

# クラブインフォメーション

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8号

## 第 4 回 鳥 取 県 ク ラ ブ マ ネ ジ ャ ー 研 修 会 を 開 催 し ま し た



12月12日(土)、伯耆しあわせの郷(倉吉市)において第4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12クラブ、地域のスポーツ関係者31名が参加し、講師に三好 良子氏(人材育成コンサルタント)をお招きし、「クラブ運営に必要なコミュニケーション・スキル」についてお話しをしていただきました。



### お話しの内容として

現代のコミュニケーション事情については、今学ぶことが大事な時代で、コミュニケーションは練習しないと上手にならない。あなたの目の前の人とは世界に一人！過去のデータや経験にこだわらず、目の前の人と向き合うことが大切です。親しくなろうと思えば自然と笑顔になる。笑顔はあなたの人間性が表れます。

### 《「わかる」と「できる」は違う》

物事には、主観的見方と客観的見方の見方があるが、人と話すときマイナスな言い方ではなく、プラスな表現を見つけて会話すること。その為には、**自己開示**(相手に対し心を開く)をしてお互いをよく知ることです。

人にはそれぞれ器があって、その器以上には気づけないので、**気づきを交換**することで、自分の気づかない事を教えてもらえる。**(フィードバック)**

そうすると、「わかる」と「できる」の差を埋めることができる。**{シェアリング (分かち合う)}**

その結果、あなたの・私の・活動の新発見が生まれる。

### 《クラブ運営に必要なこと》

- ・ 様々な考えを持った人(異質)がいる。
- ・ 言葉を掛け合う。
- ・ どこが違うか話し合う。
- ・ 違うから意見を出し合う。
- ・ 固定概念・先入観を取り払う事。

### 体験学習として

1. 2人1組で向かい合ってのコミュニケーションの取り方  
1回目・・・とにかく沈黙で見つめ合う(アイスビルド状態)  
＝氷を作った状態  
2回目・・・握手をして自由に話す(アイスウォーミング)  
同じ1分間でも時間が経つ早さの違いを感じました。  
※ クラブマネジャーは氷を溶かさなくてはいけない。(アイスブレイク)
2. 2人1組で手を交互に挟んでの楽しいゲーム  
初めてのひととでも、何のわだかまりもなくする事ができました。
3. イメージで一円玉を描く  
固定概念・妄想で一円玉を見ている。  
大半の人が実物より小さく描くようです。  
「一円玉は、あなたに多くのことを問いかけています。」という言葉に、感慨深いものがありました。
4. ちぎり絵の体験  
1つのお題(象)を、5人1組で20秒ずつの持ち時間で完成させる。  
必ず5人全員で完成させること。相談しながら、声をかけながら、チームワークよく進めていく。  
総合型クラブにもあてはまる事です。



講師の三好さんのパワー溢れる講演に、引き込まれていき、あっという間の2時間でした。  
クラブ運営だけでなく、日々の生活にもおおいに活かしてほしいと思います。

## 第3回鳥取県総合型クラブ連絡協議会を開催しました



12月12日(土)、第4回鳥取県クラブマネージャー研修会に引き続き、午後から同会場にて第3回鳥取県総合型クラブ連絡協議会を開催しました。県内の9クラブ、市町村関係者16名が参加し、鳥取県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会の設立について話し合いがされました。

経過報告として、平成21年2月に全国連絡協議会が立ち上がり、各都道府県でも協議会立ち上げに向けた動きが進んでいます。11月24日現在、組織化済が27

府県、21年度内組織化予定が鳥取県を含め11都県、検討準備段階が9県です。

鳥取県体育協会としては、現在開催している連絡協議会と大差がないので、これを組織化し、発展的に改組するという認識をもっていただきたいと思います。今回の会では、一先ず組織化することに皆さんから承認いただき、その後具体的に話しを進めていきたいと考えています。

組織の規約については、会長、副会長はクラブから選出していただきたいと思います。クラブへの負担がかからないよう、事務的な面も含めて実質的には鳥取県体育協会が運営していきます。

やってみて、今後実態に合わないこと等が出てきた場合は、その都度議論していただき変更していけばと考えています。組織化することで全国の情報収集、全国的な取り組みに参加しやすい環境ができます。デメリットはないと思いますので、そういう視点で考えていただければと思います。

役員の選出・22年度の事業内容等については、鳥取県体育協会で作ったき台をつくり、平成22年1月16日開催の第4回の連絡協議会で諮ることにさせていただきます。その際に、各クラブの来年度事業計画があれば交流会にするイベントも検討できると思いますので、お持ちくださればと思います。



### 第3回鳥取県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会 参加クラブ

1. 青谷スポーツクラブ
2. 岩美総合型地域スポーツクラブ
3. 打吹スポーツクラブ
4. ウルトラC&S
5. D o . スポーツ
6. 北栄スポーツクラブ
7. ほうきスマイリースポーツクラブ
8. 若桜町総合型地域スポーツクラブ設立検討委員会
9. 大山町総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会

### 表彰クラブの紹介

おめでとうございます

★ 平成21年度 生涯スポーツ優良団体表彰  
(主催:文部科学省)

