

みよし市 スポーツ推進委員だより



2016. 8. 15
No.036

発行・編集／みよし市スポーツ推進委員会 〒470-0224 みよし市三好町池ノ原1 三好公園総合体育館内
URL: <http://www.city.aichi-miyoshi.lg.jp/sports/taikusidouin.html>
TEL: (0561)32-8027

1 スポーツ推進委員愛知大会

6月18日(土)日本ガイシスポーツプラザにおいて、スポーツ推進委員の資質向上及び地域スポーツ推進を図るため実技研修が行われました。講師にはあいち健康プラザの運動指導員田村翠氏を迎え「頭と身体を楽しく動かそう」と題してコーディネーショントレーニングを指導頂きました。リズム、バランス、反応、識別などの能力が養われる運動をタオルやボールを使い手や足、肩などの動かし方を教えて頂きました。交流会などの空き時間で活用できたらいいと思います。



2 三好ともいきスポーツクラブ設立総会

みよし市と東海学園大学、きたよし地区の住民が連携して、東海学園大学三好キャンパスを活動拠点とする総合型地域スポーツクラブ「三好ともいきスポーツクラブ」の設立総会が、6月18日(土)行われました。小野田みよし市長はじめ来賓の方々と、地域のスポーツ推進委員や学区の学校代表、本学教職員等役員30名が出席し、松原学長のあいさつで、スポーツや運動を通じて、人や組織のつながりが豊かな、健康で活力のある地域づくりを目指すことを活動理念に掲げてキックオフしました。



3 スポーツ指導者講習会

6月18日(土)に東海学園大学三好キャンパスにて、スポーツ指導者講習会が行われました。「運動時の水分補給」「スポーツ現場でできるケガの手当て」の、講義・実習がありました。「運動時の水分補給」の講義では、講師高柳尚貴(東海学園大学健康栄養学部助教)が、人の体内における水分の働き、水分の消失と摂取、脱水症状・熱中症状の予防、運動時の水分補給の大切さとパフォーマンスに与える影響について、作成資料をもとに理解しやすい説明で講義していただきました。「スポーツ現場でできるケガの手当て」の実習では、講師佐戸淳(東海学園大学サッカー一部コーチ)が、競技中にケガが発生した際の初期手当ての重要性、ケガによる競技の中止・復帰の判断基準の説明、RICE処置の説明をうけたあと、実際にアイスパックを作らせてもらい、アイシングとはどのような感覚になるのか体験しました。その後テーピングの巻き方を解説しながら実戦していただきました。

