

スポ推活動紹介⑧

スポーツ少年団交流会

この会は五泉市スポーツ少年団に登録している小学生が、他のチームとの交流を深めるために毎年行われています。この中でスポーツ推進委員はレクリエーション部門の指導を行っています。ここ数年はドッチビーを行っています。ドッチビーは専用のフライングディスクを使いながら、ドッジボールと同様なルールで行うゲームです。このやり方を子どもたちやジャッジするスポ少役員の皆さんに教えています。



このようにいろいろな団体の方と協力しながら、今後も五泉市をスポーツで盛り上げていきたいと思っています。ぜひお声がけください！

すぽすい掲示板

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！！

新ジャージで気分も新たに！



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

編集後記

PR誌「ごせんすぽすい通信」第7号いかがでしたか？今回は私たちの活動目的である「市民の皆さんに体を動かすことの楽しさを知っていただき、健康ではつつとした毎日を過ごしていただく！」ことを可能にするため、推進委員各々がいろいろな研修会を通して学習し、指導力向上を図っている姿をご紹介しました。写真で見ておわかりのように優しいお兄さん・お姉さんぞい（ん？笑）の推進委員たちが各教室でお待ちしておりますので、ぜひ参加してください！

ごせん

五泉市スポーツ推進委員協議会PR誌

第7号

平成30年3月

すぽすい通信

総務会

企画部

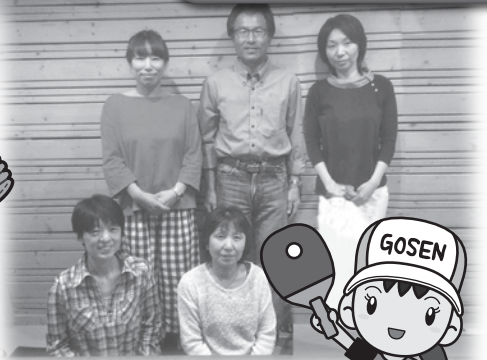
私たちがスポーツ推進委員です！



研修部



広報部



平成29年5月に五泉市スポーツ推進委員に委嘱されたメンバーです。これから平成31年4月末までの2年の任期で、会議や研修を重ねながら、市の教室や健康ウォークなどで市民の皆さんの体力づくりのお手伝いをしていきます。よろしくお願いいたします。

研修会 報告



私たち五泉市スポーツ推進委員は、スキルアップを目的とした研修会を、年間を通して行っています。今回は平成29年度行った研修会の様子をお伝えします。



2017年5月23日
総合会館第1～4会議室

AED・スクエアステップ研修会

AED
研修会



AED研修会では、新潟県赤十字安全奉仕団五泉分団の方々の指導のもと、ダミー人形を使いグループになって、AEDの装着や心臓マッサージなど役割を交代しながら研修しました。

この後、実際の救急現場でAEDでの心肺蘇生に関わることとなった委員があり、この研修がとても役立ったとのことでした。



スクエア
ステップ
研修会



スクエアステップ研修会では、介護予防の新しいエクササイズとして注目されているスクエアステップを研修部員指導のもと、実践しました。ステップの 패턴を見て覚えて、間違えないようにまねしながら進みます。ステップパターンは前後左右なめを組み合わせ100種類以上あるとのこと。

スポーツ推進委員も四苦八苦しながらチャレンジしていました。



2017年12月3日
総合会館中ホール

楽しさが先導する幼児期の運動指導研修会Part2



この研修会は新潟医療福祉大学との連携事業で、市民の方々と一緒に行ったものです。昨年に引き続き、新潟医療福祉大学健康科学部健康スポーツ学科佐近慎平准教授のご講演をいただきながら実技を交えての研修でした。今回の研修では「調整力」「コーディネーション能力」を高めることを重点に、バランスディスクやボールなどを使い楽しく運動することによって、運動能力をアップさせる方法を学びました。子どもだけでなく大人も楽しめる内容でした。

2018年2月6日
総合会館第1～4会議室

レク式体力チェック研修会



この研修会は県や下越地区などのスポーツ推進委員研修会で行われた内容を伝達するという主旨のもと行われ、新潟県レクリエーション協会の渡辺さんからご指導いただきながら、測定方法を学びました。レク式体力チェックとは、新潟県レクリエーション協会で作案した、老若男女問わず「いつでも・だれでも・簡単に」実施できる体力テストです。着座体前屈、ボトル巻上げ、棒バランス、タオル絞り、ストロー、ヒップウォークなどチェック項目はレクリエーション要素があり、学ぶ側も楽しみながら行うことができました。

今後も内外問わず研修に赴きスキルアップに努め、教室の指導や運営に役立てたいと思っています！