

地域の皆さんが住み慣れた地域でいつまでも元気に過ごせるように。
スポーツクラブが運動の視点から地域に広げる、健康づくりの取組とネットワーク

取組の概要

- 麻生区と連携し、長寿日本一記念事業として「あさおの保健室」等を実施するほか、町内会・自治会のイベントにも参加するなど、「健康」をテーマに、より地域に密着した活動も進めている。
- イベントや会議への参加等をきっかけに、地域の中でのつながりを広げている。



第2回あさお地域健幸フェスタの様子

解決したい課題

- 地域の皆さんが、いつまでも元気で安全に暮らしていけるよう、健康づくりを通して、地域のつながりづくりや防災など幅広い地域の課題解決に貢献したい。

実現したい未来

- 会員登録の有無に関わらず、スポーツクラブを地域の皆さんが暮らしの中で気軽に相談に来れる場にしたい。
- 「健康」を軸にいろいろな分野の方とつながり、地域の方同士をつなげる役割も担っていききたい。

INTERVIEW

1. 「健康」をテーマにした活動

株式会社ルネサンスの主な事業はスポーツクラブの運営ですが、地域健康推進部では「地域の皆様を健康に」をテーマに、自治体等と連携しながら、地域の皆さんの健康づくりをお手伝いする取組を進めています。

例えば、麻生区が長寿日本一で取り上げられたことをきっかけに、区役所と連携し、健康チェックを行う「あさおの保健室」や、エクササイズが体験できる「ロングライフコンディショニング」を、店舗のスペースを活用して実施してきました。

2. 地域に根付いたスポーツクラブに

また、より地域に密着した活動を目指して、店舗外に出向く取組も行っています。先日は、町内会が主催する防災イベントに参加させていただき、防災バッグを想定した10キロの荷物を持つ体験や握力測定を行いました。これをきっかけに、もしものときのためにも、日頃から運動する意識を持っていただけたらと思っています。こうした取組から地域の皆さんに健康の大切さを感じていただき、運動をする中で悩みや不安が生まれたときは私たちがサポートするといった関係が作れたら嬉しいですね。地域の皆さんが元気でいてこそ、

私たちの事業も成り立ちますし、住み慣れた地域でいつまでも元気に過ごしていただきたいです。

3. 地域でのネットワークづくり

この他にも様々な取組を行っていますが、私たちだけの力ではできないこともたくさんあります。イベントや会議への参加等をきっかけに企業や団体、地域の方とつながり、共に活動する。また、情報を共有する。こうしてネットワークを広げることで、ここに地域の情報が集まり、地域の皆さんが気軽に相談に来れる環境が作れたら……これが一番理想かなと思います。

4. 今後、進めていきたいこと

麻生区は大学も多いので学生の方との連携や、栄養や食事という視点で、地域の生産者の方と運動を掛け合わせた情報交換ができれば面白いかもしれないですね。健康をテーマに活動していると可能性はたくさんあると感じているので、いろいろと模索していきたいです。

私たちが地域の方とつながることはもちろんですが、それだけでなく、地域の方同士をつなげる役割も担っていただけると考えています。

話し手【取材日：令和7年12月12日】

- 南澤 直美 さん（株式会社ルネサンス地域健康推進部 課長代理）
- 大庭 広樹 さん（スポーツクラブルネサンス五月台24 支配人）