

クラブインフォメーション



発行:(公財)鳥取県スポーツ協会 〒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7年10月 第194号

令和7年度鳥取県スポーツ指導者研修会日程のお知らせ

令和7年度鳥取県スポーツ指導者研修会

	日 時		会 場	備 考
第1回	令和7年 6月1日(日)	12時30分～16時30分	まなびタウンとうはく	開催済
第2回	令和7年 9月7日(日)	12時30分～16時30分	米子市淀江文化センター	開催済
第3回	令和7年11月2日(日)	12時30分～16時30分	鳥取県福祉人材研修センター	
第4回	令和8年 2月8日(日)	12時30分～16時30分	鳥取県立倉吉体育文化会館	

申込は指導者マイページよりお願いします。

※本研修会は、公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の更新研修にあたります。

公認スポーツ指導者資格の有効期限は4年間と定められており、資格を更新するためには有効期限の6か月前までに所定の更新研修を受けることが義務付けられています。自身の資格の有効期限をご確認いただき、対象の方は受講をお願いします。

問い合わせ先 鳥取県スポーツ協会 TEL:0857-26-7804

令和7年度総合型地域スポーツクラブ育成支援事業:西部地区交流会打合せ

令和7年9月12日(金)、(公財)鳥取県スポーツ協会賛助会費支援事業のうち、「総合型地域スポーツクラブ育成支援事業※」を活用した「西部地区交流会」の打合せを、南部町総合福祉センターしあわせで実施しました。

※目的:総合型地域スポーツクラブの知名度向上のため、2つ以上の総合型地域スポーツクラブが連携して、活動の活性化を図る事業を支援する。

【参加クラブ】NPO法人南部町総合型地域スポーツクラブ・NPO法人ウルTRASスポーツクラブ
(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ・(一社)にちなんスポーツクラブ

令和4年度のスポトピアとっとりフェスタを機に、4年続けて西部地区の交流会を実施しています。

打合せでは、昨年度までの交流会の形をベースにどんな内容にするか・予算配分等についてみんなで意見を出し合いました。

今までの取り組みにはないアイデアが出て、考えるだけでワクワクしてきます。

今年度も多くの方に参加いただき、色々なスポーツを体験して楽しさを実感してもらい、総合型地域スポーツクラブの知名度向上に繋がれば嬉しいです。

イベント開催には各クラブの負担も大きいとは思いますが、みんなで盛り上げていきましょう!!

※西部地区交流会は、令和8年1月25日(日)開催予定です。

問合せ先
NPO法人南部町総合型地域スポーツクラブ(スポnetなんぶ) 板 真悟
TEL:0859-66-5400 E-mail:shiawase01@suponetnanbu.com

令和7年度県民まるごとスポーツ推進事業：(一社)にちなんスポーツクラブ



柔軟体操



動物歩き



鬼ごっこ

令和7年9月1日(月)、(一社)にちなんスポーツクラブ主催の「令和7年度県民まるごとスポーツ推進事業：みんなdeユニスポ※」(県スポーツ協会補助事業)で「運動遊び教室」を、日南町認定保育園にちなん十色の遊戯室で実施しました。

