

2017年7月14日 第3207回例会

於： 横須賀商工会議所

<点鐘・開会> 12:30 小林 会長

<斉 唱> 「手に手つないで」

<ゲスト紹介> *一般社団法人 STREET RUGBY ALLIANCE 副代表理事 大西 一平様
*米山奨学生 金 聰 勳 様

<新会員入会> *中村 正 会員

<会長報告> *第1グループ三役会 報告

*VTT委員会 報告

*ガバナー事務所より

・豪雨による九州被害地への義捐金協力依頼について

・2018-19年度ロータリー奨学生募集について

選考試験 第1次【書類選考】申請書、小論文 クラブ締切 10/13 (金)

選考試験 第2次【面接】と【語学試験】11/5 (日) 9:00 ガバナー事務所

・2018/8-2019/7 (11か月以上1年未満)

派遣人数 計9名予定

選考試験日・会場：【第1次・筆記試験】11/11(土)12:30～ 第一相澤ビル6F

【第2次・面接試験】11/12(日) 9:00～ 第一相澤ビル6F

<委員長報告> *インターアクト委員会 高橋 (隆) 委員長よりアクターズミーティング 報告

7月8日、アクターズミーティングがありました。「未来への夢」というテーマで行いました。

*ローターアクト委員会 小山委員長より 報告

7月11日、今年度第1回目を開催いたしました。

<幹事報告> *第1グループ合同例会出欠について (7/27 (木) 於：横須賀商工会議所)

*ローターアクトとの合同例会出欠について (8/4 (金) 於：観音崎京急ホテル)

*米山奨学会財団設立50周年記念史について

*例会終了後第1回理事役員会開催 (301研修室)

<出席報告> *出席委員会植田委員長より7月14日の出席報告

会員数	出席対象者数	出席数	欠席数	メイクアップ数	出席率
110名	97名	70名	27名	4名	76.29%

<ニコニコ報告>

・三 役 一般社団法人「ストリートラグビーアライアンス」副代表理事大西一平様、本日の卓話楽しみにしております。

・猿丸、福西、澤田、植田、鈴木、秋本、池上、江沢、井莉、高橋、若麻、根岸、Enora、物井 各会員

一般社団法人「ストリートラグビーアライアンス」副代表理事 大西一平様、本日の卓話楽しみにしております。

・勝見 幹事 (株) アライブ 出口圭造様ようこそお出でくださいました。

・齋藤 眞、前川、佐久間 各会員 米山奨学生、金 聰勳様ようこそお越し下さいました。ごゆっくりお過ごしください。

・三 役 中村正会員、入会おめでとうございます。ロータリーライフを楽しんでください。

・渡邊、澤田、萩生田、石田、谷、渡辺、山、勝間、田邊、江沢、高橋、齋藤 眞、齋藤 眞、平松、前田、長坂、上林、八巻、山下 各会員

中村正会員入会おめでとうございます。これから会員皆様の耳と鼻をよろしく願います。



- ・中村 正会員 本日入会させていただきました。君が代を歌えてよかったです。
- ・小山ローターアクト委員長 11日(火)産業交流プラザにて第1回RA例会及び米山明里会員の卓話に多数の方々にご出席して頂きありがとうございました。
- ・齋藤 眞 会員 交換留学生ロレーヌを見送ってきました。最後は涙涙でした・・・。
- ・野坂 会員 会長に私から提案です。会員拡大、目標120名になったら丸坊主になるという方がメンバーも一所懸命に拡大に努めると思いますが、いかがでしょうか。
- ・長堀 会員 プロジェクト2つ終わり、復活させて頂きます。よろしくお願ひします。
- ・渡辺 尚、八巻、勝間、井苺、清水 各会員 Enora 会員、Have a nice Summer Vacation.
- ・高橋 倫 会員 今月17日よりチェコでの近代五種世界大会へ三浦学苑 有路さん、横須賀大津高校の柴田さんが出場します。
- ・丸山 会員 何となく
- ・瀬戸、植田、藤村、杉山 各会員 写真をいただいて

