

クラブインフォメーション

平成 21 年 9 月

発行：鳥取県体育協会

TEL:0857-28-1288 FAX:0857-28-1399 E-mail:tottoriken@japan-sports.or.jp 第4号

研修会 報告

第3回鳥取県クラブマネジャー研修会



講師：西村 貴之 氏

平成 21 年 8 月 22 日（土）、県立倉吉体育文化会館 教養室において、第 3 回鳥取県クラブマネジャー研修会を開催しました。県内のクラブ関係者、地域のスポーツ関係者 14 名が参加し、講師に西村 貴之氏（NPO 法人クラブレッツクラブマネジャー）をお招きし、「クラブの作り方と NPO 法人取得の意義」・「住民参加の必要性と啓発の手法」についてお話をいただきました。

始めに、クイズ形式での自己紹介をされ、全問正解者にタオルのプレゼントがありました。ちなみに、30 歳・O 型・既婚・愛知県出身だそうです。

その後、参加者全員がジェスチャーでコミュニケーションを取りながら、生年月日順に並び、正解かどうかの確認の後 3 つのグループに分けられました。

そして、軽い脳トレをした後、司会・書記・発表・ご意見番を決め、クラブ作りに必要な事を書き出し、ポスター用紙に貼り付けていきました。それを、項目毎にくくり、優先順位をつけてその理由を話し合いました。



クラブレッツの活動紹介 DVD を観た後、クラブ作りに必要な物の補足があれば用紙に足していき、グループ毎に発表しました。

最後に、それぞれの地域の特徴を拾い出し“住民参加大作戦！戦略会議”と銘打って、各グループでイベントを企画する話し合いをしました。そして、グループ毎に説得力のあるプレゼンテーションを！という事で、3 分を目安に発表しました。グループのカラーが表れた内容でした。



今回の研修は、自分がクラブの一員として、運営をしていくための話し合いを、楽しく真剣に取り組み、どういうふうにクラブをやっていくかが、よく理解できた会だったと思います。本当に楽しく、アッ！という間に終わった研修会でした。クラブマネジャーを実際にされている西村さんの講演は、大変参考になったのではと思います。

できるだけ多くの意見を聞き出すことで、クラブ員の関係作り・意見のふくらし・意見の整理・意見のバトル・合意の形成をしていくことができる。

“気持ち”“意欲”“熱意”を持った人で、地元が抱えている課題・問題をスポーツという方法でよりよく、住みやすく、ハッピーにしていきたいと思います。と話されました。



参加者の声

武田 斉さん

（岩美総合型地域スポーツクラブ）
参加するたびに新鮮な気持ちになります。準備中の時に参加した時はピンと来なかった内容も、設立し実際に運営する立場になってから聞いてみると、実際に起きている困りごとなどと照らし合わせ考えることができたので良かったです。講師の方のクラブへの熱意を感じました。



参加者の声

上田 秀美さん

（鳥取市体育指導委員協議会会長）
クラブマネジャー研修会に体育指導員の立場で始めて参加しました。地域住民参加の必要性と手法を学び大変勉強になりました。ありがとうございました。次回も出来るだけ多くの体育指導員に声をかけ参加出来る体制を行いたいと思います。

クラブ訪問コーナー

中村です

田淵です



ほうきスマイリースポーツクラブ

平成21年8月21日(金)、伯耆町総合スポーツ公園内にあるB&G海洋センターで開催の元気アップ教室を訪問しました。

クラブの連絡先

Tel : 0859-68-3775

Fax : 0859-68-4758

E-mail : nakatam@houki-town.jp



総合福祉課健康増進室からの委託事業

練習日：全10回の毎週金曜日(6・7・8月)

時間：10:00～11:30

指導者：谷口 葉子さん

今回9回目で、参加者は、年齢60歳代から70歳代で、男性1名、女性8名の合計9名でした。

エアロビクス・壁押し・骨盤体操(ボール運動)・筋トレ(マット運動)・ストレッチ(ヨガ・足つぼマッサージ)で1時間30分、テンポよく楽しく指導されました。

講師の谷口さんは、会員の皆さん一人一人に気を配りながらはっきりとした声で、わかりやすい指導でした。

決して無理をさせず、できない人には、補助をされ、色々な種目を取り入れて、飽きないそして楽しい工夫がありました。



クラブ事務局の教育委員会の仲田さん、全国で8人の中に選ばれ、甲子園の審判に行かれ名誉の負傷をされたそうです。甲子園初の2日雨のため延期になった試合で、3日連続審判された為の筋肉疲労だったのでしょか!? 痛々しい姿でした。それにしてもすごい!



