

STAR5の子ども教室



* * * 対象:3歳 ~ 小学6年生 * * *

<クラス名>

スピカ(3歳)	リゲル(4歳~5歳)
ステラ(小学1年生~3年生)	シリウス(小学4年生~6年生)
キッズ体操(年齢・学年別)	



運動やスポーツを、子どもの時期に自然と好きになり 生涯スポーツへと導く環境をクリエイト

“STAR 5”的由来 星の5つの頂点から

生涯持ち続けてほしい要素



5つの課題を子どもの頃に習慣づける

子どもの頃はできていたのに、大人になるとできなくなる要素を、大人になっても無意識に続けられるように習慣づけます。

誰でも何かのSTARになれる時期



子どもの頃は、何にでもなれる
無限大の可能性を秘めている時期。

この時期に何か一つでも自信を持つことができ、大人になっても挑戦心を持ち続け、これからの大いなる未来を担い、創り上げていく子どもたちを育てていきたいと思っております。

考案者の想い



平山 蓮 Ren Hirayama

私が初めて就職した先は、高齢者に対する介護予防運動施設でした。日本は世界の中でも長寿の国であるが、介護を受けてながら生きる年数も長いため、それを解消するために私は、介護予防の世界に飛び込みました。しかし、運動が好きな人は少なく、身体を悪くしてから運動を始める人が大半でした。

ある日、ここで働いていても本当の介護予防は出来ないと考えるようになりました。私の思う介護予防とは、身体が悪くなる前から運動に取り組むことが大切だと強く思うようになりました。しかし、日本で定期的に運動をしている人は少ない現状。根本的な解決方法は、運動が好きな人を増やす、日常的に運動をしてもらうしかないと考えました。私は昔から海外に興味があり、アメリカやオーストラリアに行った事もあります。そこで実感した日本との違いは、運動習慣がある人が圧倒的に多いという点です。

アメリカやオーストラリアでは、みんなが楽しみながら運動をしている光景を目の当たりにしました。それに比べて、日本人は運動が好きな人がそもそも少ないと感じるようになり、なぜ日本人は、運動好きが少なく感じるのか自分なりに考えました。

私の考えでは、幼少期の運動やスポーツの経験が関係していると結論にいたりました。日本では、一つの習い事を始めるときめることが許されにくい風習で、いざ始めて、苦手だと感じても続けるのが大変なことがあります。中学校や高校を卒業して、『やっと辞める』と感じている人が多い印象です。これらが一番の原因と考えました。

アメリカやオーストラリアでは、季節によって行うスポーツも様々で、一つに絞ることは少ないです。それにより、自分の好きなこと、得意なことを分かった上で、運動やスポーツを選択できる環境にあります。だからこそ、運動習慣がある人が多いと考えます。

日本の子どもたちの選択肢・可能性を広げることができ、運動習慣のある人を子ども世代から増やすことで、介護問題の解決にもつなげたい。そういう想いから、STAR5は誕生しました。

＼こどもユーザーボイス／

できることが増えて
自信につながった！

小学5年生：男子



分からないことを今まで
そのままにしてたけど、
自分で考えるようになった。

小学6年生：女子

学校以外の友達が
増えて嬉しい！

小学3年生：女子



チャレンジする
大切さが学べる！

小学6年生：男子

専門スポーツからではなく“STAR 5”から

子どもたちの未来・可能性を広げる

キーポイント

これまでに多く見られたのが、幼少期に専門スポーツからスタートし、さまざまな理由で専門スポーツを辞めた後、他のスポーツへ進まなかったことです。

原因（1例）

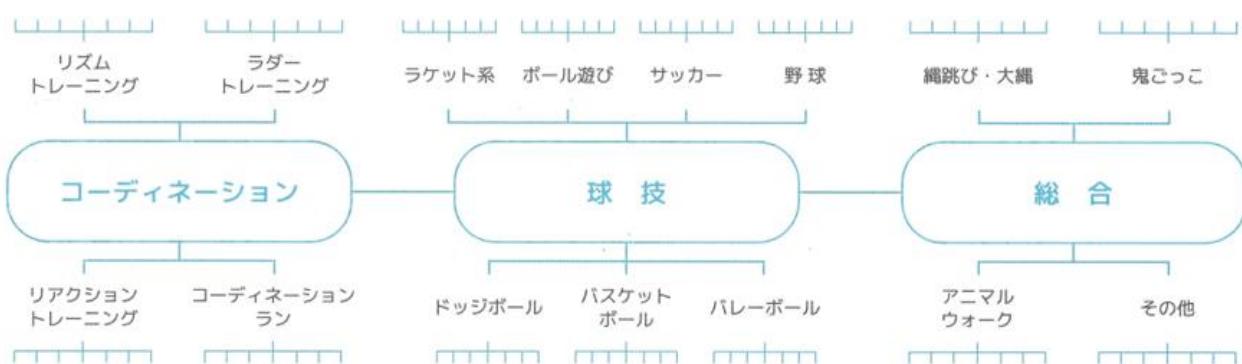
野球を5歳からしていて10歳の時に肘を怪我した子どもがいました。その子は野球しかしてこなかったので、他のスポーツに挑戦をすることも無かったのです。