※目的：年齢・性別・障がいの有無に関わらず気軽にスポーツを楽しむ事業の提供を通じて、県民のスポーツへの意識の高揚を図り、もって本県スポーツ振興を推進する。

【指導者】 足羽 覚さん、青戸 武さん、藤井 健さん

【参加者】 にちなん十色の年少さん

【内 容】 様々なスポーツ用具を使用して全身運動

園児たちは、様々な用具を使った運動遊びを夢中になって体験してくれました。
子ども達の有り余るパワーに圧倒された大人たちでした。



ロープの高さに合わせて飛び越えたりくぐったり



階段を上がりジャンプして下りる



ミニトランポリンで弾みをつけて台に上がる



ボールを足にはさみ棒にぶら下がり空中移動



台の上からジャンプして棒にタッチ！！



サークル状に配置した障害物を乗り越えろ！！

連絡先
(一社)にちなんスポーツクラブ事務局 青戸 武
TEL:090-7597-4390
E-mail:nichinan.sc@gmail.com

県民まるとスポーツ推進事業：倉吉サンリンク・スポーツ



順番待ち



上手い！！



私にもできる！！

令和7年9月21(日)、倉吉サンリンク・スポーツ主催の「令和7年度県民まるとスポーツ推進事業」(みんなdeユニスポ※¹)で「ラダーゲッター※²」を伯耆しあわせの郷トレーニングルームで開催しました。

※1 目的:年齢・性別・障がいの有無に関わらず気軽にスポーツを楽しむ事業の提供を通じて、県民のスポーツへの意識の高揚を図り、もって本県スポーツ振興を推進する。

※2 ラダーゲッターは、両端にボールがついたヒモを、ラダー(はしご)に向かって投げるゲームです。ボールがラダーに引っ掛かるとポイントになり、そのポイントを競います。21点先取したプレーヤーが勝ち。

中庭にあるイベントホールで「モルック」も行う予定でしたが雨のため中止となり、室内での「ラダーゲッター」のみを実施しました。

この日は「伯耆しあわせの郷まつり」が開催されていて、フードコートや民芸品の展示、縁日コーナー等も催され、たくさんの方が来場されてため、「ラダーゲッター」にも多くの人に参加いただきました。

初めて体験される人ばかりでしたが、すぐに上手にできるようになり、親子対決をしたり、何度も挑戦したりと大好評でした。

床にバウンドさせてラダーに引っ掛ける技もできるようになり、子どもたちの上達の早さに驚かされました。

50名以上の方に体験していただき、ユニバーサルスポーツの楽しさを知っていただくことができました。

子どもたちの大人顔負けの投球動作や集中する姿が印象的でした。



集中！集中！



いっぱい掛かったぞ～！



遠い所から挑戦！！

連絡先
倉吉サンリンク・スポーツ事務局
杉谷 哲治
TEL:090-6436-9196
E-mail:sanrink_sugi@yahoo.co.jp

アクアフィットネス教室:(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ



ウォーミングアップ



水中ウォーク



アクアダンス

令和7年9月3日(水)、(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ主催の「アクアフィットネス※教室」が伯耆町岸本B&G 海洋センターで開催されました。

※アクアフィットネス:水中で行う運動の総称で、健康維持やリハビリに役立つ運動です。

【指導者】 友田真由美さん(株式会社ビーガニック運動事業部代表講師)

【参加者】 10名

【内 容】 ウォーミングアップ・水中ウォーキング・水中体操・アクアダンス

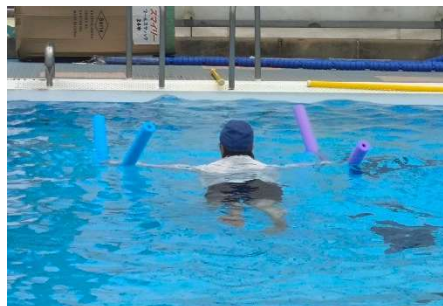
水中でストレッチを行った後、ウォーキング動作で水の浮力と水圧を利用しながら全身の関節を緩め、可動域を広げます。

水中では水に当てる手の形状・角度・スピード・ジャンプの高さによって体にかかる負荷をご自身で調整できるので、陸上での運動よりもムリなく楽しむことができます。

基本動作習得後は、音楽に合わせてアクアダンスにも挑戦！懐メロに合わせて軽快に踊っていただきました。

最後は、アクアヌードルを使って、水の上に浮かんでリラックス。心身ともに癒されました。

参加者から、「とっても楽しい！次が待ち遠しいです！」と嬉しい声が聞けました。



浮力を使って体幹を強化



ジャンプ動作



アクアヌードルの上に浮かんでリラックス

連絡先
(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ事務局
西村 香緒里
TEL:0859-68-3775
E-mail:h.smiley.sports@gmail.com

