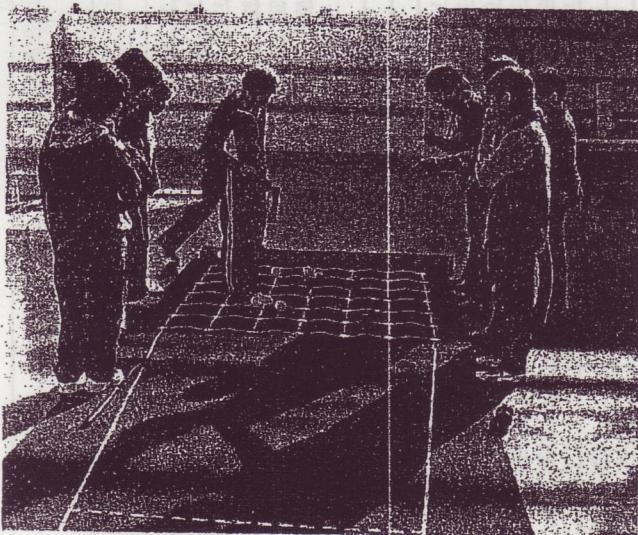


Sports Shiga

メタボリックシンドロームは、平成7年に旧文部省の提唱（内蔵脂肪型症候群）の早期発見を目的とした「特定健診・特定保健指導」（メタボ検診）が、基本計画（文部省策定）には、市町村ごとに1クラブ以上設置され、次の健診までに脂肪を減らそうと考えている人も多かった。県内では、14年に県スポーツ健康課が広域スポーツセンターに、甲賀11、東近江6、米原4、大津、高島、守山各3、野洲、栗東、愛宕各2、草津、湖南、竜王、豊郷、多賀各1。一方、湖北地方を中心に12市町が未整備で、「南高北低」の状況だ。

41クラブのうち、年会費や月会費で運営する「会員型」が36クラブで、会員数は合わせて約1万人。残る5クラブは、利用者が参加日ごとに料金を払う「参加型」となっている。クラブが増加したとはいえ、この会員数が示すように、利用者は県の成人人口の少数程度。多くの県民にとっては、いまだ無縁の存在だ。県スポーツ健康課によると、県内の成人で週1

総合型地域スポーツクラブ



ニュースポーツの囲碁ゴルフを楽しむYASUほほえみクラブの参加者。気軽に参加できる新メニューで間口を広げている

メタボ予防へ 気軽に参加を

回以上スポーツをする人は41.4%（19年度）。全国平均の41.2%（19年度）。全国平均の41.4%（18年度）を下回っている。当然、各クラブのねらい目。O法人YASUほほえみクラブの会員数を誇る野洲市の「NP

は、普段あまりスポーツをしないう人」向きのコース「はじめよう」軽いスポーツ」を始めた。ゲーム性の強いニュースポーツや軽い体操など、楽しみながら体を動かす工夫で好評を得ている。

加えて、同クラブは会員以外にも自由に受診できるメディカルチェックを毎年実施。「メタボ健診など健康志向の高まりを受け、メディカルチェックの回数を増やしていく。運動が苦手な人が参加するきっかけにしたい」と、山本勇作代表はさらなる会員獲得を狙う。

甲賀市の「こうがサスケくらぶ」でも、レクリエーション感覚のニュースポーツを積極的に取り入れている。理事長の大原克彦さんは「健診で引っかけた人を取り込む態勢をつくり、会員数増加につなげていきたい」と、メタボ健診を追い風にしたと考えた。