

# スポーツ推進委員だより



2019. 6. 15  
No.053

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 令和元年度 みよし市スポーツ推進委員紹介



委員長	柴田雅文
副委員長	鈴木康之
副委員長	金乙浩
副委員長	竹溪葉子
会計	原田正人
幹事	深谷友昭
顧問	松波廣昭

● 部会構成(みよし市スポーツ推進委員では3つの部会を持ち、各部会でそれぞれの行事を担当しています。)

○企画研修部会	
部会長	金乙 浩
副部会長	久野 正博
主な担当行事	
・体育祭の企画、運営 ・各種研修	
小学校区	氏名
南部	金乙 浩
天王	久野 正博
南部	宮澤 義弘
三好丘	前田 直美
三吉	田口 忠秋
中部	雪野 純一
中部	出原 裕仁
中部	梅田 千恵子

○レクリエーション部会	
部会長	鈴木 康之
副部会長	竹溪 葉子
主な担当行事	
・マラソン駅伝大会の企画、運営 ・レクスポ実技研修(出前教室) ・レクスポフェスタ、カローリング交流会	
小学校区	氏名
三好丘	鈴木 康之
緑丘	竹溪 葉子
天王	坂元 享文
天王	松波 廣昭
南部	深谷 友昭
緑丘	長谷 康美
三吉	前田 恭伸

○広報部会	
部会長	石川 拓郎
副部会長	横井 章人
主な担当行事	
・広報、啓発 ・スポーツ推進委員だより発行	
小学校区	氏名
北部	石川 拓郎
黒笹	横井 章人
北部	伊豆原 めぐみ
天王	高根 富雄
黒笹	原田 正人
北部	近藤 美和子

## ● 活動計画

### 各種行事

- ・カローリング交流会(7月27日)
- ・体育祭(10月13日)
- ・レクリエーションフェスティバル(12月14日)
- ・マラソン駅伝大会(1月26日)

### 派遣事業

- ・みよし特別支援学校協同事業
- ・各団体、行政区派遣指導(子ども会、学童保育、行政区行事)
- ・他市町スポーツ推進委員交流

### 各種会議、研修

- ・定例会議(1回/月)
- ・地区スポーツ推進委員会議(4回/年)
- ・マラソン駅伝大会競技役員打合せ会議(1月16日)
- ・スポーツ推進委員愛知大会(6月15日)
- ・愛知県スポーツ推進委員研修大会(9月7日)
- ・西三河地区スポーツ推進委員実技研修会(11月9日)
- ・全国スポーツ推進委員研究協議会(11月14～15日)
- ・東海4県スポーツ推進委員研究大会(2月14～15日)
- ・スポーツ指導者講習会(7月,11月)
- ・スポーツ協会理事評議員会(2回/年)

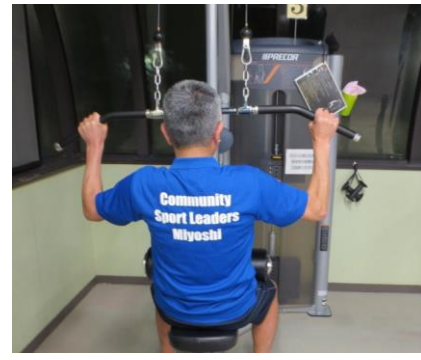
このように、われわれスポーツ推進委員は、これらの活動をもとにスポーツに対する理解を深め、各種行事を通して皆様の健康づくりのお手伝いをしています。また、ニュースポーツ指導者派遣のご要望にもお答えしております。詳しくは、みよし市スポーツ課(三好公園総合体育館内)までお気軽にお問い合わせください。

## 2 三好公園総合体育館トレーニングルームの紹介

利用時間： 火～土曜日の午前9時～午後9時、日曜日の午前9時～午後5時  
 ※初めてトレーニングルームを利用する人には、トレーナーによる講習があります。

設置マシン： ウェイトマシン 12台、ランニングマシン 5台、バイク 8台

費用： みよし市内在住・在勤・在学者…210円（1回）、みよし市外在住者…420円（1回）



TANITA	
体組成計	
DC-250	
19/04/24 (水) 19:56	
氏名	
入力項目	
体モード	スタンダード
性別	男性
年齢	54才
着衣量 (PT)	0.5 kg
測定結果	
身長	170.4 cm
体重	69.5 kg
体脂肪率	19.2 %
脂肪量	13.3 kg
除脂肪量	56.2 kg
筋肉量	53.3 kg
体水分率	38.8 %
体水分量	55.8 kg
推定骨量	2.9 kg
基礎代謝量	1536 kcal
体内年齢	32才
内臓脂肪レベル	12.0
脚点	10.1 点
BMI	23.9
標準体重	63.9 kg
肥満度	8.8 %
体脂肪率と筋肉量による体型判定	
12.0 ~ 22.9 %	
7.7 ~ 16.7 %	

判定	
◇体脂肪率	やせ   標準   軽肥満   肥満
◇BMI	やせ   普通   肥満1   肥満2
◇内臓脂肪レベル	標準   やや過剰   過剰
◇筋肉量	少   平均   多
◇基礎代謝レベル	燃えにくい   標準   燃えやすい
◇脚点	低   やや低   良
◇体脂肪率と筋肉量による体型判定	標準

こんなデータも取れるよ。

継続して測定すると、  
自分の体の変化(良くも悪くも)を  
認識できる！

ごめんなさい、中学生以下の人は利用できません。

申し込み：利用登録が必要です。  
詳しくは、スポーツ課へお問い合わせください。

みよし市スポーツ課  
TEL 0561(32)8027