彼岸花ウォークラリー:NPO法人南部町総合型地域スポーツクラブ



法勝寺温泉チェックポイント



長田神社チェックポイント



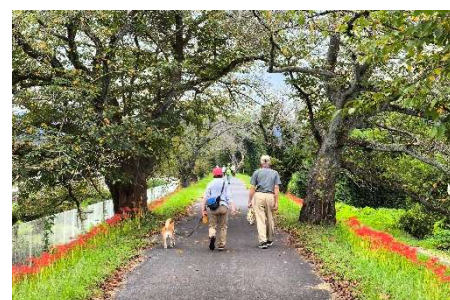
客神社チェックポイント



歩く人に興味津々の牛さん



エイドステーション・チェックポイント



ワンちゃんと一緒に彼岸花の咲いた土手を歩く



変てこなきのこ？発見！



完歩賞の古代米おにぎり・豚汁



おにぎりや豚汁いただきま〜す!!

令和7年9月23日(火・祝)、NPO法人南部町総合型地域スポーツクラブ主催の「彼岸花ウォークラリー」が実施され、町内外から78名(+ワンちゃん1匹)の参加がありました。

スタートとゴールは南部町体育館で、4か所のチェックポイントを地図を見ながら自由に回り、スタンプを押してゴールします。

チェックポイントは、長田神社、客神社、グリコ裏、法勝寺温泉、全て回るとその距離約4km。

グリコ裏のチェックポイントにはエイドステーションがあり瑞々しい梨で水分補給、東の間の休息。

ゴールしたら受付で番号カードを提示し、ラッキープレゼントとして、完歩者(事前申込者)の中から抽選で選ばれた番号が書かれたボードで自分の番号を確認、当たった人は南部町米等がプレゼントされ思わずにんまり。

事前申込された方全員に完歩賞として、古代米おにぎりや豚汁が振舞われ、美味しくいただきました。

【参加者の声】

・地図の見方がわからず人の後を付いていき、遠回りになったチェックポイントもあったけど、それはそれで楽しかった。参加者同士で会話できたのも良かった。

当日は、今にも雨が降り出しそうな空模様でしたが、最後まで雨が降ることもなく無事終了、スタッフの皆様お疲れ様でした。

連絡先

NPO法人南部町総合型地域スポーツクラブ事務局

板 真悟

TEL:0859-66-5400

E-mail: shiawase01@suponetnanbu.com

スマイルフィットネス教室：(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ



アキレス腱と股関節のストレッチ



姿勢を正す



スクワット



前腿を伸ばす



肘と膝を押し合う



腸腰筋ストレッチ



ハムストリングを伸ばす



姿勢改善・リラクゼーション効果



体幹トレーニング(四つ這い)

令和7年9月26日(金)、(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ主催の「スマイルフィットネス教室」が岸本 B&G 体育館2階で実施されました。

【指導者】 谷口 葉子さん

【内 容】 ラジオ体操、ストレッチ、ウォーキング、ストレッチポール等を使用したレッスン

全10回コースで、自宅でも続けることができるよう、参加者に合わせた運動プログラムを提供していただきました。体中隈なくストレッチができました。結構な運動量だったと思いますが皆さん終始笑顔で取り組まれ、あっという間の1時間30分でした。皆さんのはつらつとして若々しく、定期的な運動の必要性を感じました。

【参加者の声】

「自宅でも講師の方が言われたことを思い出して、ストレッチをやっています。とても役に立っています。年齢も年齢なのでできる限り体力を維持したいという思いで参加しています。楽しくやっています。」

連絡先

(一社)ほうきスマイリースポーツクラブ事務局

西村 香緒里

TEL:0859-68-3775

E-mail:h.smiley.sports@gmail.com