<卓 話>

一般社団法人 STREET RUGBY ALLIANCE
副代表理事 大西 一平 様

「RUGBY × KANAGAWA」

例会のプログラムを拝見させて頂きまして、私の紹介のころの右端のボールの絵が「アメリカンフットボール」でしてちょっと笑いながらここへ立たせていただきました。ラグビーのボールは横線が入っていません、紐で縫っているところもありません。

実はラグビーのボールは日本では3万個しか売っていません。これからワールドカップが来て250万人という観客、そこに至るまでこれからボールを70万個くらい寄附しようという活動をしているところです。

それぐらいラグビーボール自体の認識も低いということで、なかなか認知度が向上しないということも問題になっています。

まず自己紹介をさせていただきます。高校は大阪出身で大工大というところです。高校2年の時に優勝し明治大学に進学しました。その間NZに1年留学しております。NZでは10分も歩けばラグビー場があり、男性も女性も国民全員が子供をラグビーの代表にしたいと思っているという環境です。明治大学の後神戸製鋼で7年連続優勝し、3年間キャプテンをさせていただきました。日本選手権も7年間優勝しまして、社会人の中では新日鉄釜石さんと並ぶ連続優勝数になります。その後日本で初のプロコーチということで、環境が難しいこともありましたが現在も、社会人や大学と5チーム6チームと一緒に契約し、監督ごと育てていくような強化をしています。日本代表エディ・ジョーンズ、今はイギリスの監督になりましたが、彼の裏でのお手伝いなどもしていました。

これから日本は、2019年にラグビーのワールドカップが来ます。神奈川、横須賀のみなさんはご存じだと思いますが次の年はオリンピック・パラリンピックが来ます。その次はワールドマスターズが関西に来ます。2022年には名古屋でアジア大会があります。この5年間にスポーツの世界大会がいつ頃に日本に来ます。他国と比べてもこのような事はなかなかなく、これは日本が注目されていることもあり、日本の中のスポーツが問われていることでもあると思います。2019年ラグビーワールドカップ決勝が日産スタジアムであり、まさに世界のファイナルを飾る場所となるのが神奈川県なのです。

今スポーツビジネスということでワールドカップやオリンピックを含め、文化庁やスポーツ庁などが色々考えています。スポーツビジネスの発展というのは競技の振興だけでなく、今後の経済成長のカギを握ると言われています。今スポーツ産業活性化に向けて2025年までに産業市場規模を2019年の5.5兆



円から15.2兆円にしようとしています。10兆円くらいを今スポーツ産業の拡大を図ろうとしています。具体的な10兆円のビジネスというのはどんなものかといいますと、スタジアムやアリーナ、まちづくりのインフラの部分ですがワールドカップに来るチームは12の都市に来るのですが、各地域の宿泊施設やグラウンド、海外のお客様用の宿泊施設などを整備していかなければなりません。特に開催の新日鉄釜石などはまだグラウンドも出来ていない厳しい状況です。拡大についてですが、世界大会の開催等を起点にしたスポーツを通じた地域経済の活性化に期待が高まりつつもありますが、それに付随したヘルスケア、健康増進などにも大きな期待が寄せられています。そして2020年以降の我が国のスポーツの発展を中期長期で考えると、アスリート、プレーヤーが生み出された経済価値を再現化してその収益をスポーツに再投資することで好環境を実現するというふうなことになっております。そして私自身スポーツビジネスということで、ビジネスというよりコンテンツは2つ、ほとんどまだボランティアと言われている状況ですが、どのようなことをしているかお知らせしたいと思います。根本的なところは、内閣府の発表している人口推移予測図になります。どんどん目減りしていきます。少子化になり、高齢化になりその中に寝たきりの人がどんどん増えるという縮図になっています。それをできるだけ緩やかに出来ないか、という事、少子化の上に経済を保つ人たちの経済圧迫が来ます。我々のようにのんびり働いていた世代と違って、毎日毎日がものすごい負担でありストレスが溜まるようになり、少子化で学校教育が追い付かなくなる中で、全部が綺麗に循環していくのか、というところが我々の視点でありそこには循環世代交流といえますか、健康やスポーツなど共通の理念概念を持って国民が取り組まなければいけないのではないかなというように事にレガシーを置いています。

