

論文

ウェルビーイング・コミュニティ 創出におけるスポーツ活動 ～ウォーキングフットボールを活用した 被災地支援の事例より～

宮崎 純一

キーワード

ウェルビーイング
ウォーキングフットボール
被災地支援

目次

- はじめに
 - ウォーキングフットボールの普及と活用
 - 先行研究からみるウェルビーイング・コミュニティ構築の事例
 - 青山学院大学の取り組み
 - JFA（公益財団法人日本サッカー協会）の取り組み
被災地支援活動への応用
 - まとめ
- 参考文献

1 はじめに

幅広い年齢層において心身の健康を獲得するための施策は少子高齢化社会に備えるための重要な社会課題といえる。2010年文部科学省の示した「スポーツ立国戦略」とこれに続く翌年の「スポーツ基本法」の制定により、欧州に倣い国家的プロジェクトとしてスポーツに取り組む施策が開始された。新たに制定されたスポーツ基本法には、全ての人にスポーツの楽しみを享受する権利が保証され、競技スポーツにおいては国際大会招致に際する行政支援などが明記され、スポーツ活動の推進は長期的な国家行政課題として認識されることとなった。スポーツを通して健康の維持増進、体力増強に加えてスポーツコミュニティによる社会的なつながりを形成することにより心身の健全な維持発達を促すこととなる。核家族化、IT主導社会がもたらす多くの社会課題に対して、これらを解決する有効な施策として期待される。「する」、「みる」、「支える」スポーツを通じて新たな視点からコミュニティが醸成されることへの期待が寄せられる。

スポーツによる地域貢献は、人々の主体的かつ自主的な実践が肝要であり、これらの行為はソーシャル・キャピタルを生み出し、スポーツコミュニティへの参加者がその担い手となることを期待している。2015年に採択された「2030年を目標年次とする持続可能な開発目標（SDGs）」において、“Good health and well-being”が目標の一つとして設定された。健康の獲得とウェルビーイング促進は、両翼として持続可能な目標として期待されるそのような状況下でウェルビーイング・コミュニティを創生するためにスポーツが担う役割や有用性を検証した報告が散見されるようになった。

近年、欧州では運動療法や疾病予防を集団スポーツにより補完するという取り組みが注目を集めている。複数の報告でウォーキングフットボールなどのチームスポーツを採用することにより治療対象者の継続率が向上していることを指摘している。さらに、精神衛生、メンタルヘルスの観点からチームスポーツを実施することによるコミュニティ内での自己肯定感の向上、利他性の獲得など心理的な安定、高揚などへの有用性も報告されている。

そこで本研究では、コミュニティを基盤としたウェルビーイング・コミュニティ創生に向け、チームスポーツであるウォーキングフットボール実施の有効性に検討を加える。また、本稿では被災地支援など特殊環境下におけるスポーツ活動の有用性を検証するうえで能登地震および豪雨災害にて被害を受けた地域における支援活動の一環として実施されたウォーキングフットボールの実施状況を調査し考察する。

2 ウォーキングフットボールの普及と活用

日本ウォーキングフットボール連盟では、「ウォーキングフットボールは『歩いて楽しむミニサッカー』である」として、その誕生を「2011年7月にイングランドで行われた55歳

以上を対象とした『健康のためのサッカー』が原点である」としている。国内では2013年ごろに初めてプレーされ、「誰でも参加できて、笑い合えるスポーツ」としてJFAのグラスルーツ分野の活動として全国に広がりを見せている。国内では50団体を超えるウォーキングフットボールのクラブが活動している。

日本ウォーキングフットボール連盟公式サイトより引用

ウォーキングフットボールって、なに？

- ・歩いて楽しむミニサッカー

ウォーキングフットボールは「歩いて楽しむミニサッカー」です。2011年7月にイングランドで行われた55歳以上を対象とした“健康のためのサッカー”が原点。

日本でも2013年ごろに初めてプレーされ、誰でも参加できて、笑い合えるスポーツとして日本全国に広がりを見せています。

- ・走らない／ぶつからない／取らない

全員が走らないでプレーします。また相手にぶつかること、相手のボールを取りに行くことも禁止されています。

だから初心者でも慌てずに落ち着いてプレーできます。ボールを「蹴る」「とめる」ことだけ覚えれば、どなたでもプレーできます。

大切にしているのはケガをしない、させないで、みんなで楽しむこと。そんな「思いやり」が溢れるスポーツです。

ウォーキングフットボールの 3つのプレイスタイル		
1	2	3
走らない	ぶつからない	奪わない
運動が苦手でも、高齢者でも、安心してプレーできる。	ケガをしないさせない。	ボールを取りに行かないので、初心者でも怖がらずあわてずプレーできる。

- ・障がいの有無、性別、年齢を超えた広がり

ウォーキングフットボールは、障がいの有無、年齢、性別などをとわず参加でき、楽しめるスポーツです。視力、聴力、肢体不自由、下肢切断などがかかえる仲間たちと健常者が一緒にプレーを楽しむイベントも行われています。

人々の多様なあり方を認めあえる社会の実現にむけて、大きく貢献できるスポーツだと確信しています。

※JWFB サイト掲載資料より

・楽しむための、3つのコンセプト

スマイル（笑顔）、フレンドリー（なかよく）、リスペクト（お互いを認め合う）をコンセプトに、ゲームを楽しみます。

「失敗しても楽しい、笑っちゃおう！」これは初めてボール蹴った60代の女性の言葉です。勝ち負けではなく、笑顔で和気あいあいと、フェアにプレーすることが大切です。



・心がつながる、仲間がひろがる

ウォーキングフットボールは、コミュニケーションも大切にしています。ゲームではお互いの名前やニックネームを呼び合ってパスをあげたりもらったり。プレーを通していつのまにか心と心がつながり、絆がうまれます。

見事ゴールが決まったらチーム全員でハイタッチ。さらにチームでオリジナルのゴールパフォーマンスを決めておくなど、楽しみ方はいろいろです。

・健康面での社会貢献

ウォーキングフットボールは有酸素運動としての効果が期待されます。また、ボールを追って全方向へ考えながら動くことで、さまざまな部位の筋肉を活性化し、頭も使います。

フレイル予防や認知症予防にも効果があるとの研究結果も発表されています。

現代人、特に若い世代の運動不足が問題になっています。運動習慣は、肉体的にも精神的にも健全に生きる土台となります。ウォーキングフットボールを通して「運動は楽しい」という経験があれば、スポーツに対するハードルが下がると私たちは考えています。

生涯スポーツの入り口として、ウォーキングフットボールは社会貢献できる大きな可能性があると思います。

以下には JWFB 公式サイトに掲載されたルールを掲載した。随所にコミュニティ内で繋がりを深め、互いに尊重し人間形成を促し、幅広い世代と性別の参加者が、競技経験の長短に関わらずインクルーシブに楽しめる工夫がみられる。

