

なとり遊んで健康 プロジェクトヒストリー



【挫折を救った言葉】

2023年7月、なとりこどもファンド不採択。意気消沈する私たちを救ったのは、市長の「いい取り組みだから、ぜひやってほしい」という力強い言葉。その一言を信じ、私たちは再び前を向きました。

【市長と跳んだ、約束の日】

2023年10月、児童センターの開館式典。招待状を受け取って駆けつけてくれた市長は、子どもたちと一緒に縄跳びで汗を流し、「いい運動になったよ！」と満面の笑みを浮かべてくれました。あの日の温かな光景が、私たちの何よりの原動力になりました。

【そして、夢の実現へ】

あれから2年。新メンバーも加わり、想いを温め続けて挑んだ再挑戦。ついに念願の「採択」を勝ち取りました。開催した「こどもまつり」の遊びコーナーには、あの日の市長の笑顔に負けないくらいの、たくさんの笑い声が響き渡りました。

下増田児童センター
こども実行委員会
他チームの取り組み

下増田麦搗き踊を広めたい！

[https://youtu.be/OlxNnn8k6Vw?
si=LijxJOIJAUQB_K1-](https://youtu.be/OlxNnn8k6Vw?si=LijxJOIJAUQB_K1-)



名取市民歌を広めよう！

<https://youtu.be/7eRuPEI2HNI>



なとり 遊んで健康 プロジェクト

2025なとりこどもファンド採択事業



下増田児童センター
子ども実行委員会Aチーム

なとり遊んで 健康プロジェクトとは？

私たちは今回、「大人にもっと元気になってほしい！」という思いから、このプロジェクトを考えました。

私たち子どもから見ると、大人ってちょっと元気がないように見えます。すぐ「疲れた～」っていうし、しゃがむと「イタタ…」って膝や腰をおさてる。

運動してるどころなんて、あんまり見たことがありません。

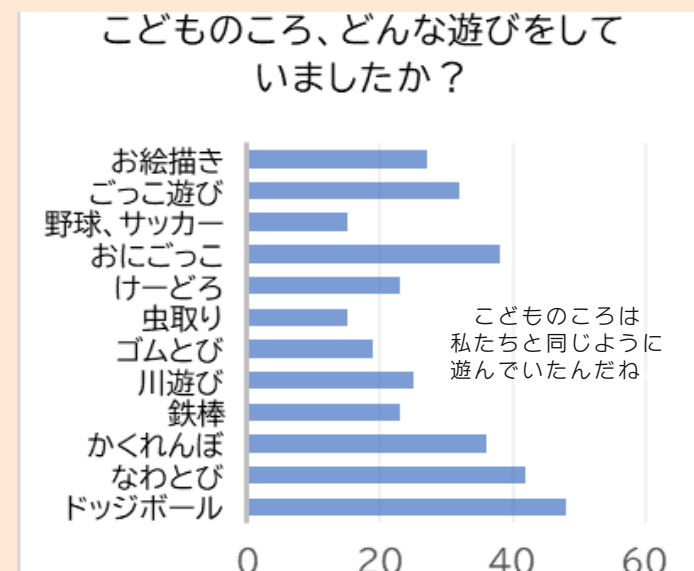
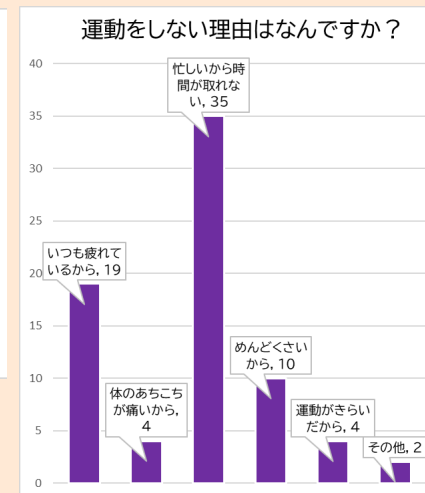
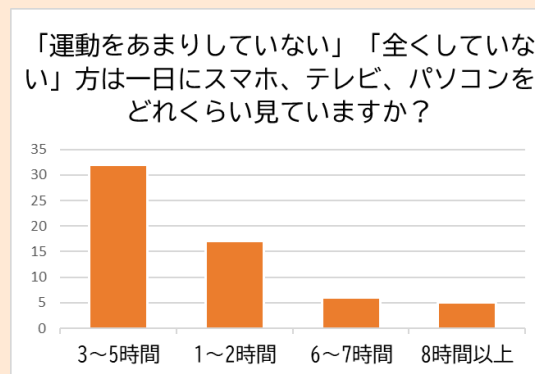
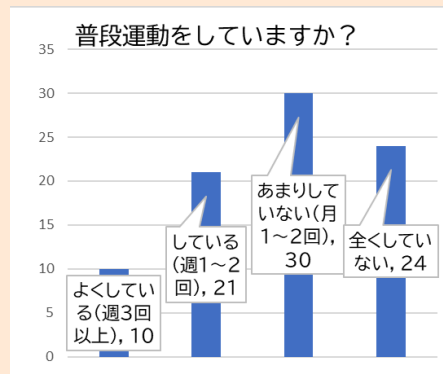
でも、もし大人がもっと健康になったら、どうなるでしょう？

もっと一緒に遊んでくれるかもしれないし、長生きしてくれるかもしれない。家族で楽しい思い出も、もっともっと作れるかもしれません。

名取市には、約8万人の人が住んでいて、そのうち約6万5千人が大人です。その大人たちが、もし運動を始めたら…このまちはもっと元気になるはず！

大人たちが、もし少しでも運動を習慣にできたら、まち全体がもっと元気になると思いました。

今の大人がどれくらい運動しているのか、アンケートを実施しました (令和7年度 下増田児童センター放課後児童クラブ保護者調べ)



特定非営利活動法人名取市スポーツ協会の方にインタビュー

名取市民体育館で市民の健康づくりのために活動している特定非営利活動法人名取市スポーツ協会の方から、運動不足の大人が増えていることや、どんな運動が続けやすいかを教えてもらいました。特に30~50代の方は、今から運動を始めることで、体だけではなく、気持ちの面でもいい変化があると聞きました。また、テレビゲームのスポーツのような「これも運動？」と思う軽い運動でも、ちゃんと効果があると知りました。

- 📍 名取市民体育館で行っている教室
- ・ バランスボール教室
- ・ ボウリング教室
- ・ ウォーキングイベント など



こどもまつりで 大人が遊ぶコーナーを実践！

特定非営利活動法人名取市スポーツ協会の方のお話を受け、「簡単な運動を準備して、運動するきっかけにしてみよう！」と、10月18日(土)に児童センターで開催されたこどもまつりの一角に、こどもファンドのコーナーを設けました。

当日は、親子で楽しめる「手渡し玉入れ」と「バケツde玉入れ」の2種類の玉入れを実施しました。

「手渡し玉入れ」は親子で息を合わせてボールをつなぐ協力型、「バケツde玉入れ」は狙いを定めて投げるワクワク型で、どちらも笑顔があふれる内容となりました。子ども実行委員会メンバーがまつりに来場した親子へ積極的に声をかけ、多くの方に参加していただくことができました。

参加された皆さんからは、「こんな簡単な動きでいいんだ」「親子で楽しめた」など、うれしい感想をたくさんいただき、気軽に取り組める運動の良さを実感していただけたようでした。これをきっかけに運動を始めてもらえたらうれしいです。

