

クラブインフォメーション



発行:(公財)鳥取県体育協会 〒680-8570 鳥取市東町1丁目220番地 鳥取県議会棟別館内

TEL:0857-26-7802 FAX:0857-26-8133 E-mail:tabuchi-h@sports-tottori.com 令和元年7月 第119号

クラブ紹介コーナー

一般社団法人 山陰リンクの会*パソコン・スマホなんでも相談会



相談に対応する平井さん:左

連絡先
一般社団法人 山陰リンクの会
杉谷 哲治
TEL・FAX:0858-28-3939

令和元年6月5日(水)、小鴨公民館(倉吉市)で「パソコン・スマホなんでも相談会」を開催しました。

平井明朗さん指導の下、パソコンやスマホの使い方がよくわからない方に、1対1で丁寧に教えていただきました。

パソコンやスマホを利用している時、こんな時はどうしたらいいのだろうと思うことがよくあり、先に進めない時があります。

日中家に若い人が居ないため、便利なはずのパソコンやスマホが不便に感じることもしばしば。

こうして、定期的に教えてもらえる環境があればとても嬉しいですね。

専門の業者だと、遠くまで出かけていけないといけなかったり、教室に通うほどではないが教えてほしいことがある時や、パソコンの調子が悪い時等、手軽に利用できるのがいいですね。

平井さんは、子ども向けのプログラミング教室も指導しておられます。

優しく丁寧な対応をされますので、利用されてみてはいかがでしょうかでしょう。

スポnetなんぶ＊水上安全法講習会



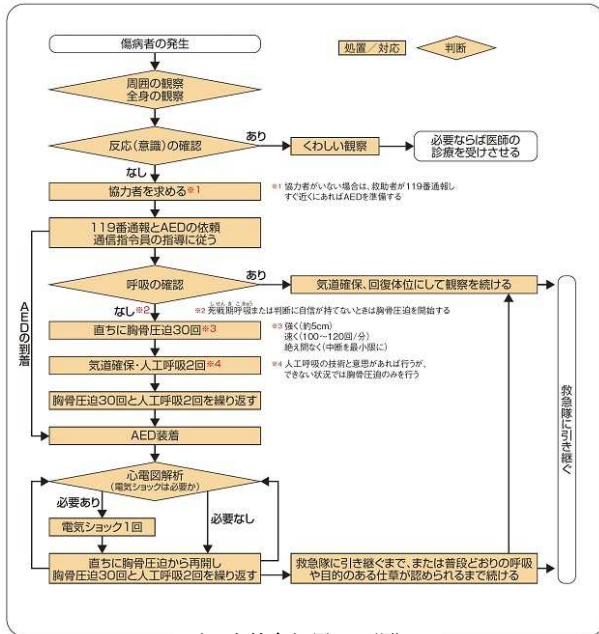
呼吸の確認



胸骨圧迫



AED装着



(一次救命処置の手順)

令和元年6月6日(木)、南部町総合福祉センターしあわせでクラブ主催の「水上安全法講習会」を開催しました。講師には、日本赤十字社鳥取県支部から派遣された3名の指導者があたり、陸上で傷病者が発生した場合の一次救命処置の手順と、プールでの事故を防ぐためと、水泳時に起こしやすいけがや病気の手当の方法を教えてくださいました。

【傷病者が発生した際の、一次救命処置】

- ・胸骨圧迫の深さは約5cm、早さは1分間に100～120回、「強く・早く・絶え間なく」を意識する。
- ・人工呼吸は「ハーハー」と2回。
- ・胸骨圧迫と人工呼吸を繰り返しながら、AEDの到着を待ちます。AEDが到着したら音声メッセージに従い処置すること。
- ・胸が濡れていたらタオルで拭き取り、電極パッドを1枚ずつ剥がして貼る。ショックを与える。
- ・救急隊到着まで、胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す。



溺れている人の救助



プールサイドへの上げ方



毛布を担架代わりに

実技では、プールでの事故を防ぐための対処方法や、水中からの引き上げ方法、毛布を利用した担架の作り方、鼻血が出た際やけいれん(ふくらはぎ)を起こした際の対処方法を教えてくださいました。

