



NOBYのプログラムでは、コーディネーショントレーニング<sup>(※)</sup>などの最先端の理論を取り入れた身体の動きづくりやライフスキル(生きる力)の育成などが目指されている

※「協応性」(動きをうまくこなす能力)を向上させるトレーニング法。バランスやリズム感覚など「身体能力の巧みさ」に加え、「身体と脳を同時に鍛える」ことで、個人が持つ運動能力や知的能力の総合的な向上を目指す



NOBYでは子どもや保護者に対し、健康や栄養管理についての正しい知識や情報を伝える活動も積極的に行っている



NOBY運営に携わる朝原宣治さんと石井智さん(右)

## 自分の身体の使い方を学び、「スピード」と「人間力」を培う

NOBY T&F CLUB

〔兵庫県西宮市〕

**感性を高めることから始まる  
ライフスキル(生きる力)向上を目指す**

音楽に合わせ、のびのび手足を広げ、リズムカルに体を動かす子どもたち。真剣な表情のなか、時に笑顔が弾ける。「とにかく楽しく運動してほしい。ここは陸上競技のクラブですが、子どもたちには速く走る技術やフォームなどは教えません。大切なのは、自分自身の身体の使い方を身につけること」。笑顔でこう語るのは、元陸上競技選手で北京五輪400mリレー銅メダリストの朝原宣治さん。体育館で元気に動き回る子どもたちは、彼が主宰する「NOBY T&F CLUB(以下NOBY・ノビイ)」のスクール生たちだ。同クラブは、彼が所属する大阪ガス(株)の社会貢献事業の一環として、西宮市にある同社・今津総合グラウンドで運営されている。

この日、約50人の子どもたちに付いていたコーチは朝原さんのほかに数人。日本チャンピオンと全国トップクラスの現役アスリートもいる。順にメインの指導を入れ替わりながら、自らも身体を動かし、子どもたちに絶えず目を配る。

体育館で、バランスをとる体操や音楽を使った動き、ボールを使った運動などを続けた後は全員で外へ。コースの一部を使い、今度は順にスラロームなどを繰り返す。

最後に、本格的な400mトラックを使い、100m×4のバトンリレーを2レース。子どもたちの小刻みな足音がトラックに響く



NOBYは、朝原さんが所属する大阪ガス㈱の西宮市・今津総合グラウンドを拠点として運営されている。小学校4～6年生を対象にした普及コースのほか、15歳以上の専門コース、一般コースなどがある



朝原さんを中心に、全国トップクラスのアスリートたちがコーチを務める



## NOBY T&F CLUB

問い合わせ先

〒663-8225 西宮市今津西浜町 1-1

TEL.06-6261-5034

<http://www.osakagas.co.jp/company/efforts/noby/index.html>

子どもたちは体育館中を走り回り、のびのびと元気に身体を動かし続ける

これは、子どもが身体の基本的な使い方を身につけられるように組み立てられたNOBY独自のプログラムだ。

「どうやって走るかは、結局は自分で感じて見つけるものです。だから、そのための意識づけをして、自身の感性を高めていくことが何より大切」と言う朝原さんは、さらに「子どもたちが身体の動きを通して自分で感じる『こと』から、もっと普遍的な、人間にとってこうあるべきという方向を自然に身につけられるように手助けしたい」と語る。

朝原さんとともにNOBYの運営に関わる大阪ガス㈱の石井智さんはこう説明する。

「彼が求めているのは、いわば子どもたちの『人間力』を培うことです。運動能力はもちろんそれぞれに異なりますが、自分の身体を使いこなす力やライフスキル(生きる力)を養うことが大切だと思います」

こうした考えから、NOBYはより総合的な取り組みを視野に入れており、西宮市や地元の大学、NPOとも協力して子どもの自然体験イベントや食育講座を開催するなど、地域での連携の輪を様々なかたちで広げている。

「地域とともに次世代を育てていこう」というのが目標です。もちろん、将来このクラブの子どもの中からトップアスリートが生まれてくれば何よりもうれしい。同時に、若いコーチやアスリートから次の指導者が育ってくるような好循環を生み出していきたいですね」と石井さん。

地域でスポーツの裾野を広げることが社会貢献になり、トップアスリート育成にもつながる。さらには、アスリートたちのキャリアを生かす場づくりにもなるだろう。新しい仕組みづくりを視野に入れた、NOBYの今後の展開に期待が広がる。