2025年問題、4人に1人が75歳以上になってしまいます。これもすぐですね。寝たきりになる人が多くなるという前提でベッドが足りなくなる、医療費が足りない、健康格差が開くという問題が起こってきます。地域包括システムということで国が一生懸命やっていますが、問題としては予防の視点の欠落。未病、予防にはまだまだ手が回るところまでいっていません。そのような通常の街の中にいろいろな年齢の方が混じってスポーツや健康に対する興味を持った活動を繰り返すことによって、地域又は町のなかに新しい仲間づくり、体力づくり、ソーシャルキャピタルの向上、最終的に健康寿命の延伸に繋がらないかという事で一生懸命やっています。そして、まちづくりの理念として、コンテンツを通して

- ・市民の社会参加を促し、フェアな社会、格差の小さい社会づくりを目指す。
- ・スポーツコンテンツを通じて、コンピテンシーをベースとした教育支援。
- ・コーチング能力を身につけた地域リーダーを育成し、介護予防を目指した地域密着型活動支援。
- ・さらに、企業とのタイアップで運営資金を捻出。
- ・トップアスリートの活用で地域の活性化を促進。

地域包括ケアシステムの概念には、予防も重要なポイントとして含まれていることが見落とされ、ハイリスクアップの方にばかり目が行っています。近未来、地域にいかにも楽しみながら健康を維持し、コミュニティの活性化を高めていけないかということです。

私自身が今やっていることはストリートラグビーと歩く人というプログラムです。

ストリートラグビーは、一般社団法人化を2016年にしています。トップは鈴木寛さんで、文部科学省のJリーグの発足やワールドカップの誘致など裏でたくさん動いているフィクサーの方になります。学校法人や企業など、ご紹介いただいた勝見さんにも顧問になって入って頂いております。

ストリートラグビーは、ラグビーはもともと15人対15人で70メートルのグラウンドで大きなところでないと出来ないものですが、18.5メートル×7メートルの人工芝のグラウンドを保有しており、8メートル道路にはまるアタッチメントです。どんどん街中に出て行って、お祭りの中でボールが飛び交うエキサイティングなシーンを見ていただく、或いはボールに触れて頂く、そんな機会を作る3×3のゲームです。

浅草寺、日産スタジアム、小田原城、宮崎のお祭りなど、道路を閉鎖してやらさせていただきました。一般の方たちを含めた9,000名以上の参加者、未経験者70%事故は0です。ボランティアが3,000名以上の登録の方、参加者最低年齢1.3歳 最高は84歳です。ゲームは1分間になります。

スポーツ自体もやはり社会参加支援スポーツとしてソーシャルインセンティブを創造しようということが目的となっています。ラグビーは教育に適したスポーツである、1人では何もできないということを習ったり、どんな体型の人でも必ず適したポジションがあるということ、もともとそのようなまちづくりや強い精神を持った人間の育成に使われてきたスポーツという利点は、端々で子供達に理解をして頂こうと皆で努力をしています。それからラグビーを通じて学ぶ4つの資質ということで、好奇心、行動力、ボランティア精神、

リーダーシップなど大人たちが触れ合う中で伝えるようにしています。それから、少子化に向けて運動能力の開発のメリットということで、今学校の体育の中で子供達がどれだけ強い体作りが出来るかということ、正直私は不安です。こういうところでも、街の中でも子供たちが中心になって活動が出来る、将来に向けて体作りができるメリットが詰まっている競技です。1分間で、かなりへとへとになります。これは日本代表同士がやっても、NZ代表同士がやっても同じようにへとへとになるタフな競技です。

