

海田町にゆかりのある人を毎月ピックアップし、現在の活動や仕事内容から海田町への思いまで深掘りしていきます。11月号では、海田町青少年健全育成講座子ども体操教室代表の栗林 涼さんに体操の魅力や指導にかける思いを聞かせてもらいました。

栗林 涼さん

海田町青少年健全育成講座
子ども体操教室 代表

今をときめく まちのあの人に会いに行く vol.31

子どもたちの笑顔を見て 気付かされた体操の魅力

3歳から体操を始め、高校を卒業するまで競技漬けの日々でした。ジュニア選手として頑張っていた頃、日本はオリンピックの体操種目でメダルを獲得することができず、さらに広島はアジア大会などで盛り上がっていた時期。競技に関わる人たちの「日本から世界へ」という思いは強く、いわゆる“勝利主義”が絶対とされていました。そんな空気感の中で、いつしか体操を続けることが苦痛になり、高校生で出場した国体で燃え尽き症候群に。その後は競技から離れて生活し、飲食店でアルバイトをするな



▲普段の活動の様子①

ど、体操とは関係のないところで社会生活を営んでいました。大阪で暮らしていたある時、縁あってスポーツクラブのインストラクターを務めることになり、子ども体操クラスの担当に。すごく楽しそうに、イキイキと体操に取り組む子どもたちの姿を見て、「体操ってこんなに楽しいものだったんだ」と気付かされた気持ちになりました。広島にUターンした後は、会社員として働く傍ら、自身が住んでいた安佐南区や、安芸区、海田町、東広島市などで“子どもたちが楽しいと感じられる”体操教室を主催するようになりました。

運動が得意な子も苦手な子も楽しく

体操の魅力は、運動が得意な子も苦手な子も参加しやすく、幼い時から始められるスポーツであること。むしろ体がやわらかい幼少期に始めるべきだとも言えます。私の教室では、とにかく楽しむことをモットーに、ストレッチ、体幹トレーニング、運動遊びなど、1時間の間に色々な動きを取り入れます。自然と基本的な動作が身につくので、体の可動域が広がり、野球やサッカーといったほかの習い事をしているお子さんのプラスになる場合も多いです。また、運動が苦手だった子が体の使い方を覚えることで運動全般が徐々に得意になり「自信がついた」という声もよく耳

にします。通いやすい料金や、幅広い年齢層の教室を用意している点が好評をいただき、現在は体操教室を専業で行っています。時には保育園などで出前講座をすることもあり、海田町をはじめ、各地で体操の魅力・面白さを伝えていきます。子どもたちから「こんな動きができるようになったよ」と報告された時や、保護者の方から「子どもが自分からすすんで運動をするようになりました」という声をいただく時は本当にうれしく、喜びを分かち合えることにやりがいと達成感を感じています。身体的な成長だけでなく、情操教育も大切にしているので、教室を始める際のあいさつや、上の子が下の子の面倒を見てみんなで仲良く取り組むことなどにも注意を払っています。年末には日頃の努力の成果を見てもらう場として発表会も用意。「みんなよく頑張ったね」と、互いを認め合う場をつくっています。

若い指導者を育て、体操でみんなを笑顔に

今後は目標意識を持たせるという意味で、教室内で大会のようなものを行えたらと考えています。競い合うことのみが目的になってしまうと体操が楽しくなくなってしまいますが、目標をクリアする喜びは、続けていくモチベーションにつながります。また、若いスタッフにどんどん参加してもらい、次の指導者を育てたいとも思っています。現在は大学生の子が手伝いに入ってくれたりするのですが、彼らはそれぞれに「教員になりたい」「幼稚園の先生になり



▲普段の活動の様子②

たい」というような夢を持っており、教室で何らかの学びが得られているようです。私がもしもこの先教室を退いても、誰かが代わりに体操の魅力や面白さを伝え続けていってくれたらうれしいなと思います。プライベートでは、結婚を機に約2カ月前から海田町で暮らすようになったばかり。それまでは教室やほかのスポーツイベントのお手伝いで何度も足を運んできましたが、生活するようになってあらためて、海田町は自然豊かで住みやすいまちだと感じています。子ども向けの施設や公園が多く、地域ぐるみの行事もさかんで、子どもたちがのびのびと暮らせる環境。いずれはここで、体操を学んだ子どもが指導者として教室をリードしてくれる様子や、体操競技の世界へ選手として羽ばたいていく姿を見たいです。

My Favorite 海田の お気に入り

まちの情報を教えてくれる広報紙

海田町に住むようになり、ポストに入れられていてうれしかったのがまちの広報紙。イベントや教室の開催、夜間救急の連絡先など、暮らしにまつわるさまざまな情報が載っていてとても助かりました。今回自身が登場することになり、ひそかに喜んでいました(笑)。



出演者 募集

広報かいたにご出演いただける人を募集中。自薦他薦は問いません。海田町で活躍していたり、新しいことに取り組んでいたり、まちのことが大好きな人をお待ちしています。興味がある人は問い合わせください。

企画課(役場3階)

TEL 823-9212

Mail kikaku@town.kaita.lg.jp