解決策

STAR5へ参加し、さまざまなスポーツや運動を体験し、専門スポーツだけをしてきた子どもの選択肢を広げてあげることで、他スポーツへの関心を持てるようになる。



約150種類から構成されるプログラム



さまざまな動きを楽しみながら身につける



カテゴリー別に4クラス構成

さまざまな動きを年齢別に体験できる



★★★ 5つ目の星は自分で見つける ★★

満足度と参加者数は比例する



総参加者数は1,000名を超える

2022.5.1

STAR5 ステラ・シリウス開校

泉大津市立総合体育館で開校
体験参加者数は120名を超え、
1ヶ月目で生徒数は50名超となり、
総合体育館ではNo.1の生徒数に。

2022.8.1

STAR5 リゲル開校

泉大津市立総合体育館で開校
体験参加者数は50名を超える。
レギュラー生徒数は月間20名超。

2023.7.1

STAR5 スピカ開校

泉大津市立総合体育館で開校
レギュラー生徒数は月間約15名。
週に6つの教室を展開中。

運動好きな子どもを増やし、子どもたちの好きを見つける場所

運動好きを育てる

好きを自分で見つける大切さを尊重
子どもの頃の経験が大きく左右します。
成功体験を多く積み、できたを増やし、
自分自身で好きを見つける環境を創ります。

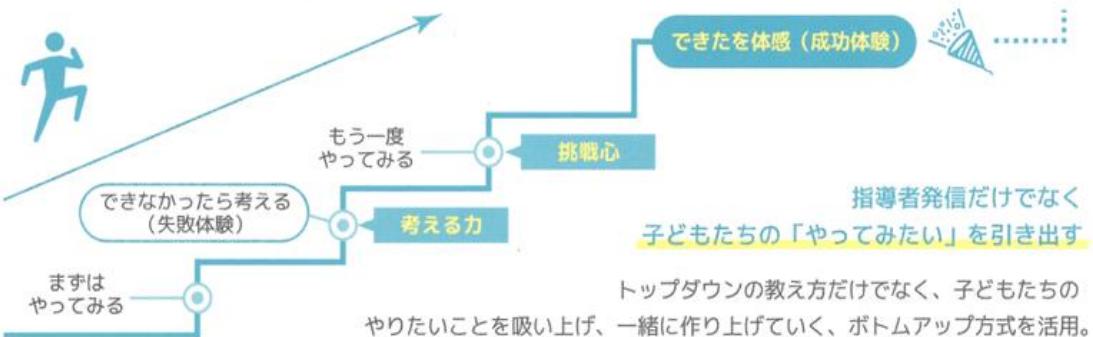
EQ向上

Emotional Intelligence Quotient = こころの知能指数
1990年に米国の心理学者ピーター・サロベイ氏とジョン・
メイヤー氏により研究された理論で、自己や他者の
感情を知覚し、また自分の感情をコントロールする知能。
EQの数値が高いと、生きる力・コミュニケーション能力が高く、
ポジティブな環境を作り出すことができ、人の気持ちを深く理解できる。

EQを構成する3種の知性と8種の能力を養う



成功だけでなく、失敗体験から学ぶ



プレゴールデンエイジ期からのアプローチ

3歳～8歳 プレゴールデンエイジ

好奇心旺盛で遊びの中でいろいろな動きを身につける時期。集中力が続かず未発達な部分も。

9歳～12歳 ゴールデンエイジ

運動技術を身につけるのに一番適していると言われる時期。短時間でさまざまな動きを習得できる。

近年のゴールデンエイジ期の課題の1つは、子どもの体力低下です。全国体力テストの結果からも、小中学生の体力低下が指摘されています。
スマホやゲームの普及や外遊び環境の減少など、さまざまな理由により外遊びが減った影響だと考えられています。

各市町村にある公共施設や学校などを有効活用し、子どもたちが、遊びから運動、そしてスポーツへと繋げることのできる
心の底から楽しむ + 質の高いコンテンツ をSTAR5は提供いたします。
そういう環境を創り出し、現在の子どもたちも勿論ですが、これから未来の子どもたちにバトンを繋げていくことが大切です。

VISION

運動やスポーツを通じ、
考えるチカラを身につけ
すべての子どもたちに質の高い教育を

MISSION

子どもたちにまずは
カラダを動かすこと
スポーツを好きになってもらう



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

私たちは持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

3 すべての人に
健康と福祉を



4 質の高い教育を
みんなに



<https://star5.jimdosite.com/>

✉ s4place.official@gmail.com

⌚ star5_jr

