

提案 1

トレーニング GYM の提案

日本パワーリフティング協会公認ジムである、スマイルクラブが、バーベル等のウェイトトレーニングが気軽にできる環境を整える。

健康作りはもちろん、パワーリフティング選手権大会、ベンチプレス選手権大会(地方大会、全国大会、近畿大会、世界大会)出場に気軽に参加できる環境を構築する。



パワーリフティング選手権大会、ベンチプレス選手権大会について

性別、年齢別、体重別に分かれ、重たいウェイトを挙げた者が勝ちと言う単純な大会

種目は、スクワット、ベンチプレス、デッドリフトと言われる、いわゆる筋力トレーニングのビッグ3と言われる種目の大会です。

ベンチプレスだけの選手権大会もあります。

環境

スマイルクラブは、日本パワーリフティング協会公認の団体です。

平成 30 年 5 月から、主に高齢者の健康作りや大会出場に向けて活躍できる団体です。

フィットネスクラブとの違いは、それぞれが自由にトレーニングをするのではなく、一つのバーベルを複数の人と共有し、応援し合う事で、チーム作り、仲間作り、健康作り、それぞれの目的を持って人生の励みとなれる環境となります。従って、狭い場所でもチーム作りが可能。

仲間同士の絆、人と人が寄り添っていける環境作りを提供できます。

講師は世界大会優勝経験あり。

世界大会使用の道具を使って本格的なトレーニングを指導致します。

提案 2

健康体操の提案

地域の方々への健康増進の為、誰でも気軽に参加できるグループエクササイズ、健康体操の実施を提案します。

活動実施可能な種目

エアロビクス（多目的室、体育館など）

後ろ姿ビューティ®（多目的室、体育館など）

アクアビクス・水中歩行（夏季 プールでのエクササイズ）

泳法指導（夏季 プールでの技術練習）

活動実績

大阪市内を拠点に、現在、KONAM スポーツクラブ株式会社、ミズノスポーツサービス株式会社、東急スポーツオアシス、市営体育館、市営プール、いくすく事業、NHK文化センターなど、ボランティア団体から、スポーツ施設、カルチャーセンターなど、約19年間指導を行う。また、オリジナルで考案した、後ろ姿ビューティ®と言うエクササイズは、関西でも有名な人気番組である、隣の人間国宝さんなど、各種メディアでも取り上げられている。

生野区内での活動(2019 現在)

◆生野区民センター(月曜日)

10:50～11:50 後ろ姿ビューティ®

◆生野体育館(毎週月曜日)

13:15～14:00 エアロビクス初級

14:15～15:00 後ろ姿ビューティ®

◆生野屋内プール(毎週木曜日)

16:00～16:45 エアロビクス初級



NPO法人フェリスモンテ 概要

理念	地域の一人ひとりが安心して暮らし続けられるように			
設立	1999年4月～ サロン、有償ボランティア...			
拠点	生野区新今里、巽北、旭区太子橋			
事業内容	高齢者	ヘルパー派遣	配食	グループハウス
		移動サービス	ケアプラン	デイサービス
	住民のたすけあいによる生活支援活動事業			
	地域交流	コミュニティ喫茶	教室活動	行事
	子育て	つどいの広場	プレ幼稚園	こども食堂
	障害者	ヘルパー派遣	就労支援	地域共生型デイ
		相談支援		
利用者数	約300名			
担い手	約70名(正職員、パート、有償・無償ボランティア)			
事業規模	約1億5,000万円/年			





ネットワーク(福祉NPO)

区域	名称	参画数
生野区	・地域共生ケア生野推進委員会	約20
	・生野区NPO連絡会	約25
	・生野子育て社会化研究会	約15
大阪	・大阪有償ボランティア団体連絡会	約20
	・大阪宅老所グループハウス連絡会	約25
	・地域こども支援団体連絡会	約50
	・大阪食事サービス連絡会	約15
全国	・住民参加型在宅福祉サービス団体全国連絡会	約40
	・全国食支援活動協力会	約20





小学校跡地 一部活用の可能性

対象	事業・有償	無償
高齢	デイサービス 住まい(グループホーム、有料老人ホーム...)	福祉有償運送講習会場
障害	生活介護、就労支援 住まい(グループホーム...) 児童デイ	
子ども	保育所 学童、学習塾	こども食堂、プレーパーク フードバンク
多文化	語学学校、寮	
生活困窮	就労訓練	
全体	コミュニティ・カフェ カルチャー教室 イベント会場、貸会議室 銭湯、BBQ・キャンプ・グランピング	居場所、相談機能



