- 楽しく身体を動かすことを目的とし、今川選手が普段練習前に行っているストレッチを行った。その後、美瑛野球少年団の子どもたちを中心に、子どもたちが普段練習の前に行っているランニングトレーニングを行い、今川選手と交流しながら身体を動かした。

③「キャッチボール」(30分)

- 今川選手からキャッチボールのコツやポイントを聞き、高学年と低学年に別れ、今川選手からアドバイスをもらいながら二人一組でキャッチボールを行った。



④「バッティング」(30分)

- ・今川選手からバッティングのコツやポイントを聞き、高学年と低学年に別れ、今川選手からアドバイスをもらいながら素振りを行った。



⑤「講演」(30分)

- ・今川選手の幼少期の頃から、プロ野球選手になった現在までの話を、事前に子どもたちからもらった質問を踏まえ、インタビュー形式でお話をいただいた。食生活などの観点からお話をいただき、早寝早起き朝ごはんなど生活習慣についても普及啓発を行った

◆事業運営・企画のポイント

- 北海道出身で、小学生の頃からプロ野球選手を目指し、夢を叶えた今川選手を講師として呼びし、子どもたちに身近に感じてもらい、より充実した時間を過ごすことができるようにした。

- 美瑛町や地元的美瑛野球少年団と連携し、地域の関係機関との関係を構築することができた。

- 野球をしたことがない参加者でも楽しめるように、野球の技術の向上を目的とせず、ストレッチ・トレーニングなど身体を動かすことをメインとし、野球というスポーツを通して身体を動かすことの楽しさを改めて実感することができるようにした。



- 事業本編終了後、協力団体である美瑛野球少年団の子どもたちと今川選手との交流の時間を設け、地元の子供たちにより身体を動かすことの楽しさを知り、好きになってもらえるようにした。

◆参加者の声

- プロ野球選手と一緒に野球をすることができて楽しかった。一緒に野球ができてスポーツや身体を動かすことがもっと好きになった。(多数)

- 今川選手のルーティンを聞いて、勉強になったし、今日から毎日ストレッチ・トレーニングを頑張ろうと思った。

- 知らない学校の友達とも交流できて、友達ができ嬉しかった。

- 野球のことやストレッチのことなど色々なことが学べて、スポーツの楽しさなどが改めて知れてとても楽しかった。

◆事業の成果

- ①プロ野球選手の体作りの秘訣などを聞き、参加者の生活習慣、早寝早起き朝ごはんについて見直す機会となった。

- ②プロ野球選手と一緒に身体を動かすことで、野球を通して身体を動かすことの楽しさを知り、身体を動かすことへの興味関心が高まり、運動時間が減少する冬期間において、身体を動かす習慣を身に付ける機会となった。

- ③事業終了後、美瑛野球少年団の参加者から毎日ストレッチを続けている、前より身体を動かすことや野球が好きになったので練習を頑張りたいなどの声があり、身体を動かすことの楽しさに改めて気付くことができた様子が伺えた。