・基本ルール

全員が歩いてプレーする（速足禁止）

接触禁止（相手に触らない、ぶつからない、押さない）

パスもシュートもボールの高さはゴールの高さまで（1.2m）

オフサイドはない

・フィールドプレーヤー（FP）

相手に近寄らない、1m 離れて相手にプレーさせる（プレーは6秒まで）

タッチラインからは、キックインまたはロールイン（片手で転がし入れる）

フリーキックはすべて間接 FK、ペナルティキックは直接だがワンステップキック

リスタート時、相手は3m 離れる

FP はゴールエリアに入れない

・ゴールキーパー（GK）

相手がゴールラインからボールを出した場合、キックインまたはロールインで再開

GK はゴールエリアを出てはいけない

GK はバックパスを手で受けることができる

ゴールエリアのライン上のボールは GK しか触れない

・セルフジャッジ

※日本のウォーキングフットボールには審判はいませんが、ゲームを楽しく進行する役割のピッチマネージャーがいます。ピッチマネージャーは、ウォーキングフットボールコーディネーターが兼任します。コーディネーターは公認資格があります。

【JWFL 公認ウォーキングフットボールコーディネーター登録制度】

JWFL では、2023 年 4 月 1 日よりウォーキングフットボールコーディネーター（WFC）登録制度をスタートしました。本制度に申請いただけるのは、公益財団法人日本サッカー協会が主催する「ウォーキングフットボールコーディネーター講習会」を修了された方となります。登録された方は、「JWFL 公認ウォーキングフットボールコーディネーター」という名称をご使用になれます。

ピッチマネージャーは審判ではありませんが、ルールやマナーを理解してもらうためにホイッスルを鳴らすことがあります。しかし、理想は試合中にピッチマネージャーの出番がないことです。みなさんにはルールやマナーをよく理解していただき、セルフジャッジによって和やかに気持ちよく試合をして欲しいと思っています。

分からないことがあったら、遠慮なくピッチマネージャーに聞いてください。

セルフジャッジで大事なことは次の2つです。

嘘をつかない

自分から言う

これは本人だけでなく、味方同士でも同じです。味方の選手がルール違反をしていると気づいたら、声をかけて正してあげてください。

・グリーンカード

フェアプレーや思いやりのあるプレー、素晴らしいプレーなどをみかけたら、ピッチマネージャーがグリーンカードを提示してくれます。グリーンカードをたくさんもらってください。

海外で誕生したシニアスポーツとして、世界大会が開催されている。シニア世代のスポーツ国際交流の機会を提供する貴重な種目となる。本年度の大会参加者に対しインタビューを実施した。いずれの参加者も国内のシニアサッカーチームに所属するなど日頃からサッカーに親しむ機会の多い選手が多かった。まず、大会の開催されたイングランドのナショナルトレーニングセンターのピッチ及び離接する宿泊施設など会場の充実ぶりを評し「大会運営の充実度」を指摘する参加者が多数だった。また、試合の勝敗に関する感想は少なく、交流の楽しさや海外のシニアプレーヤーとの仲間意識が生まれたことに対する喜び、満足度を報告が多く、これも国際交流を主としたスポーツの勝敗だけに限らない、幅広い有用性を示す指摘であると考察する。

世界との交流



・FIWFA ネイションズカップに初エントリー

一般社団法人日本ウォーキングフットボール連盟（JWFL）は、8月24日から26日までイギリスのダービーで開催されるウォーキングフットボールの世界大会「FIWFA World Nations Cup 2023」に日本チームを編成し参加しました。大会は50歳以上と60歳以上の2つのカテゴリーがあり、日本チームはそれぞれにエントリー。会場はサッカーイングランド

代表の本拠地でもあるナショナルフットボールセンターの St. George's Park（セントジョージズパーク）です。

FIWFA World Nations Cup 2023 の 3 日間のプログラムが全て終了し、日本チームは楽しかった思い出を胸にセントジョージズパークを後にしました。そして今後のウォーキングフットボールの普及と進歩のために協力し合うことを確認し、日本チーム団は解団しました。今回のチャレンジにご支援、ご協力、ご声援等をいただき、本当にありがとうございました。心より感謝いたします。今後も引き続きよろしくお願いします！大会の経過及び結果については、[連盟 Facebook](#) に掲載しておりますのでご確認ください。



GROUP 3									
Over 60's									
Rank	Player	Team	Rank	Player	Team	Rank	Player	Team	Rank
1st	Yoshiaki	Japan	1st	Yoshiaki	Japan	1st	Yoshiaki	Japan	1st
2nd	Yoshiaki	Japan	2nd	Yoshiaki	Japan	2nd	Yoshiaki	Japan	2nd
3rd	Yoshiaki	Japan	3rd	Yoshiaki	Japan	3rd	Yoshiaki	Japan	3rd
4th	Yoshiaki	Japan	4th	Yoshiaki	Japan	4th	Yoshiaki	Japan	4th
5th	Yoshiaki	Japan	5th	Yoshiaki	Japan	5th	Yoshiaki	Japan	5th
6th	Yoshiaki	Japan	6th	Yoshiaki	Japan	6th	Yoshiaki	Japan	6th
7th	Yoshiaki	Japan	7th	Yoshiaki	Japan	7th	Yoshiaki	Japan	7th
8th	Yoshiaki	Japan	8th	Yoshiaki	Japan	8th	Yoshiaki	Japan	8th
9th	Yoshiaki	Japan	9th	Yoshiaki	Japan	9th	Yoshiaki	Japan	9th
10th	Yoshiaki	Japan	10th	Yoshiaki	Japan	10th	Yoshiaki	Japan	10th

3 先行研究からみるウエルビーイング・コミュニティ構築の事例

国内におけるウォーキングフットボールに関連する研究は希少である。活動が開始されてからまだ間もないことが要因と考えられる。しかし、海外の報告では既に各種成人病の予防、治療に採用する運動処方として有効性を指摘すると同時に継続性の高さを評価している。

近年、欧州ではこれまで個人の活動として運動、スポーツの実施に頼ってきた運動療法や疾病予防を集団スポーツにより補完するという取り組みが注目されている。Anderson ら¹⁾は、スウェーデンにて被検者 63 名、平均年齢 70.9 歳（63～85 歳）の男女を被験者として 4 試合のウォーキングフットボール試合と生理学的試験およびアンケートを実施した。そのうち 7 割が BMI 値 25 以上、51%が高血圧、73%が医師から処方された薬を服用している。各試合の平均移動距離は 2409m を記録し、年齢から算出された最大心拍数の $80 \pm 9\%$ を示した。運動の強弱はウォーキングよりは頻出するが、全般的には高齢者にとって緩やかな負荷を与える運動といえる。また、ウォーキングフットボールへの参加動機は socialize（社会性の獲得）であるという回答が多数を占めた。Harper ら⁶⁾は、ウォーキングフットボール活動中の体力学、生理学、生体工学的反応を観察した。英国の 17 人の男性 66 歳 $\pm$ 6 歳の心拍数、