安心安全の街づくり生野区お助けヒーロー大作戦！

目的：小学校の跡地を活用して街のお助けヒーローを集めて街の課題を解決し、次世代ヒーローも育てていく拠点にする

大阪だけでなく全国から「みんなの学校」に興味のある団体企業などを集めてプロジェクトチームを結成し、生野区を学校跡地活用モデルケースとして大阪全体を活性化する。

最初の旗振りは NPO 法人ユニグラウンドがやります。

テーマは安心・安全

どんな安心があれば良い？

・食の安心・仕事の安心・子育ての安心・教育の安心・介護の安心・健康の安心・治安の安心・医療費の安心

などなど

街の課題は安心安全の下で解決されていく。

今までとの違い

課題に応じた会社や NPO などが街にはあります。しかしそれらすべてが集まったここに来たら何とかなる場所というのはありません。

僕らの考えはこれらすべてを一箇所にまとめてみんなで連携して解決しようというアイデアです。

まとめることによる高効果

例えば高齢者と児童が同じ空間を共有すると、高齢者には活力が出て、児童には知識が増え教育になったり礼儀正しくなるというようなどちらにもいい効果があることはよく知られています。他にも地域食堂と子育てや介護を一緒にしたりすることで人手不足の解消なども可能です。そういった施設は最近増えてきてますが、全部をまとめると最高の相乗効果を生み出す施設になります。

ご近所付き合いでコミュニティ作り

お醤油が切れたから隣に借りに行く、買い物の間子供を見てもらう、ご飯作りすぎたからおすそ分けなど、昔はあった助け合いの制度を学校を拠点に復活させます。

ここから見守りに行くこともできますし、ここに来てもらうこともできます。

何らかのサービスを受けるにはお金が必要ですが、お金を使わずともご近所のコミュニティで解決できる問題はあります。

事業と連携して収益化

例えば学校を窓口にする事で、事業の効率化を図れるものとか、より便利になるサービスなどがあります。(例・銀行・郵便・医療)

そういった事業者と連携していくことで収益につなげます。

官民連携で管理運営

プロジェクトチームは官民連携のメンバー編成にして、定期的な会議の下、お互いの情報を共有しながら課題解決に向けて取り組んでいきます。

学校は学校のままだが一番

学校を企業が買い取って、建物の側だけ残して中身は全く関係のないものにするよりも、できるだけ学校の設備を生かした活用方法をします。

学校の機能は残して将来に備える

今後、まちづくりが進み、生野区に住民が増えた時のことを考えても学校の教育機能は残しておくのが良いと考えます。

フリースクールなどを取り入れて卒業の資格をもらえたり、小学校の中で中学や大学などの知識を学べる仕組みを作ったりして、小学校は廃校になったけど、学校としていつでもまた使えるようにしておくのが良いです。

