

特定非営利活動法人 久屋エコ・まちネット 活動視察

●日時：平成 27 年 6 月 20 日（土）8：00～9：00

●場所：久屋大通公園 いこいの広場

【特定非営利活動法人 久屋エコ・まちネットについて】

緑豊かな久屋大通公園の北エリア地区。この地域をもっと多くの市民に、知ってもらい、そして活用してほしいという思いから誕生したのが、特定非営利活動法人久屋エコ・まちネットです。

多くの市民に、都心部の緑豊かな公園を認識し活用してもらうことは、良好な都市環境維持に、また希薄になりつつある都心部の住民コミュニティにつながります。地域の資源である公園。その良さを最大限に活かした「まち花いっぱい活動」や「健康維持活動」は、地域の独自性を生み魅力あるまちづくりにつながります。公園の新たな価値観を見つけ、健康的で住みやすい持続可能な社会やコミュニティをつくることを目的に活動しています。活動のひとつ「KITAHSAYA BEAUTY PROJECT（キタヒサヤビューティープロジェクト）」は久屋大通公園を利用して行う健康的で住みやすいまちづくりを目的とした「健康維持活動」です。

【活動の様子】

梅雨の季節でお天気が心配されましたが、朝 8：00 に地域の方を中心に約 20 名が久屋大通公園のいこいの広場に集まり「KITAHSAYA BEAUTY PROJECT」の新たな活動の 1 つ NOSS（ノス）が開催されました。



事務局長 名倉さんによる NOSS の説明



6/20（土）NOSS 開催チラシ

最初に、NOSS 事務局長の名倉裕一朗さんより NOSS についての説明がありました。NOSS とは N：日本、O：おどり、S：スポーツ、S：サイエンスの頭文字で、漢字では「之守（ノス）」と表記します。本日の参加者はほぼ全員未体験です。

NOSS は日本舞踊を使って、筋力の衰えを少しでも防ごうという目的で、約 160 年の歴史を持つ日本舞踊西川流の家元・西川右近さんと中京大学体育学部長・湯浅景元教授との合同開発によって考案された新しいスポーツプログラムで、二胡の BGM と日本舞踊の動きがとても優雅な印象です。

現在、日本には 800 名ほどのインストラクターがおり、高齢者向けの施設等で活躍しています。この日の講師は日本舞踊西川流の西川陽子先生でした。専門性の高い講師の指導を受けることができるのが「KITAHISAYA BEAUTY PROJECT」の特徴でもあります。

講師の西川陽子先生と一つ一つの動きを繰り返し行い、続いて二胡の BGM に合わせました。NOSS は日本舞踊が基本になっているので、まずはおじぎから始まります。手の動きに特徴があり、手のひらで雪を受ける「雪受け」や「木の葉」の動き、また「乙女のポーズ」が印象的でした。一方で、中腰になる姿勢が多く、かなり足腰が鍛えられます。



NOSS の印象的な乙女のポーズ

休憩時間に西川先生がもう一度動作の確認を行い再開すると、参加者のみなさんの動きがかなりスムーズになり、意欲の高さを感じました。



地域の資源 久屋大通公園 “いこいの広場”



地域の町内会の他、多種多様な参加者

NOSS 終了後は、「KITAHSAYA BEAUTY PROJECT」の今回のイベントの満足度や公園を利用して皆で行う運動に参加した感想などのアンケートが行われました。

また、NOSS の開催中、ジョギングやウォーキング、散歩をしている地域の方を多数見かけ、久屋大通北エリアが「まちにかかせない公園」として利用され、存在しているのだと感じました。

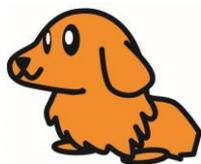
参加者同士、健康づくりの意識を共有し合うことで、住みやすい社会やコミュニティをつくることが期待されます。

地域の資源である、久屋大通公園“いこいの広場”を活かした活動は、地域の独自性を生み、魅力あるまちづくりへとつながっていくと思いました。



～ばやしさんの感想～

早朝の時間を活用して気軽に体験することが出来ました。NOSS を体験された参加者のみなさんの顔がとてもさわやかだったことが印象的でした。今後の新たな健康増進の取組みが楽しみです。



～こいぬさんの感想～

今回の活動に参加して、久屋大通公園の、朝の公園の新鮮な空気や参加者同士のつながりを感じることができました。「KITAHSAYA BEAUTY PROJECT」が久屋大通公園の新たな価値観を見つける取り組みとして広がっていくことを期待します。