血中乳酸、方向転換時の身体的負荷、疲労度などを計測した。その結果、中程度から高強度の運動負荷があり骨密度、心肺能力のほかには社会的、心理的なウェルビーイングに有効であることを明らかにした。Arnold ら²⁾ は、12 週間の実施期間に毎週 2 時間のセッションで、体重および体脂肪の減少が認められたことを報告している。さらに、McEwan らは、スコットランドの被験者 6 名（全て過体重あるいは肥満であり、標準血圧より高値を示していた）、平均年齢 50 歳を対象に、週 1 回 60 分、8 週間にわたるウォーキングフットボールを実施し、生理学的、心理学的指標を計測した。その結果、参加者は 1 年後も活動を継続する動機を維持していたことを報告している。Ayabe ら³⁾ は、20 名の代謝異常を示す 54 歳から 73 歳の被験者に対してレクリエーションとしてのウォーキングフットボール実施時の心血管系反応を観察した。活動は室内のバスケットボールコートを利用し、1 チーム 5 人のゴールキーパー無しで 10 分間のウォーキングフットボールを実施する。運動中の心拍数は 127 拍/分（ ± 20 拍/分）で、プレーの頻度に相関（ $p < 0.05$ ）があった。この結果より軽度の代謝異常の認められる患者に運動処方として有効であることを報告している。Barbosa ら⁴⁾ は、ポルトガルの中老年糖尿病患者 31 名（平均年齢 64.4 ± 4.5 歳）に対して、週に 3 回、60 分ずつ 12 週（3 期に漸増的負荷分割）に渡りウォーキングフットボールを実施した。生理的指標として心拍数を測定し、主観的疲労度、心理的尺度を用いて評価した。患者の運動処方として身体的に過度な負荷が無く、怪我や事故のリスクも少なく、楽しみながら継続できる活動として有用であると指摘している。Siswantoyo ら¹²⁾ は、インドネシアの大学生を対象とし活動によるコレステロール値や血糖値の変動を観察して健康的な生活に向け指標を提示している。留学生、在学生や従業員など様々なカテゴリーから 12 名が選出され、週 3 回のウォーキングフットボールの活動を 12 週間継続し健康状態をプレテスト、ポストテストにより比較した。その結果コレステロール値、血糖値ともに有意に改善されたと報告している。さらに、精神衛生、メンタルヘルスの観点から、Taylor ら¹³⁾ は、実施会場近隣に住む 7 名の 25 歳から 44 歳の英国人を対象に非構造化および半構造化インタビューにより、social health や mental health などのソーシャル・ウェルビーイングに関する影響を調査した。週に 1 回のウォーキングフットボール活動に参加している対象者の回答から、毎週参加することによる仲間意識、気分転換の機会創出、プレーすることによる達成感、満足感、スキルが上達などが獲得されるという。そして、インクルーシブな活動としてスキルレベルが異なっても一緒に楽しめることを指摘している。チームスポーツを実施することによるコミュニティ内での自己肯定感の向上、利他性の獲得など心理的な安定、高揚など有用性が報告されている。

特に初心者や若年層、女性、高齢者など体力的に相違が大きい参加者同士が共に楽しめる工夫がルールや推奨活動に施されていることにより幅広い年齢層に応用可能な種目特性がある。さらに成人病、代謝異常などの症状がある患者でも負荷を抑えて継続的に参加が可能で

あり、その改善効果が認められていることから非常に有用な運動処方種目として位置づけられる。加えてチームとして活動し対戦相手とも交流があることから個人により継続されるスポーツ活動に比較して継続動機が強く、コミュニケーションの改善が認められることからウェルビーイング・コミュニティの創出にも有用であることが示唆される。

4 青山学院大学の取り組み

ウォーキングフットボールコーディネーターでもある角田氏の協力を得て2021年から、シニア世代の健康増進とコミュニティ作りを目的として「オール青山ウォーキングフットボール体験」を継続実施している。ここでは、開催の様子を振り返りながら参加者からのフィードバック、イベント観察、コーディネーターからのインタビューなどよりウォーキングフットボールの特徴的な開催意義などを明らかにするものである。また、ここにおける知見を被災地支援のツールとしての有用性を判別する根拠として活用することを目的とする。

少子高齢化、核家族化は都市部においても深刻な社会課題である。加えて高齢者は離職してから日常の活動範囲の減退に比例して人とのつながりが極端に少なくなる傾向が認められる。健康寿命の延伸、心身の健康を維持するためにも同年代のコミュニティの枠を超えて活動が可能なスポーツを通したコミュニティへの参画が有用であろう。特に複数種目が同時開催されるスポーツ施設あるいは、幼稚園から大学までキャンパス内に備えた本学のような施設は年代を超えた新たな刺激を受容することで、このような目標を達成することが可能である。従って本学のような大学キャンパスを社会連携事業に提供し、適切なスポーツを通した交流は高齢者の健康維持、増進に大いに有用であることが推察される。

以下には青山学院大学にて開催したウォーキングフットボール関連事業の様子を掲載した。4回を数える体験企画には毎回幅広い年齢層の参加者が集い、互いに尊重しながら競技を楽しむことによりコミュニケーションの促進、達成感、高揚感を感じる体験も併せて獲得していることがアンケート調査やインタビューより観察された。また、コーディネーターを務める角田氏の提案から採用した「被災地支援活動報告」や「被災地支援募金」は、小さなスポーツコミュニティが遠く離れた地で困難と直面するコミュニティの皆さんと繋がる契機を提供することになった。このようなスポーツ活動を通じた人と人を繋ぐ取り組みは、参加者の皆さんのウェルビーイングを促進する活動となることが示唆された。

第1回ウォーキングフットボール体験

日程：2022年12月27日（火）14：00～16：00

会場：青山学院高中部グラウンド

協力：コーディネーター 角田寛和さん、ウォーキングフットボールチーム「アルクオーレ」

Jリーグ柏レイソル戸嶋幸郎選手

参加者：26名

未就学児1名、小学生2名、中高生3名、大学生6名、20歳代3名、
30歳代4名、40歳代2名、50歳以上5名

活動内容：

「歩いてサッカーをする」この競技は、年齢、性別、技術、障がいの有無にかかわらず一緒にプレーし、サッカーの楽しさを体感できる。ゲストとしてJリーグ柏レイソルの戸嶋幸郎選手、コーディネーターにはFIFA公認日本代表応援隊長「ツンさん」こと角田寛和氏を迎えた。また、ウォーキングフットボールチームの老舗「アルクオーレ」のレディースの皆さん、元デフサッカー（聴覚障がい）日本代表候補で現在「ウォーキングフットボール in the サイレンス」の日比秀則氏が参戦した。運営には、大会主催経験のあるWEリーグノジマステラ神奈川相模原の古藺雄士氏の協力頂いた。ウォーミングアップの後、3チームにわかれてリーグ戦を実施した。資料の通り、老若男女と一緒にプレーし、サッカーの楽しさに触れ「チームになった」と実感する体験であった。親子、大学の友人、留学生の仲間、障がいを持つ方と様々な参加者が集い「互いの良さを認め、サポートする気配り」を持ってプレーすることによりインクルーシブなコミュニティ形成を理解する。「歩く」、「蹴る」などの動作を通して健康的にスポーツ実践が実施される。試合を通してのコミュニケーション促進により、参加者同士の絆が深まった。競技の目的、ルールを理解・実践するためには、指導者、コーディネーター、デモンストレーター（Jリーグ選手、ウォーキングフットボールチーム選手ほか）が、模範となりプレーすることが必要となろう。終了後には、多くの参加者からこの企画への「満足度」の高さについてフィードバックがあった。したがって、「まず参加してみる」といった競技への理解と認知を促進する告知、周知への工夫が求められる。（青山学院大学CASプロジェクト報告書より引用）



