

社会を良くする 挑戦者たち vol.2

柏崎で、一人ひとりに寄り添う運動環境を提供したい 運動実施者100%へ五十嵐代表の挑戦

今年10月に運動指導の活動拠点「からだ工房」をオープンした「i'm fine」プロジェクト。代表の五十嵐健太さんは「地域の運動実施者100%を目指して、健康で文化的な笑顔あふれる元気いっぱい、のコミュニティづくり」をミッションに掲げ、楽しく運動する機会・習慣づくりの事業を仕掛ける若手社会起業家だ。

「i'm fine」プロジェクトは、①いつでも気軽に集えるスポーツサークル事業、②運動に対する敷居を低くするスポーツイベント事業、③体を美しく強く健康にする運動指導事業を行う。様々なダイエト法やトレーニング法が流布される中、一人ひとりに合った効果的な運動を指導することで、健康で美しく丈夫な体づくり、より楽しく運動ができる環境やコミュニティをつくる。

五十嵐代表はトレーナーの勉強をするため関東で過ごした際、ちよっとスポーツがしたいと思った時に気軽に声を掛けられる仲間がいないことに悶々としていた。当時流行っていたSNSで呼び集めた20人程のメンバーで始めたバレーボールサークルをきっかけに、フットサル、ヨガ等、7種類のサークルが誕生した。「若者が同じ趣味を楽しみ、定期

的に集まって汗を流す場所があることで自然と笑顔があふれる」とそんな場が日常的に必要なだと確信した。

地域の運動実施者100%を目指す。この目標は「見ると社会課題と結び付きにくい。しかし、全国的に超高齢化社会に突入するなか、柏崎でも高齢者に限らず、現役世代も含めて運動を実施することで、健康維持、生活の質の向上、ひいては医療費の削減につながっていく。

この考えに至る大きな転機となったのは、当時まだ珍しかった「大人の大会」の企画運営だ。「大運動会は友人との会話から企画することになったが、集客、道具、会場、スタッフの確保と準備は大変だった」と五十嵐代表は話す。しかし、学校・青春をテーマとした大人の大会は、毎年参加費3,500円を支払い200人が集まる程に成長した。参加者は運動会終了後もクラスというコミュニティをもち、小さなイベントを企画し続けている。「大運動会の企画は、普段運動をしない人たちの運動に対する敷居を低くし、若者同士の大きな繋がりを生み出すことができた」と振り返る。

運動やスポーツというハードな競技スポーツをイメージしがちだが、それだけではなく、これまで運動をしていなかった人は散歩を始める、スポーツ競技から離れていた人は運動を再開する等、運動のきっかけを与えることが出来た。

「ミッションを達成するために、若者から高齢者まで一人ひとりに寄り添った運動を提供し、健康な体づくりと仲間づくりを応援する。健康で文化的な笑顔あふれる元気いっばいのまちをつくりたい。」と、五十嵐代表は新たな拠点とともに力強く進んでいく。



ゆるく楽しいをテーマとしたフットサルイベントには、柏崎市内外から参加者が集結。特別ルールを設けることで、初心者も楽しめる内容となっている。

五十嵐代表の
挑戦！
.....
運動のある
元気な人生を



挑戦者！五十嵐健太さん 34歳
i'm fine!プロジェクト 代表

関東にて15年間スポーツトレーナーとして活動した後、地元柏崎へ。専門的知識を活かしながら、地域の運動実施者100%を目指したスポーツコミュニティづくりをおこなう。今年10月には活動拠点としてフィットネススタジオ「からだFine!」をオープン。NESTAパーソナルフィットネストレーナー資格をもつ。

i'm fine!プロジェクト
住所 新潟県柏崎市栄町1-6
電話番号 0257-47-7407
Facebook: <https://www.facebook.com/im.fine07/>