私が指導しています。

講師：谷口 葉子さん

只今、エアロフィットセラピー
を勉強中です!

エアロビクスで汗を流して体をほぐし、筋トレ→骨密度を上げる運動→ヨガ→ストレッチ系でゆったり、ゆったり終わる。という構成にしています。

今日は、上半身の骨密度を上げる壁押しを取り入れました。そして、館内にある道具を使って、その日で内容を変えてやっています。年齢を考えて、脳の活性化をはかる運動と、運動の後のほぐしをしっかりとやっています。始め出来なかった事が、出来るようになっていくのを見ることがうれしいです。

会員の方から「こういう事がしたい。あれがしたい。」と仰ってくださいし、とても意欲的なので、私のほうがパワーをもらっています。



参加者の声

★定年になり、時間に余裕ができたので通い始めました。年を重ねていくと、膝が伸びなくなってきたり、あちこち衰えてくるので、やっぱり動かないとだめです。汗をかくとやっぱり気持ちいいです。ここにはマシンもあるので、筋トレもやりたいです。

(女性：Sさん)

★「伯耆町にフィットネスクラブなどがないため、町内で手頃な金額で指導してもらえてうれしい!」

鳥取県体育協会からのお知らせ

平成21年度鳥取県総合型地域スポーツクラブ交流会 兼 第2回総合型地域スポーツクラブ連絡協議会を開催します

日 時：平成21年9月12日（土） 午前9時～午後1時30分

会 場：クラブ交流会

鳥取市鹿野小学校外周路（鳥取市鹿野町鹿野2888）

※ 荒天中止の場合は、カフェ&ギャラリー「しかの心」
（鳥取市鹿野町鹿野1809-1）

第2回連絡協議会

カフェ&ギャラリー「しかの心」（鳥取市鹿野町鹿野1809-1）

内 容：①クラブ交流会

ママチャリ耐久レース（鹿の助スポーツクラブ主催）へ参加

※ 申込みを9/4（金）まで延長します。

②第2回連絡協議会（ランチミーティング）

◇ 今後の総合型地域スポーツクラブの交流について

◇ 総合型地域スポーツクラブ連絡協議会の動きについて

◇ 意見・情報交換

対 象：各総合型地域スポーツクラブ関係者
総合型地域スポーツクラブ設立予定者
市町村関係者

お問い合わせ先

〒680-0944 鳥取市布勢146-1

鳥取県体育協会

TEL：0857-28-1288

FAX：0857-28-1399

E-mail：nakamura-c@sports-tottori.com



レース終了後、鹿の助スポーツ
クラブさんのお手製のカレー
ライスがあります。

鳥の演劇祭2もやっていますので、
是非観てください。



中高年者のための運動プログラムに 関する研修会

目 的：公認スポーツ指導者も中高年を対象に指導を行
う機会が増えつつあるので、中高年の身体的特徴
やスポーツ活動の注意点について学び、中高年を
対象とした運動教室の運営能力を身につけるため
に行う。

日 時：平成21年11月21日（土）、22日（日）

場 所：「大阪社会体育専門学校」

研修内容：講義／実習／研究協議等

参加対象：日本体育協会公認スポーツ指導資格を有する者

※ 特にフィットネストレーナー、スポーツプログラマ
ーの参加が望ましい。

参 加 料：5,250円 消費税含む

申込締切：9月25日（金）

詳細は日本体育協会指導者育成課まで
TEL：03-3481-2226

◇クラブインフォメーション掲載募集について◇

毎月クラブインフォメーションで紹介する、イベント・教室を
募集します。他クラブにも是非参加してほしいものがあれば、
詳しい要項を毎月15日までにお知らせください。
お待ちしております。

鳥 取 県 教 育 委 員 会 主 催



第3回スポレクトリピーフェスタで発表 屋台出店してみませんか？！

日 時：11月1日（日）午前10時

場 所：コカ・コーラエスプレッソーナード県民体育館

今回も、各団体のダンス等の発表会を計画しています。
オープニングセレモニーとして、日頃総合型クラブで
活動している練習の成果を披露してみませんか？多数
のクラブの参加の申込みをお願いします。
また、当日屋台等で何か販売されたいクラブがありま
したら、鳥取県教育委員会事務局スポーツ振興課まで
連絡をお願いします。

締 切：9月30日（水）

T E L：0857-26-7920

F A X：0857-26-8199

E-mail：sports@pref.tottori.jp