参加者の年齢層 26名

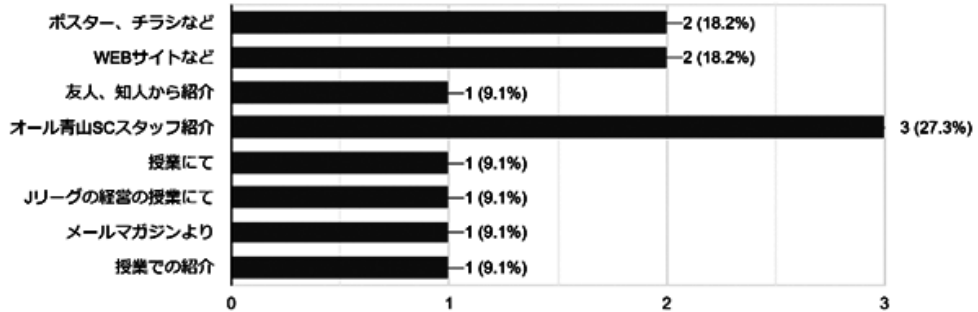


11 件の回答



このイベントをどのように知りましたか？

11件の回答



資料4 アンケート結果

第2回ウォーキングフットボール体験

日程：2023年7月22日（土）17：00～18：30

会場：青山キャンパス高中部グラウンド

協力：コーディネーター 角田寛和さん ウォーキングフットボールチーム「アルクオーレ」

日本ウォーキングフットボール連盟

参加者：15名

男性8名：20代1名、50代3名、60代2名、70代2名

女性7名：30代1名、40代1名、50代2名、60代3名

第2回ウォーキングフットボール体験

日程：2023年7月22日（土）17：00～18：30

会場：青山キャンパス 高中部グラウンド

協力：コーディネーター 角田寛和さん ウォーキングフットボールチーム「アルクオーレ」

参加者：15名

男性8名：20代1名、50代3名、60代2名、70代2名

女性7名：30代1名、40代1名、50代2名、60代3名

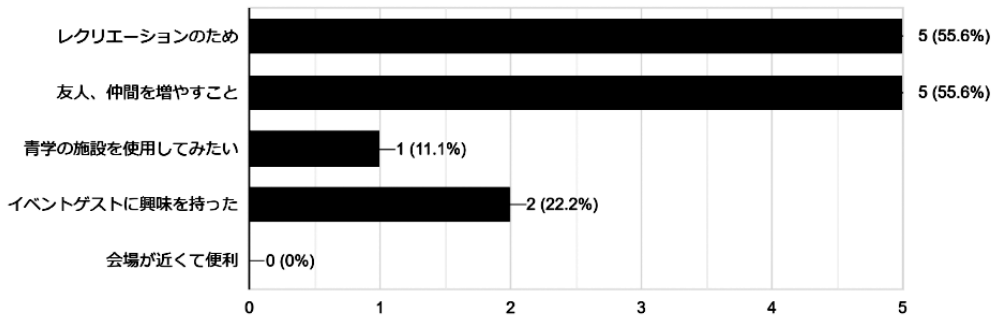
申し込みはコチラから！
QRコードをスキャンして申し込みます。



資料5 第2回開催要項と参加者の皆さん

このイベントに期待することは？

9件の回答



資料6 参加者アンケート回答6名

性別	年齢	居住地域	イベント内容について	活動環境について	指導者、運営者、スタッフについて	その他
男性	51-60歳	東京都区内	とてもよかった	とても良い環境	とてもよかった	
男性	61歳以上	神奈川県	笑顔が一瞬で楽しい体験でした。	グラウンドは人工芝で最高に良かったです。	ストレッチメニューは大変参考になりました。また、ウォーキングフットボールのMCは、笑顔あり、笑いありで心から楽しめました。	ありがとうございました。引き続き、宜しくお願いします。
男性	61歳以上	東京都区内	楽しくプレーさせていただきました。3チームで交代しながらは運動量も適当でした。	素晴らしい環境でウォーキングフットボールを堪能させていただきました。	他の場所では体験できない指導、運営でまた是非参加させていただきたいと思います。	コーンのキープはシュートを強く打たなくなるのでWFに相応しいと思います。
男性	61歳以上	東京都区内	普段と違ったアップや、バスのトレーニングがとても新鮮だった。	とても良い環境でした。	MCも面白く盛り上げ方も上手でしたし、とてもみなさん良かったです。	
回答しない	51-60歳	神奈川県	ウォーキングタグラグビーを今後やってみたい	屋内希望	皆様、とても親切で楽しい時間を過ごすことができた	
女性	61歳以上	東京都区内	幾つになっても、楽しくスポーツが楽しめる環境を作って頂き、ありがとうございました。	ミストもあり、最高の環境でできました。	みんなが楽しめるような声掛けが、とても良かったと思います。	

資料7 参加者アンケート

第3回ウォーキングフットボール体験【オール青山チャリティー for ネパール】

日程：2023年12月10日（土）15：00～17：00

会場：青山キャンパス高中部グラウンド

協力：コーディネーター 角田寛和さん、ウォーキングフットボールチーム「アルクオーレ」

参加者：29名



資料8 第3回開催要項と参加者の皆さん



資料9 コーディネーター角田氏による被災地支援活動報告

活動内容：第3回を迎えるオール青山ウォーキングフットボール体験は過去最高の29名の参加者が集いました。コーディネーターにはツンさんこと角田寛和氏を迎え、3日後にネパール支援に旅立つとのことから、遙か遠い空のもとからではありますが「フットボールのパワーよ、届け！」とばかりに『チャリティー for ネパール』と銘打って開催しました！開始前から熱気に満ちた青学中高部グラウンド。キャッチフレーズ通り「老若男女で楽しもう！」を実践。2歳から75歳まで、平均年齢60歳超え。ピッチは笑顔とエネルギーに満ち溢れた90分となりました。加えてゲストプレイヤーには青学OBで、渋谷シティFCで活躍中の植松亮選手を迎え、老舗ウォーキングフットボールチームのアルクオーレさんから多くの選手の方にサポート頂きました。ウォームアップから、リーグ戦形式のゲームへ。休憩時間にはツンさんの「被災地支援報告パネル」をグラウンドにて展示。皆さんに全国に広がる「サッ

カーのちから」を感じて頂きました。体験終了後にはグラウンドに隣接する教室にて過去のネパール支援の様子をプレゼン。参加者の皆さんからはご理解と多くの支援を頂き皆さんの笑顔で閉会。多くの皆さんから元気を頂いた活動となりました！我々のパワーがネパールにしっかり届くことを祈念して。(オール青山スポーツコミュニティサイトより引用)