医療費の削減と収益化

私達ユニグラウンドは現在、再生医療を進めている企業と連携を組んでまちづくり、地方創生を進めています

再生医療は一件600万~国によっては3000万かかる治療です。

現在その治療の順番待ちをしている人たちが3000人くらいいます。

この再生医療のクリニックの窓口を設けることで、街に事業収益が入ってくるようになります。

街は大きな家族！

これらすべての考えは家族からくるものです。

家庭の中で家事や介護や教育や食事などはお金を払ってはいません。

仕事での稼ぎは自分のためよりは家族全体の維持のために使われます。

みんな助け合いの心を持てば、お金をかけずとも問題は解決できるというモデルにしたのが家族です。

生野区ならではの地域性と多様性、そして懐かしいみらいを作っていく、これはまさに街を一つの家族と見立てて

新しい社会の仕組みを作っていくことだと思いました。

安心安全の街、生野区

この仕組みを持った学校は普段は事業と助け合いの拠点となって運営されていますが、災害の時は災害モードに切り替わり

これらすべての仕組みは災害の復旧に使うことができます。

災害が起こってから、何かをするのではなくて、常に準備しておく安心安全のまちづくりが必要です。

ヒーローの集まる場所

街のために何かをしたい、すでにやっている、こんなことがしたいあんなことがしたい、自分のことよりも誰かのためのことを思って動いている人は誰かのヒーローです。

この場所をそんなヒーロー達が集まるステキな場所にしていきたいと願っています。

どうか、プロジェクトチームを作ってみんなで進めていきましょう！

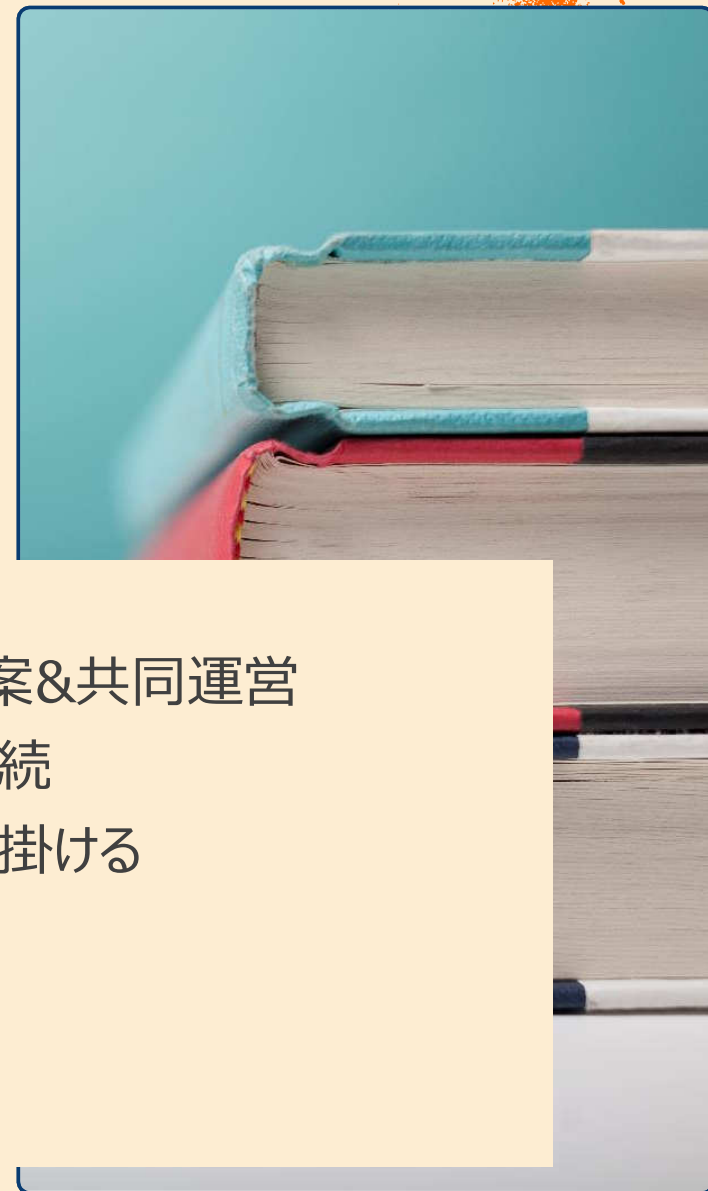
NPO 法人ユニグラウンド

湯本剛士

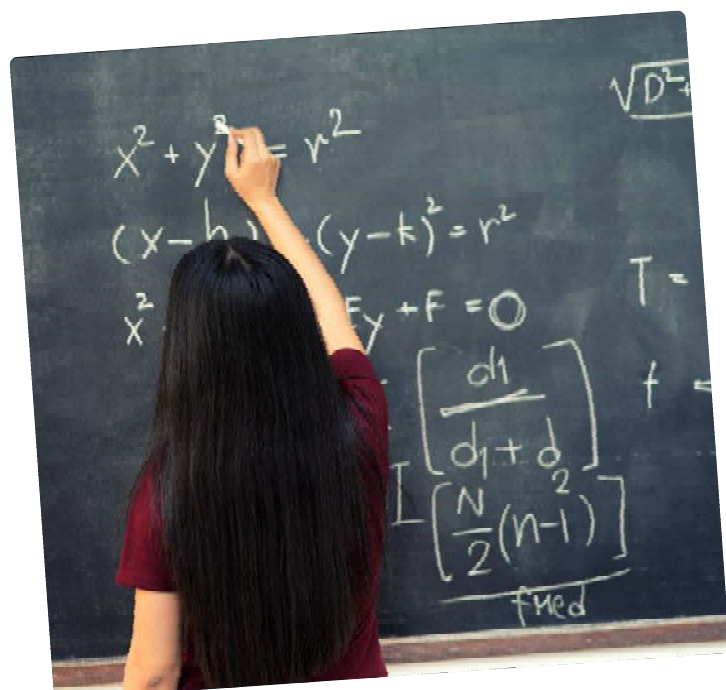
みんなの学校

オリンピックも、パラリンピックも、、、
たまには、いけないこともやってみよう！

- ・活用希望校：想定無し
- ・関わり方：校舎の一部を使ってのイベント内容の提案&共同運営
- ・シーン：過去二回行われた「みんなの学校」の継続
- ・連携、狙い：地域の小学生、中学生にも参加を呼び掛ける
(企画も含め)



1. オリパラ種目をやってみよう！



2. 障がい者スポーツ（+生涯スポーツ）をやってみよう！

3. いけないこもやってみよう！