それから好循環が世代交流を目指す、ということで開催地のメリットを生んでいく。ただイベントをするのではなくて、練習会、その継続を小学校を夕方から借りて頂いて企業のみなさんにお手伝い頂いたり、ラグビー協会、行政の皆さん、この3つを組み付けて定期的にやって頂きます。イベントを横須賀の街の真ん中でやっていただきます。その1か月2か月前にインストラクターを育成させて頂いて、その後小さい人達が小学校を使って練習をしていく事から、イベント後楽しみを持ち人が集まり継続して頂けるようにするために民間企業の方の協力が重要になってきます。インストラクターの育成制度を発令し、全国でインストラクターを育成しています。実地も学科もありライセンスです。アドバンスインストラクターを街に作っていきます。アドバンスインストラクターが3人以上集まった時、我々と同じ権限を持っていただいて、我々の持つ商標を含めたスポーツ、ラグビー協会体育協会とのネットワーク等いっしょにやらせて頂くようになります。コンピテンシーという教育理念を持って我々やらせて頂いています。

日本はこれから変わろうとしています。今まで知識基盤社会でしたが、それが生き抜く力に変わります。それから「何をしているのか」という現代教育でしたが「何が出来るのか」という具体的な行動に移せるのか、実質としてどれくらいなるのかを考えていくことがコンピテンシーということです。未来社会の問題を把握、子供たちに同等にすること、それから未来社会の責任と行動力を養うこと、自立や協調性をつくること、リーダーシップ、体力づくりとなります。一番どうしたらなるかということ、TEACHER から COACHER に代わっていかなければならない、コーチングをしなければいけないといわれています。TEACHER と COACHER の差は、上下から対等な関係性、答えを教えるから引き出す、コミュニケーションを自発的に取る、依存から自立、モチベーションを上げるなどです。そのためには、指導者の何を变えなければいけないか、それはまず自己基盤が重要であるといわれています。情熱、決断力、確信、誠実さ、適応力、謙虚さなどです。これをいかに高いレベルで実現化できるか、ということです。何を実現するかということ、対等平等、尊敬尊重、感謝感動、共感協調、責任共有などです。一番難しいのが自己基盤をどのように整理するか、だと思います。ワールドカップが2019年に来ます。日本のラグビー人口が11万5000人くらいです。イングランドの観客が240万人でした。なかなか人が集まる可能性が少ないので、チケット含め困っています。よく見てみますと11万5000人のうち、毎年25,000人引退しています。平均プレー年数が6年です。1980年以降数えてみますと、100万人も元ラグビーをやっていた人がいます。今スポーツに関われない人が沢山います。そういう方を奮い立たせて、ラグビーを思い出しましょう、みなで何か役立てましょうということがストリートラグビーの目的です。

そしてJリーグの発足でスポーツが多様化しています。少子化と伴ってラグビー人口、人気は落ちていきます。いちばん人の多い時代はラグビーの人気はJリーグよりもバスケットよりもはるかに高かったです。そのような方たちに戻ってきましょうと話しています。かたやボールが3万個しか売れていません。2019年までに70万個配布しましょうと一家に一つラグビーボールを置いて頂けるような運動をしようとしています。17歳以上35歳以下ネットワークで登録出来るようになっています。これは無料です。是非みなさんお願いします。インストラクターは17歳からなれるので、就職や進学の際プラスになれるような質のあるものにしようとしています。