第 4 回オール青山ウォーキングフットボール体験&能登地震被災地支援報告

日程：2024 年 6 月 30 日（日）10：00～12：00

会場：青山キャンパス高中部グラウンド

協力：MC 角田寛和さん、ウォーキングフットボールチーム「アルクオーレ」

参加者：20 名



資料 10 第 4 回試合要項と参加者の皆さん



資料 11 活動の様子

活動内容：ウォーキングフットボール体験はいつものコーディネーター ツンさんの進行とアルクオーレの皆さんの運営で老若男女20名の皆さんで熱く、楽しくプレーして頂きました。高等部小島先生のサポートには毎度、毎度の感謝！90分の活動を終え、ツンさんによる能登半島被災地支援活動「トモに能登の未来へ」の報告会を実施しました！まだまだ復興への道のりは遠い…と感じながらも、サッカー観戦と温泉とマクドナルドは皆を笑顔にする。そんな子供たちを目の当たりにして感涙。スポーツの絆で応援。ツンさん頑張って！
(オール青山 SC 公式サイトより引用)

WE リーグ×青学共催ウォーキングフットボール研修会実施報告

日程：2024 年 7 月 24 日（水）19：00～21：00

会場：青山キャンパス高中部グラウンド

協力：WE リーグ事務局

参加者：9 名



資料 12 参加者の皆さん

活動内容：夕暮れ過ぎるとそよ風が頬を撫で、心地好い季節！WE リーグ事務局の皆さんと青学スポマネゼミコラボでウォーキングフットボール研修会を実施しました。全日本女子大学サッカー連盟会長も務める小林美由紀リーダーのもと楽しい時間を過ごしました。能登半島地震の復興支援でも大活躍のウォーキングフットボールプログラム！きっと様々なニーズがあることでしょう！応援してます！

(オール青山 SC 公式サイトより引用)

5 JFA（公益財団法人日本サッカー協会）の取り組み 被災地支援活動への応用

2024年1月に能登半島沖地震にて被災した地域を中心としたJFAの様々な支援活動の一環として約半年で5回に及ぶウォーキングフットボール活動があげられる。「JFA・キリンビッグスマイルフィールド」と銘打って実施されている能登半島地震復興支援プロジェクトにおいて、株式会社キリンビバレッジを協賛として展開されるこの活動は多岐に渡る。なかでも日常のスポーツ環境が不足した中で、健康体力増進の契機として、地域コミュニティにおける交流の場として、心理的負担からの解放・レクリエーションの場として有用な時間となっている。各回で訪れる著名な元選手や指導者と共にスポーツを体験することは地域住民の希望や喜びに繋がるイベントと位置付けられる。

本稿では、このプロジェクトに参加し、別途「トモに能登の未来へ！プロジェクト」と称し、自ら十数回に及ぶ支援活動を実施している角田寛和氏にこの活動におけるウォーキングフットボール活動の意義をオンラインインタビュー（2024年10月17日）にて聴取した。その結果を下記にまとめた。日常におけるスポーツ活動の場所が皆無なわけではない。その前提でチームスポーツであるウォーキングフットボールをあらゆる年齢層の地域住民と体験することによる「コミュニケーションの活性化」、それによる「高揚感や自己肯定感の獲得」はこの種目とルールならではの成果であろうと指摘している。身体的な健康増進、体力向上のみを考慮すれば、処方された施行を繰り返すことで目的を達成できるが、「人との関り」のなかで実施される活動時の「声掛け、得点時の高揚、仲間からの賞賛、自己肯定感の獲得」などは被災地における失われた日常の中でコミュニティのウエルビーイングを促進する活動としての有用性が示唆される。

インタビュー資料：2024年10月17日オンラインにて角田寛和氏に筆者が聴取。【能登被災地支援におけるスポーツ活動・ウォーキングフットボール実施時の様子】

※以下、回答のみを抽出

「日常的にスポーツをする場所が全く無いわけではない」

「しかし、国内各地から中高大学生のサッカーチームが集まり毎夏春大会を開催していた能登島内の人工芝サッカーグラウンド3か所は全て被災された方々の仮設住宅敷地となっている」

「一度に集まる参加者は、協賛関係者、JFA関係者、地元サッカー協会主催者に加えて地域の皆さんという現状なので決して多くはない」

「しかし、互いに声を掛け合い始めてサッカーを体験する人もゴールをした瞬間の高揚感は日常では味わえない感覚であることは確かである」

「ウォーキングフットボールコーディネーターである自分は参加者が『注目されること』や『プレーを褒められること』が大切であると考え、そのような状況が作り出されることを大切にしている」

「例えば参加者の比率からして3面展開が必要な状況でも、敢えて1面展開で参加者の中で試合を『観る』役割を設定している」

「他人から注目される経験はプレーすること、活動することに張り合いをもたらしモチベーションの向上につながる」

「活動の際には必ず、炊き出しやかき氷などを準備して皆さんに食べて頂く」

「高齢者の新しい形の『お茶会』のような感じかもしれない」

「一つのプレーをみんなで楽しむ。みんなで喜ぶ。みんなが喜んで帰ること。大切です」

JFA 公式サイトより

ルールと設立趣旨：

ウォーキングフットボールとは、歩いて行うサッカーのことです。2011年7月にイングランドで行われた55歳以上の高齢者の健康のためのサッカーが原点と言われています。日本サッカー協会では、サッカー未経験者でも、運動が苦手でも、障害があっても、怖がらずにプレーできるように「非接触（ボールを取りにいかない）」という日本独自のルールを導入しています。ルールを知ってウォーキングフットボールを楽しもう！

被災地支援活動の中心的なツールとして採用することとなる。

能登半島地震復興支援プロジェクト設立 2024年2月26日



ウォーキングフットボール交流イベント「JFA・キリン ビッグスマイルフィールド」を開催 能登半島地震復興支援プロジェクト（2024年04月25日）

公益財団法人日本サッカー協会（以下、JFA）は、JFA オフィシャルトップパートナーのキリンホールディングス株式会社（以下、キリン）と共催で、能登半島地震復興支援プロジェクトの一環として「JFA・キリン ビッグスマイルフィールド」を始動し、その第1回目となる「JFA・キリン ビッグスマイルフィールド in 能登町」を石川県鳳珠郡能登町で開催します。本イベントはJFAがパートナー企業と協働で行う「JFA Partnership Project for NOTO」の第1弾の取り組みとなります。

これまでJFAとキリンは、東日本大震災の復興応援プロジェクトとして、2011年から「JFA・キリン スマイルフィールド」、「JFA・キリン ビッグスマイルフィールド」を実施し、また2016年には「JFA・キリン 熊本復興応援 サッカー教室」を行うなど、サッカーを通じて10万人を超える子どもたちや地域の人々へ笑顔を届けてきました。今回の取り組みでは、これまでのサッカーを通じた復興支援を継続する形で、走らないサッカー「ウォーキングフットボール」で被災地の皆さまが楽しく交流できる機会を創出します。第1回目は元サッカー日本代表の巻誠一郎さんとともに石川県能登町立柳田小学校にて地域の方々を招いて開催し、2回目以降は被災地域へのヒアリングを行いながら順次実施していきます。今後もJFAとキリンは、サッカーを通じたコミュニティの活性化と多くの方が笑顔になれる機会を、被災地域に寄り添いながら展開していきます。