熱意を持った指導者の方の指導で、皆さん真剣に取り組まれました。

クラブを運営していくうえで、とても大切なリスクマネジメントです。

毎年受講することで、自然な行動と自信をもって処置にあたることができるようになり、安全・安心なクラブ運営に繋がります。

是非、皆さんのクラブもリスクを減らす取組をして行きましょう！

連絡先
スポnetなんぶ事務局
板 真悟
TEL:0859-66-5400 FAX:0859-66-2901

スポnetなんぶ＊LIFE KIDS SPORTS CLUB



手を繋いでキック



股くぐり



ボールをくぐらせる



ボールにぶつからないように駆け抜ける



カラフルバルーンにテンションアゲアゲ

令和元年6月16日(日)、南部町民体育館で「LIFE KIDS SPORTS CLUB」(公益財団法人ライフスポーツ財団助成事業)を開催しました。

3歳児～小学1年生とその親を対象とし、6組15名が参加し、仲田哲夢さん・亀尾由紀さん、西谷志穂さんの指導の下、タオルやボール、バルーンを使った運動遊びを行いました。

家からなかなか体を動かす機会が少なく、また、どんな運動をしたらいいのかわからない方が多いと思います。

この教室は1時間の間に、たくさんの遊びを通して体の様々な箇所を動かしたり、親子のスキンシップもでき、子ども達はとても楽しそうでした。

タオルでキャッチボール・綱引き・しっぽにして鬼ごっこ、ボールを使って足をくぐらせる・バウンドさせてキャッチ・転がしてお尻で座る、ボールがたくさん転がっている中をぶつからずに走り切る等、たくさんの用具を使って飽きさせることなく楽しく運動ができました。

一番子ども達が盛り上がったのはカラフルバルーンを使った運動遊びで、横や縦に震わせたり、大きく上下に動かしたり、バルーンに乗ったり、中に入ったりして、最後アンパンマンの曲で色々な動作を組み合わせて動きました。

幼児期にあそびながら様々な経験をする大切さを改めて感じました。

子育て世代は忙しく、子どもと楽しく体を動かす機会が少ないので、この教室をきっかけに定期的に運動する機会が増えるといいですね。

※この事業は、幼少児の基礎体力づくりと、親子体操を通して親子のふれあいや運動に親しむ機会を作ることを目的としています。原則、同月に3回連続開催すること。

財団公認キッズスポーツインストラクターの資格取得が必須。



皆でピース ✌

連絡先
スポnetなんぶ事務局
板 真悟
TEL0859-66-5400 FAX:0859-66-2901

NPO法人ウルトラスポーツクラブ＊親子deスポーツ推進事業



ひっくり返されないよう頑張ったけど



転がしドッジ



親子で手をつなぎゴールする

令和元年6月16日(日)、中浜サントピア(境港市)で「親子deスポーツ推進事業」(県委託事業)でサッカー教室を開催しました。

年少から小学3年生までの35名とその保護者を対象に、親子で楽しくサッカーで体を動かしました。

拝藤均さん(副理事長)、勝田真央さん(指導者)、山本明日真さん(指導者)に指導いただきました。

【内容】

☆グループ分けをし、円陣になってサッカーボールを手渡ししながら自己紹介をしてグループの仲間の名前を覚えしました。

☆親子で向かい合い手を繋いでジャンプし親の腰に足で抱きつき、抱き着いた状態で体を1周させたり、地面に丸まりお互いにひっくり返されないように踏ん張ったり、スキンシップを図りました。

