

スポーツ推進委員になりませんか？

スポーツ推進委員は教育委員会から委嘱され、子ども向け運動教室や中高年向け体力づくり教室・健康ウォークの企画運営など、みなさんの体力づくりのお手伝いをしています。年齢もさまざまそれぞれの個性や得意分野を生かして運動指導に取り組んでいます。興味のある方ぜひ仲間になりませんか！一緒に活動しましょう！！待ってます！！



問い合わせ先

五泉市教育委員会 スポーツ推進課 生涯スポーツ振興係 TEL0250-42-5194

スポ推活動紹介⑨

スポーツ推進委員は全国レベルで組織化されており、各地区や県で講演や研修を行って、スキルアップを行えるような仕組みになっています。私たちが下越地区や新潟県などで開催される研修会に足を運んでいるほか、市独自の研修会も開催しています。

研修ではスキルアップだけでなく、スポーツ推進委員同士が交流し、情報交換することができます。そこで得た知識や人脈を、皆さんへの指導に役立てることができるよう、日々努力していきたいと思っています。

研修活動



編集後記

すぽすい通信第8号いかがでしたか？今回はいろいろな教室をスポーツ推進委員が運動指導の様子を紹介していますね。そんなスポーツ推進委員を継続して活動した方が表彰されるんですよ！ということで表紙に紹介させていただきました(^_^) 10年なんてまだひよっ子で、30年という輝かしい受賞者の方々もあられます。こんなスポーツ推進委員に興味のある方、ぜひ一緒に活動しませんか。お待ちしております(^o^)/

ごせん

すぽすい

通信

受賞おめでとうございます



川瀬 忠 委員

木村代志子 委員

相澤恵津子 委員

スポーツ推進委員を10年間継続して精力的に活動した方が受賞する新潟県スポーツ推進委員協議会表彰。平成30年度五泉市からは上記3名の方が受賞されました。おめでとうございます。

また、この他にも勤続30年を表彰する(公社)全国スポーツ推進委員連合30年勤続スポーツ推進委員表彰もあり、最近では平成29年度に鈴木 良次 会長、亀山 照久 副会長が受賞しました。

過去の10年表彰受賞者

堰 勝弥 委員(S56年度)、田島 孝子 委員(H8年度)、鈴木 良次 委員(H8年度)、亀山 照久 委員(H8年度)、浅井 恵子 委員(H14年度)、池田 徹 委員(H16年度)、小黒 洋一 委員(H16年度)、樋口 孝男 委員(H25年度)、中澤絵理子 委員(H25年度)、河合 絵美 委員(H27年度)、金子 仁美 委員(H28年度)

過去の30年表彰受賞者

堰 勝弥 委員(H11年度)、田島 孝子 委員(H28年度)、鈴木 良次 委員(H29年度)、亀山 照久 委員(H29年度)



健康増進・体力づくり教室紹介



五泉市では市民の皆様の健康増進や体力向上を目的とする「健康増進・体力づくり事業」を行っています。
ここでは私たち五泉市スポーツ推進委員が指導している教室の一部を紹介します。

運動あそびげんきっず

木曜日 会場:総合会館 中ホール 定員:各期20組
午後7時～8時 1～2期×10回 対象:年中・年長児とその保護者

運動あそびげんきっず in 村松

木曜日 会場:さくらアリーナ 定員:20組
午後7時～8時 1期 5回 対象:年中・年長児とその保護者



年中・年長の頃が、運動能力の発達に大切な時期といわれています。走る・ジャンプ・スキップなどの基本的な運動を中心に、下記テーマに沿って遊びながら運動能力をアップします。

げんきっず 1期:おやこでエンジョイ!!
2期:力を合わせて基礎力アップ!
げんきっずin村松 1期:おやこでバランス力をアップ!

スポリンピックこども運動教室

水曜日 会場:総合会館 中ホール 定員:各期20人
午後7時30分～8時45分 1～5期×6回 対象:小学1～4年生

子どもの頃は、いろんな運動を体験することで運動能力の発達につながるといわれています。

各期のテーマを中心に、楽しく体を動かします。なわとびを毎回、持参してください。

1期:おにごっこやろう 2期:なわとびチャンピオン(大縄)
3期:バドミントン 4期:ドッジボール大好き
5期:サッカー大好き



～めざせ水の達人～夏休み水泳教室

夏休み期間 会場:村松プール 定員:20人
午前9時45分～11時 5回 対象:小学生

泳ぎが苦手な子を対象とした、毎年大人気の教室です。水が顔にかかるだけで嫌な子、プールは好きだけど泳げない子、クロールをマスターしたい子……。理由は様々ですが、必ず「楽しかった!泳げた!!」と苦手を克服して自信にあふれた顔で最終日を迎えます。

また、たくさん子どもたちが泳げるよう、指導者もがんばります☆ミ



はじめての筋トレ教室

木曜日 会場:総合会館 中ホール 定員:各期25人
午後7時30分～9時 1～7期×5回 対象:一般



体力をつけたい、最近筋力の衰えを感じるという人、筋トレをして健康な体を目指しませんか? ウォーキング、ストレッチ等も行います。

継続は力なり! 続けている人には効果が出ています。



楽しいスポーツ

木曜日 会場:さくらアリーナ 定員:各期20人
午後7時30分～9時 1～3期×10回 対象:小学5年生以上※親子で参加可

何か運動を始めたい、久しぶりに動きたい、でも何をしようか迷っている人におすすめです。卓球・バドミントン・スポレック(ミニテニス)で気持ちいい汗を流しましょう。仲間づくりも楽しいよ!



この健康増進・体力づくり教室はこの他にも、2019年度計16教室開催予定。からだを動かすきっかけづくりに最適な教室ばかりです。

詳細は4月10日発行の広報ごせんに折込される「健康・スポーツカレンダー」をご覧ください。

皆様のご参加をお待ちしています!