JFA・キリン ビッグスマイルフィールド in 能登町 開催概要

主催：公益財団法人日本サッカー協会、キリンホールディングス株式会社

場所：石川県能登町町立柳田小学校（石川県鳳珠郡能登町柳田礼部1002番1地）

開催日：2024年5月12日（日）14：00～16：00

実施内容：ウォーキングフットボールを通じた交流イベント

ゲスト：元サッカー日本代表 巻 誠一郎さん

【レポート】能登半島の復興に向けて～巻誠一郎さん（元サッカー日本代表）インタビュー（2024年05月30日）

今年1月1日に発生した令和6年能登半島地震。日本サッカー協会（JFA）は復興支援活動の一環として、サッカーをはじめとするさまざまな競技のアスリートや元アスリートと共に被災地の小・中学校や高校、幼稚園・保育園などを訪問し、体を動かす機会を提供し続けています。JFA 防災・復興支援委員会の前委員長であり、元サッカー日本代表の巻誠一郎さんに、サッカーやスポーツを通じた復興応援について聞きました。

※このインタビューは2024年5月14日に実施しました。

被災地を取り残さない、そのために継続した支援をまだまだ時間がかかる復旧・復興 子どもたちは目に見えないストレスや葛藤を抱えている。

Q：能登半島地震が発生後、2月1日に被災地を初めて訪問されました。当時の印象や現在の復旧・復興状況についてどう感じられていますか。

巻：「当初は現地にたどり着くまでが非常に大変だったことを覚えています。地震の影響で道路が陥没して通れるところが少なく、車1台がぎりぎり通れるような道がほとんどでした。到着してからも生活に欠かせない水道や電気がまだ復旧していない地域は多く、1カ月経ってもこんな状況なのかとその過酷さを痛感しました。現在、少しずつですが復旧・復興はしていると思います。ただ、そのスピードがこれまで見てきた被災地の中でも非常に遅いんですね。5カ月近くたった今も水道が復旧せずにトイレが使えないとか、ある程度は解体されていてもいい頃なのに倒壊した家屋がそのまま残っている地域があるとか、あとはボランティアの方をほとんど見かけることがなく人的な支援も少ないと感じます。そうした状況を見ていると、復旧・復興への道のりはまだまだだなと感じているところです。2月当時の被災地の道路状況。5カ月が経過した今もなかなか復旧・復興が進んでいないのが現状だ」

Q：そうした状況下、サッカーを通じた子どもたちとの交流にいち早く取り組まれました。

巻：「現地の状況を見てすぐにでも学校や子どもたちのところに行けたらと思いました。やはりいろいろな被災地を回ってきて、特に限界集落といわれる地域や子どもの数が少ない地域における子どもの大切さは、強く感じてきました。子どもの元気や活力は地域にすごい影響力があるんです。地域を元気にすること、そして、5年後、10年後、20年後、その地域の未来を担っていくのは子どもたちですから、一緒にボールを蹴ったり、話を聞いたりする中で何かしら彼らに感じてもらえることや伝えられることがあるのであれば、活動する意義があると。さらには、子どもたちも日々不安な中で生活していますので、少しでも笑顔や元気を届けられたらいいなと思い、でき得る限り現地に訪問しようと決めました。」

Q：被災地の子どもたちと触れ合う上で、巻さんが大切にされていることは何でしょうか。

巻：「子どもたちは感受性が非常に豊かで、大人の感情や心の内を見抜く力があります。上辺の言葉や行動はすぐに見抜かれてしまう。ですから、（一緒に体を動かす際は）自分自身も本気で楽しむことを心掛けています。子どもたちと本音で話す、本気で向き合う。これが被災地に行く上で、一番大事なことだと思っています。」

Q：子どもたちの心のケアの重要性についてはいかがでしょうか。

巻：「そうですね。被災地では家が倒壊してしまったり、親族が亡くなられてしまったり、さまざまな状況があります。その中で、自分は家も倒壊せず被害はなかったけど、友だちは家が倒壊してしまってどう声を掛けていいかわからないとか、それによって少し距離ができてしまったとか、そういった話は聞きますし、『どうしたらいいですか?』と聞いてくれる

子もいます。被災地でも被害の格差があって、そのいろいろな格差に子どもたちは悩み苦しんで、葛藤しているんですよね。」

Q：身近な大人ではないからこそ、打ち明けられることかもしれません。

巻：「おそらくそうだと思います。被災した後、心を閉ざしてしまう、少し暴力的になってしまうなど、普段とは違う行動を子どもたちがとってしまうのは、そうした精神的な不安定さから来るものなんだと思います。」

復興支援に積極的に携わっている巻さん。

「サッカー選手だった時もいろいろな人に支えられ、応援していただいた。応援してくださっていた全国の皆さんが困っている、苦しんでいるとき、今度は僕が応援したいんです」と話す。

Q：5月12日には、石川県鳳珠郡能登町で開催された「JFA・キリン ビッグスマイルフィールド in 能登町」に参加されました。子どもから大人までウォーキングフットボールで一緒になって体を動かし、皆さんの笑顔がとても印象的でした。

巻：「やはりスポーツをしているときはみんな平等。特にウォーキングフットボールは走らないですし、ボールも浮かさないのでもサッカー経験にかかわらず、大人も子どもも同じ条件の中でプレーできます。だからこそ、コミュニケーションも非常に取りやすい。自然と励ます言葉が出てきたり、助け合ったりする声がたくさん出てくる。こういうところから前向きな感情が生まれて、被災地の皆さんの悩みやストレスも少しずつ溶かしていけたらいいなと。」

Q：大人も、子どもたちが笑顔だと心がほぐれそうですね。

巻：「もちろん、大人の皆さんもいろいろな悩みや苦しみをたくさん抱えています。そうしたことを一瞬でも忘れて笑顔になれるきっかけを求めてもらっちゃったのではないかと思いますし、実際、スポーツにはそういう力があると思うんです。無心でボールを追いかけることによって自然と笑顔になれる。今回のイベントでも皆さんの笑顔をたくさん見ることができて、精神面の重要性を再認識させられました。」

Q：今は仮設住宅が建てられたり、被害状況から復旧の目処が立っていなかったりと多くのサッカー施設が使えない状況にあります。施設面を含めて、環境を整えていくことも今後は求められます。

巻：「サッカーを思いっきり楽しめる環境、自由に体を動かして遊ぶことのできる環境は、とても重要です。それらを我慢する状況が長期化すると、やはり心のゆとりがなくなったり、精神的に不安定になったりしてしまうだろうと僕自身は思っています。ハード面の環境を整えることでその解決にもつながりますし、何より地域のつながりをつくるコミュニティの場としても施設は非常に活用できると思いますので、一日でも早くハード面の整備が進むこと

を望むばかりです。」

競技の垣根なくさまざまなアスリート、元アスリートが復興支援活動に参加している。「アスリートには困難や逆境に打ち勝つ力や環境に順応する力がある。被災地での交流によって人々を笑顔にするきっかけをつくれるはず」と巻さん

Q：6月1日（土）には、被災エリアの小学生チームを招待して高円宮記念JFA 夢フィールドで「夢キャンプ2024 with SAMURAI BLUE」が開催されます。こうした機会も大切になるでしょうか。

