



～町を元気に！汗かきスポーツ推進委員の活動～

みなさん、素敵な秋を過ごしていますか？
気持ち良い気候の中で、スポーツは特に、
つつい頑張りがちとなります。
適度な運動を心がけましょう。

第55回 全国スポーツ推進委員研究協議会岩手大会に参加して

開催日：9月25日(木)・26日(金) 場所：盛岡市アイスアリーナ 他 主催：公益社団法人全国スポーツ推進委員連合 他

岩手県盛岡市で開催された第55回全国スポーツ推進委員研究協議会岩手大会に参加しました。本大会では、「スポーツで生み出す絆と和」を全体のテーマとし、1日目は、パラリンピック金メダリストの狩野亮氏の講演と「スポーツの力で地域を元気に」をテーマとしたシンポジウムが行われました。2日目は、各会場で、それぞれのテーマに沿った分科会が開催され、「地域住民が主体的に参加する、魅力あるクラブづくりを目指して」をテーマとした第1分科会に参加しました。私たちスポーツ推進委員が、地域との関わりが多いことを再認識し、これからの活動に取り組んでいきたいと思えます。(田中 康男)

奥田義人さん全国スポーツ推進委員連合から感謝状を授与される

私は、スポーツ推進委員として35年間スポーツに関する基本理念を推進し、当連合の発展に貢献したことが認められ感謝状を受賞することができました。

今後は、よりスポーツ推進委員の資質向上を図り、精進して参りたいと思えます。(奥田 義人)



奥田さん：右から二番目

平成26年度 第2回地域スポーツ指導者研修会に参加して

開催日：9月15日(月) 場所：上毛町健康増進施設 主催：福岡県・福岡県教育委員会

講師：福岡大学スポーツ科学部
助教 泉原 嘉郎 氏
講義・実技：「ドイツ発祥メソッド・コーディネーショントレーニングの最適実践法」

コーディネーショントレーニングとは、持久力、筋力、スピード、柔軟性などが必要なスポーツと違い、情報処理能力を持って目、耳、手、足からの情報を瞬時に行動に反映させる手だてを学ぶドイツ発祥のトレーニングです。当日は、スポーツのパフォーマンスアップやメンタル改善を目的とした講義と実技を受講し、2人1組でのお手玉やジャンケンなど気軽にでき魅力的で、事前の簡単なメンタルチェックを含めて結果が改善されました。また、動きを次々と変化させ、異動作も組み合わせることにより誰もが取り組めるトレーニングで、日頃の練習プログラムに追加し継続することにより、パフォーマンスアップやメンタル改善に繋がると思われます。(長久 祐司)



この研修会は、スポーツ推進委員以外も参加でき、町内のスポーツクラブからも4名の参加がありました。他市町には、学校の教諭や一般の人なども見受けられました。

私たちスポーツ推進委員は「スポーツのとびら」を通して、今後も研修会等をお知らせしますので、ご一緒に参加しませんか。

(木村 正夫)

お問い合わせは 生涯学習課 社会教育係 (支所内線：261) まで