- 財団法人 北栄スポーツクラブ
- NPO法人 鳥取スポーツクラブ

★ 平成21年度 鳥取県教育委員会表彰  
(主催:鳥取県教育委員会)

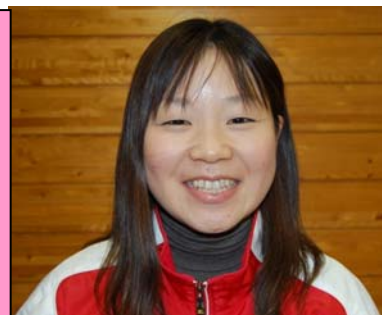
- 教育功労団体表彰
- 鹿の助スポーツクラブ
  - 打吹スポーツクラブ



大山町総合型地域  
スポーツクラブ  
設立準備委員会事務局  
谷上 亮さん

### 参加者の声

D o . スポーツ  
藤原 千春さん



研修会は、コミュニケーション能力と言っても、自分の思っていたものと違って目からウロコ！でした。そして必要性を痛感し、クラブに携わる者としてだけでなく、1個人として共感できるものでした。連絡協議会では、他クラブの近況が聞けてよかったです。立ち上げについては、自クラブの会合で否定的な意見が多かったですが、今日の話聞いて自分はプラスに考えています。クラブにいい報告ができそうです。

クラブ運営に必要なコミュニケーション・スキルの研修会でしたが、クラブ運営だけでなく仕事であるとか、日常にも役に立つお話しでした。普段聞くことが出来ないお話を聞くことが出来てよかったです。今日聞いた講演がクラブの活動に活かせたらと思います。協議会では、色々なクラブの話が聞け、参考にしたいと思いました。日野町はお年寄りの多いので、スポーツで何かができたらと思います。



## クラブ訪問コーナー

中村です

田淵です

ウルトラC&Sクラブ(境港市)



トランポ・ロビクス



トランポリン使用)をし、軽快な音楽に合わせウォーキング等のエクササイズをやりました。足の裏全体で歩くことを意識して踏み込むと、自然と膝の後ろが伸び、太ももが高く上がり軽やかに歩けることが出来ました。20分続けると1時間ウォーキングしたのと同じ運動量になるそうなので、1時間でもたくさんの汗をかきました。筋肉痛も少ないということです。不思議！

また、ミニトランポリンの上では姿勢が悪いとバランスを崩し、なかなか上手く動けません。バランスを取ろうとすることで正しい姿勢に必要な筋力が鍛えられ、筋肉と骨格のバランスが良くなり肩こり、腰痛等の改善効果が期待できるようです。

弾むことで身体が大きく動くため、血液やリンパの流れが活発になり内臓脂肪の燃焼効果が高くなり、生活習慣病の予防・改善にも効果が期待できるようです。

ウルトラC&Sクラブのサッカーチーム(アミーゴ)も練習前の30分、このトランポ・ロビクスを取り入れているそうです。

皆さんのスポーツクラブも、身体に負担が少なく短時間でウォーミングアップができる、トランポ・ロビクスを取り入れてみてはいかがでしょうか！

【連絡先：ウルトラC&Sクラブ TEL・FAX:0859-42-3224】



### 指導者

拝藤 みゆきさん & 小原 あかねさん

トランポ・ロビクスはケガ予防、リハビリになり、リズム感がない人もこれをすればよくなります。今3つの地区で教えています、指導者が少なくとても忙しくしています。

トランポ・ロビクスを体験されても、指導者になろう！と思ってくださる方がいないので、是非たくさんの方に指導資格を取っていただいて、県内に広まればと思います。

資格取得されたい方は拝藤までご連絡下さい。



### 参加者の声

- ☆ 今まで運動は全くしていなかったけれど、中海テレビで放映されたのを見て、「これなら出来る！」と思って参加してみました。運動できない私でも1時間することができてうれしかったです。
- ☆ 友達に「私でもできるから、一緒にやってみよう！」と声をかけてもらって参加しました。なかなか1人で冬場は歩けないので、ここで週1回のペースでできると嬉しいです。
- ☆ 肩こりと、おなかの調子がよくなりました。
- ☆ 脳まで揺れるのがいい。

## 鳥取県体育協会からのお知らせ

平成21年度第5回クラブマネジャー研修会及び第4回総合型クラブ連絡協議会を開催します

平成22年1月16日(土) 伯耆しあわせの郷 小研修室(倉吉市小田458)

ご参加をお願いします

(1) 第5回クラブマネジャー研修会

時間:10:00~15:15

講義Ⅰ:「施設の管理・運営」

講義Ⅱ:「クラブで安全に活動するために」

講義Ⅲ:「事業計画と事業評価」

講師:南木 恵一氏(株式会社メディアプロスポーツ事業部)

(2) 第4回総合型クラブ連絡協議会

時間:15:30~17:00

内容:「鳥取県総合型クラブ連絡協議会の組織化について」

問合せ:財団法人鳥取県体育協会(担当:中村)

TEL 0857-28-1288