巻：「先行きが不透明な状況から抜け出して少し環境を変えることは、僕はとても良いことだと思います。ずっと被災地で現実を目の当たりにしていると将来も不安になってしまいますから。子どもたちには普段抱えていることを少し開放してあげて、純粋にサッカーを楽しんでもらいたいですね。夢フィールドといえばSAMURAI BLUE（日本代表）も使っている施設ですし、今回は代表選手との交流もあるとのことですので、子どもたちはきっと少し夢に近づけると思うんです。こういうとき、未来に向かって夢や目標を持つことはとても大切なので、そのきっかけになってくれたらうれしいですね。大人にとってもリフレッシュする機会になってくれたらと思います。一日限りのイベントかもしれないですけど、子どもの時に経験した特別な時間というのは、僕も小さい頃にそういう経験がありますが、ずっと覚えているものです。震災で失ってしまったものはたくさんあるかもしれない。でも、その中でも、得られるものはあるんだよ、ということを感じてもらえたらうれしいです。」

Q：最後にサッカーファミリーへメッセージをお願いします。

巻：「復興支援で大切なことは“忘れない”ことです。サッカー界として、さまざまな支援活動やイベントを展開していますが、復旧・復興には長い年月がかかります。被災地の皆さんを決して取り残さないように、一緒に歩んでいることを示し続けることが大切ですし、継続した支援が必要です。サッカーファミリーの皆さんにもそれぞれの支援の形を見つけていただき、一緒に行動してもらえたらと思います。」

現地からは「今までの集まりがなくなって寂しい」「新しい環境でのコミュニティがほしい」「体を動かせる楽しい時間がほしい」などの声も。5月12日のJFA・キリン ビッグスマイルフィールド in 能登町では多くの笑顔が見られた

【能登半島地震復興支援プロジェクト】ウォーキングフットボール交流イベント「JFA・キリン ビッグスマイルフィールド」石川県輪島市の2会場で開催（2024年06月12日）

日本サッカー協会（以下、JFA）とJFA オフィシャルトップパートナーのキリンホールディングス株式会社（以下、キリン）は、6月22日（土）、23日（日）に石川県輪島市で「JFA・

麒麟 ビッグスマイルフィールド」を開催します。これは能登半島地震復興支援プロジェクトの一環として行うもので、5月の能登町での開催に続き、今回は2回目となります。避難所や仮設住宅での生活を余儀なくされている方が多い輪島市で、人々の運動不足解消や地域コミュニティ維持のきっかけづくりの要望を受けて開催に至りました。

6月22日（土）「JFA・麒麟 ビッグスマイルフィールド in 門前地区」開催概要

開催日：2024年6月22日（土）14：00～17：00 ※13：15受付開始

場所：輪島市立門前東小学校 グラウンド（石川県輪島市門前町清水1-68）※雨天時は同校体育館

6月23日（日）「JFA・麒麟 ビッグスマイルフィールド in 輪島地区」開催概要

開催日：2024年6月23日（日）10：00～13：00 ※9：15受付開始

場所：石川県立輪島高等学校 グラウンド（石川県輪島市河井町18部42-2）※雨天時は同校体育館

【能登半島地震復興支援プロジェクト】ウォーキングフットボール交流イベント「JFA・麒麟 ビッグスマイルフィールド」石川県珠洲市で開催（2024年07月05日）

「JFA・麒麟 ビッグスマイルフィールド in 珠洲市」開催概要

開催日：2024年7月14日（日）12：00～15：00

場所：珠洲市立三崎中学校 テニスコート・体育館（石川県珠洲市三崎町宇治114）

ゲスト：元サッカー日本代表 巻誠一郎さん

日本サッカー協会（以下、JFA）とJFA オフィシャルトップパートナーの麒麟ホールディングス株式会社（以下、麒麟）は10月13日（日）、石川県金沢市の金沢ゴーゴーカレースタジアムで「JFA・麒麟 ビッグスマイルフィールド」を開催します。

これは能登半島地震復興支援プロジェクトの一環として行うもので、能登町、輪島市の門前地区と輪島地区、珠洲市での開催に続き、5回目となります。今回は、能登半島地震で被災された方や金沢市に避難されている方々を金沢ゴーゴーカレースタジアムにご招待し、開催地である金沢市の皆さまとウォーキングフットボールなどを通じて交流します。

ちょんまげ隊長ツンさんと能登の中学生による活動報告会@ blue-ing! のお知らせ

10月15日（火）11：30より、JFA サッカー文化創造拠点「blue-ing!」にて、能登半島地震復興支援活動に尽力するサポーター、ちょんまげ隊長ツンさんと能登の中学生たちによる活動報告会を開催いたします。

この報告会は、先日発生した豪雨により再び被災した能登半島の現状を直接知ることができる貴重な機会です。ちょんまげ隊長ツンさんと能登の中学生たちは、今夏のパリでの応援を

通じて、被災地への希望を送り続けてきました。帰国後、復興への歩みが進もうとしていた矢先の、甚大な豪雨水害。報告会では、彼らがどのような想いで活動してきたのか、その具体的なエピソードを聞かせてもらいます。

また、JFA 能登半島地震復興支援プロジェクトの取り組みについてもご報告します。

登壇

ちょんまげ隊長ツンさん、能登の中学生（5名）

関連記事 毎日新聞オンラインより引用 2024年7月30日

「トモに能登の未来へ!」は、角田寛和氏が夏休みに中学生をパリ五輪に招待し、サッカー日本代表の試合を現地で一緒に観戦する企画である。能登半島で共に活動した三つのボランティア団体と協力し、輪島や珠洲市など奥能登地域の中学生を対象に参加を呼びかけた。企画が決定は6月だったが、クラウドファンディングで資金を募ったところ一般人や企業から多額の寄付が集まり、中学生の渡航費を何とか賄えた。参加した中学生は、輪島市、珠洲市、能登町の中学1〜3年の男女5人。いずれも避難生活を送るなど被災し、中には家族を亡くした人もいる。



資料 13 能登被災地支援活動報告写真と活動概要（JFA サイトより）

前項で報告したオール青山スポーツコミュニティの取り組みは、「スポーツで社会課題に取り組む」ことをテーマとして、関わる学生たちに「実践的学びの機会創出」を目的の一つとしている。

角田寛和氏のコーディネートにより能登被災地支援にオール青山スポーツコミュニティの取り組みを提供することとなった。筆者と共に角田氏により、10月末の2日間で被災地支援活動を兼ねた視察を実施した。能登半島北部の沿岸部に位置する能登町、輪島市、珠洲市は被害が多く、復興に遅れが生じていることが指摘される地域である。初日は民間ボラン