☆転がしドッジでは、2グループがコーンで区切られた枠の中に入り、1グループが外野からサッカーボールを複数個転がし、当たらなかった人数を競いました。

☆ジャンケンをして、負けた人が勝った人の後ろに回り連結することを繰り返し、最後まで勝ち残った人を決める。

☆親子で手をつなぎドリブルしてゴールを決める練習。

☆グループに分かれ、ドリブルしてコーンを回って次の人にボールをバトン代わりにリレー。

☆お父さん(お母さん)と子どものペアで、チームを作り、手をつないだままゲームをする。

☆親子で手を繋いだ2対2のチームで、必ず親と子ども其々がゴールを決めるゲーム。

☆親と子ども全員でゲーム。

☆クールダウン。

盛りだくさんの内容で、ほとんどの時間子どもと体が触れ合っている状態で体を動かしました。

子どもも親御さんも、終始笑顔で、とても楽しそうで、見ていてほのぼのしました。

運動を通して、親子でコミュニケーションが図れ、とても貴重な時間を過ごせたと思います。

「親子でふれあう！」いいですね！

※この事業は、子育て世代と言われる30代のスポーツ実施率の低下が顕著であるため、親子で運動やスポーツに親しむ機会を提供し、スポーツを楽しむ意識の高揚を図り、本県の生涯スポーツ振興の推進に資することを目的として、県内の総合型地域スポーツクラブが親子向けの運動・スポーツ教室を開催する事業を支援するものです。



ボールをバトン代わりにリレー



むかでジャンケン



最後に全員で「ハイチーズ！」

連絡先
NPO法人ウルトラスポーツクラブ事務局
金坂 博
TEL・FAX:0859-57-5170

令和元年度鳥取県総合型地域スポーツクラブ研修会を開催しました



1日目:講師 渡辺泰弘氏



2日目:講師 板 真悟氏

令和元年6月8日(土)・9日(日)、県立倉吉体育文化会館で「令和元年度鳥取県総合型地域スポーツクラブ研修会」を開催しました。

【1日目】

講義Ⅰ「地域スポーツクラブとは」

講義Ⅱ「クラブのつくり方」

講師:渡辺 泰弘氏

(広島経済大学経営学部スポーツ経営学科 准教授)

【2日目】

講義Ⅰ「クラブマネジャーの役割」

講義Ⅱ「クラブの運営」

講師:板 真悟氏(スポ net なんぶクラブマネジャー)

今年度は、1日目は北栄スポーツクラブ・にちなんスポーツクラブ・けたかスポーツクラブ、2日目は岩美総合型地域スポーツクラブ・八幡池スポーツクラブの方に受講いただきました。

毎年、総合型クラブを取り巻く環境は変化しています。1度受けたから大丈夫ではなく、毎年受講しモチベーションを保つことと、最新の情報を得ることをしていただきたいと思います。

クラブ運営を続けていくうえで、モチベーションの維持と、新たな情報は不可欠です。

また、各クラブ1名ではなく、なるべく多くの方に参加してもらい情報の共有をしていただきたいと思います。

1人ではクラブ運営はできません。できるだけ多くの仲間と同じベクトルを向いてクラブ運営できるように1人1人が自覚を持ち関わっていただきたいと思います。

時代は流れています。いつまでも同じ状況ではありません。

常に新しい情報を仕入れてください。

クラブの人材育成にも役立つ研修会ですので、今後開催される研修会等への参加をお願いしたいと思います

令和元年度第1回鳥取県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会総会開催しました



令和元年6月15日(土)、倉吉体育文化会館で「令和元年度総合型地域スポーツクラブ連絡協議会総会」を開催しました。

【内容】

- ・平成30年度収支決算報告及び監査報告
- ・連絡協議会会費
- ・規約改正
- ・情報交換

【参加クラブ】

NPO 法人ウルtrasスポーツクラブ*	NPO 法人かほくスポーツクラブ*
NPO 法人 鹿の助スポーツクラブ*	NPO 法人南部町総合型地域 スポーツクラブ スポnetなんぶ
青谷スポーツクラブ	(一財)北栄スポーツクラブ
NPO 法人 地域スポーツ推進協会	(一社) ほうきスマイリースポーツクラブ*
(一社)山陰リンクの会	境スポーツクラブ
にちなんスポーツクラブ*	若桜クラブ

情報交換では、各クラブの現状や他クラブに聞いてみたいこと等、活発に話し合われ大変有意義なものとなりました。連絡協議会に限りませんが、参加クラブが固定化してきています。

総合型クラブを取り巻く環境は毎年変わって来ています。そのことを十分理解していただき、1年に1回は皆さんで顔を合わせ、現状の把握や他クラブの活動状況、課題に対して意見を出し合う場に参加して下さい。