そして、もうひとつ「歩く人」というウォーキングのプログラムをやっています。東日本大震災の時に作ったプログラムです。私自身も阪神淡路大震災の被災者です。やはりインフラは整います。ただ復興支援は、支援は終わるのですが復興は終わらないのです。運動不足から来るエコノミッククラス症候群から神経疾患になるとか、認知症に運動不足で早くなってしまう方々とか色々な方を見てきました。インフラが整って復興したと思ったらその当時の方々はいないという現状になってしまいます。最初は炊き出しなどをしていたのですが、健康で最後までどうやって街が戻った時に笑顔で頂けるのか、を考えた時に基本として「歩く」というところに戻らないといけません。歩けなくなるとすべて終わり、動けなくなってしまう。歩くことの良さ、歩かないことの怖さ。最近学校でも習わないですね、行進したら「ほこりがたつ」と言われて歩けないなどあったり、運動会ではすぐ走ってしまうのでなかなか歩くことを習わないです。「歩く」をしっかりと

知って頂こうということで、ラグビーもこれもそうですが講演を頂いて先端医療の方々と活動をしています。運動不足から身体的精神的な問題が起きまして、内科的疾患、整形外科科的疾患、精神的疾患に分かれることを知って頂きたいと思います。

血管には4つの層があります。血管内皮細胞を強くきれいにしておくことが大事です。プラークがひどくなると血栓ができます。実はこの血管内皮細胞は強くすることができます。こうして普段座っている時は血液はたらたら流れている状況なのですが、速足で歩く、上り坂を歩く、ゆっくり歩くと血液の流れる量が変わります。この流れる量を変化させると『ズリ応力』というものが発生します。血液が血管をこする力です。平坦な道を歩くより上り坂を入れて少し休んでくんだりをゆっくり歩くなど、血液の流れを意識した歩き方で血管内部の細胞が強くなることがわかっています。そのような大きな効果が「歩く」ということにはありません。そして年齢別の有訴ですが、年代別ではどんどん腰痛、関節痛が増えていきます。70代80代ではすっかり変わってきます。肩こりがなくなって物忘れになります。肩こりを忘れたわけではありません。関節痛もなくなります。腰痛は増え続けます。

日本人の平均寿命は83.5歳です。ですが寝たきりになる平均年齢は72歳なのです。これは怖ろしいことですよね。ほとんどの人は最後の10数年間寝たきりになってしまいます。4人に1人です。これから大きな問題になります。関節痛は減りますが、腰痛は寝たきりのほうがひどくなります。

歩くということは、ものすごい情報を得て歩いています。認知力、解析分析能力からするともものすごいことをしています。それらを止めることによって認知症にはまっていく方が多いということです。

近年カロリーを消費するためにパワーウォーキングばかりします。筋力がなければ関節を痛めてしまいます。歩きましょう、と言われ歩く人ほど関節痛となるわけです。40歳以上で国民の三分の一くらいの方がひざが痛いと言っています。えらいことですね。自力で歩くためには、65歳くらいのパワーを有しないと歩き続けられないということがわかっています。それを過ぎると歩くたびに関節を痛めることになります。65歳くらいで少し頑張っていますよね。定年され一瞬されるのですが、続かないのですよね。どうやって続けていくかという、家の中でふくらはぎ、お尻の筋肉を鍛えるなどできる所でしてください。

ミトコンドリアですが、人間の体の中に唯一生きている違う生物です。これが今注目されています。少しだるくなるような歩き方をすると、強いミトコンドリアの活性化という効果が如実に現れます。ミトコンドリアは女性からしか遺伝しません。筋力トレーニングは重要です。しっかり皆様継続してください。

世界大会を経てどのようなレガシーを残すのが大切です。ロンドンラグビーワールドカップ、オリンピック・パラリンピックなどの連年開催経験国でもありますが、レガシー共創協に同じく数億円を投資し、何も残りませんでした。行政と違い企業は社会的責任が求められ、人々はそれを見えるかたちで期待しています。発信したいメッセージをいかにスポーツと同調させていくかが、スポーツ界と企業のこれからの課題です。

ありがとうございました。

<閉会・点鐘> 13:30 小林 会長

週報担当 原田 早苗