ティア団体の協力のもと車両貸し出しを受け輪島市南志見地区の被災家屋を訪ね数名のボランティアと共に家屋内の物品運び出し、処分作業を実施した。その後、輪島市街地のスポーツ施設、仮設住宅群を視察しサッカー少年団スタッフから小学生年代のスポーツ実施状況に関する聞き取りを実施した。宿泊は能登町のボランティアベースとして使用されている地区公民館を訪れ、民間ボランティア団体主宰者と懇談の機会を設けた。翌朝からは、能登町で暮らす「トモに能登の未来へ！パリ五輪」に参加した中学生と保護者と共に地域の復興状況を視察し、併せてインタビューを実施した。仮設住宅敷地として利用されている観客席付き天然芝グラウンドを視察した際には、サッカー活動を奪われてしまった複雑な心境を語ってくれた。若年層の子供たちには日常から解放されるスポーツ実施機会の創出が必要である旨が確認された。続いて珠洲市在住の「トモに能登の未来へ！パリ五輪」に参加した2人目の中学生と共に市内の被災状況と復興状況を視察した。この地域は小中学生が通学する合同学校があり総勢36名（2024年10月時点）が在籍している。通学路周辺は地震により発生した段差のある歩道、崩壊した住宅の廃材が山積みになった敷地が散在しており復興の遅れが心配される。スポーツ実践は日常に定期的なコミュニティ交流機会を提供であろう。最後に訪れたのは廃線になった能登鉄道の輪島駅を利用して設置された道の駅「ふらっと訪夢」である。ボランティア活動で奥能登を訪れる皆さんの移動拠点ともなっているこの施設では多くの関係者と交流が可能である。ここでは昨晚とは別の民間ボランティア団体代表に「大学生と地元小学生のスポーツによる交流」に関する提案の可能性を確認できた。さらに関西学院大学ボランティアサークルの皆さんが輪島の中学生を招聘して勉強会を開催している会場に合流した。この中学生も「トモに能登の未来へ！パリ五輪」にて貴重な体験をしている。ボランティアサークルを引率した民間ボランティア団体のリキ君と行動を共にして能都町まで移動することとなった。海辺の芝生広場にてサッカーを楽しむ少年たちと合流したりキ君の姿はまるで地元のアニキのようであった。スポーツの持つチカラを実感した瞬間でもあった。ここでもスポーツ交流の有用性を確認することとなった。角田氏と共に、輪島市、珠洲



資料14 被災地視察

市、能登町の関係者の皆さんとの邂逅により 2025 年には、被災地復興支援の一環として「大学生と共に楽しむキッズスポーツチャレンジ」の実施を準備する契機となった。

6 まとめ

ウォーキングフットボールは「歩いて楽しむミニサッカー」であり、その誕生を「2011 年 7 月にイングランドで行われた 55 歳以上を対象とした『健康のためのサッカー』が原点である」としている。国内では 2013 年ごろに初めてプレーされ、「誰でも参加できて、笑い合えるスポーツ」として JFA のグラスルーツ分野の活動として全国に広がりを見せている。

初心者や若年層、女性、高齢者など体力的に相違が大きい参加者同士が共に楽しめる工夫がルールや推奨活動に施されていることにより幅広い年齢層に応用可能な種目特性がある。さらに成人病、代謝異常などの症状がある患者でも負荷を抑えて継続的に参加が可能であり、その改善効果が認められていることから非常に有効な運動処方種目として位置づけられる。加えて、対戦相手との交流があることから個人スポーツ活動に比較して継続動機が強く、コミュニケーションの改善が認められることからウェルビーイング・コミュニティの創出に有効であることが示唆される。

被災地における支援プロジェクトに参加し、別途自ら十数回に及ぶ支援活動を実施している角田寛和氏にこの活動におけるウォーキングフットボール活動の意義を聴取した。その結果、様々な年齢層の地域住民と体験することによる「コミュニケーションの活性化」、それによる「高揚感や自己肯定感の獲得」などの成果が認められた。さらに「多くの人との関り」のなかで実施される活動時の「声掛け、得点時の高揚、他人からの賞賛、自己肯定感の獲得」などは被災地における非日常を提供し、行動変容をもたらす契機となることが示唆された。このような取り組みは、失われた日常の中で困難に向き合うコミュニティにおいてウェルビーイングを促進する活動として有用であると考ええる。今後、オール青山スポーツコミュニティの取り組みとして「スポーツによる被災地支援活動」を実現するための準備として、現地にて支援活動、スポーツ施設視察、関係者インタビューを実施した。この活動の成果は次号以降に報告を予定している。

参考文献

- 1) Andersson, Helena, et al. "Walking football for Health-physiological response to playing and characteristics of the players." *Science and medicine in football* (2023): 1-8.
- 2) Arnold, Josh Timothy, Stewart Bruce-Low, and Luke Sammut. "The impact of 12 weeks walking football on health and fitness in males over 50 years of age." *BMJ Open Sport & Exercise Medicine* 1.1 (2015): bmjsem-2015.
- 3) Ayabe, Makoto, et al. "Cardiorespiratory responses to recreational small-sided walking soccer in community-dwelling middle-aged to older adults with mild metabolic disorders." *Football*

- Science* 17 (2020): 11-15.
- 4) Barbosa, Ana, et al. "Feasibility and safety of a walking football program in middle-aged and older men with type 2 diabetes." *Progress in Cardiovascular Diseases* 63.6 (2020): 786-791.
 - 5) Cholerton, Rachel, et al. "Experiences influencing walking football initiation in 55-to 75-year-old adults: A qualitative study." *Journal of aging and physical activity* 28.4 (2019): 521-533.
 - 6) Harper, Liam D., et al. "The physiological, physical, and biomechanical demands of walking football: implications for exercise prescription and future research in older adults." *Journal of aging and physical activity* 28.3 (2019): 478-488.
 - 7) McEwan, Gary, et al. "Recruiting older men to walking football: A pilot feasibility study." *Explore* 15.3 (2019): 206-214.
 - 8) 宮崎純一. 大学総合型地域スポーツクラブのマネジメント：社会課題解決に果たすスポーツの役割. 青山経営論集, 2023, 58.2: 1, 3-34.
 - 9) 宮崎純一. スポーツコミュニティ創出とソーシャル・キャピタル：スポーツ庁「感動する大学スポーツ支援事業」の事例より. 青山経営論集, 2022, 57. 別冊：25-43.
 - 10) 宮崎純一. スポーツコミュニティの創生に関する考察：ドイツにおけるスポーツ振興の発展と現状. 青山経営論集, 2022, 57.2: 117-132.
 - 11) Reddy, Peter, et al. "Walking football as sustainable exercise for older adults-A pilot investigation." *European journal of sport science* 17.5 (2017): 638-645.
 - 12) Siswantoyo et al. "Influence of walking football on decreasing cholesterol and blood glyceic level." *Jurnal Keolahragaan* 10.1 (2022): 101-109.
 - 13) Taylor, Dominic, and Andy Pringle. "Investigating the effect of walking football on the mental and social wellbeing of men." *Soccer & Society* 23.7 (2022): 805-820.
- ・スポーツ庁, 第3期スポーツ基本計画, https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcate_top01/list/1372413_00001.htm
 - ・公益財団法人日本サッカー協会公式サイト https://www.jfa.jp/social_action_programme/
 - ・一般社団法人日本ウォーキングサッカー協会 公式サイト <https://j-wfa.jp/>
 - ・一般財団法人オール青山スポーツコミュニティ公式サイト <https://all-aoyama-sports-community.com/news/>