

スポーツの とびら

～町を元気に！汗かきスポーツ推進委員の活動～

Vol.36



みなさんにとってスポーツの楽しさとは
なんでしょう？
体力作り、競技向上の喜び、仲間との時
間…様々ですね。さあ、あなたにとって
のスポーツの楽しさを見つけましょう！

■平成 27 年度

食生活改善推進会ニュースポーツ運動研修会

開催日：平成 27 年 10 月 7 日（水） 場所：チアフル築城 多目的ホール 主催：築上町スポーツ推進委員会

今回は、カローリング、ボッチャ、オー
バルボールの 3 種目のニュースポー
ツを紹介しました。

ルール説明とそれぞれ 3 種目を体験
してもらい、その後、グループに分か
れてゲームを行いました。ゲームの最中
はあちこちで黄色い歓声があがり、と
ても盛り上がりました。

これからも、ニュースポーツなどの紹
介を通して地域のみなさんとのコミュニ
ケーションを深めて行きたいと思いま
す。（馬場 千恵子）



参加者のみなさんより感想をいただきました！

久しぶりに童心にかえり、とても楽しかった
です。お互いに声を掛け合うことで、親近感も
増し有意義な時間を過ごすことができました。
健康に感謝！

今年はどんなスポーツかと楽しみに
参加しました。たくさんの人たちと、に
ぎやかに楽しく時間を過ごせ、とても
良かったです。

■平成 27 年度

第 2 回地域スポーツ指導者研修会

開催日：平成 27 年 9 月 13 日（日） 場所：苅田町総合体育館
主催：福岡県、福岡県教育委員会

講師：総合型地域スポーツクラブ よろうや
理事 村本 弥寿美 氏
講義・実技：「一人一人が輝ける指導法について」

講義では、「スポーツの楽しさとは何か？」を改め
て考えながら、指導者の役割や育成するためのしく
み作りの大切さを学びました。



実技では、チームワーク向

上を目的とするボールを利用した準備運動やタオルを使っ
ての柔軟体操を体験しました。また、自分の足裏を観察しな
がらの健康チェックと足をマッサージした前後での運動の
しやすさの違いを確認しました。

今回の研修で得たことを今後の活動に活かせる様、ス
ポーツ推進委員としての資質向上に努めて参りたいと思
います。（福田 章恵）



実技

【自分を知る】
足裏を観察しよう！にて
足裏の様子を確認し
マッサージをしました。



お問い合わせは
生涯学習課 社会教育係（支所内線：261）まで