

# 令和6年度出雲地区スポーツ推進委員研修会兼女性委員研修会

出雲地区のスポーツ推進委員が一堂に会し、地域住民の健康づくりや体力づくりを図るための実技研修等をとおして、資質の向上を図るとともに委員相互の連携を深めました。

■期日：令和6年12月15日（日）10：00～15：10

■会場：雲南市 三刀屋文化体育館アスパル

■内容

○開会行事

○講義

- ・演題：「つながりと健康を育むスポーツ推進の可能性」
- ・講師：身体教育医学研究所うんなん 副所長 北湯口 純 氏

○女性委員会 各市町における女性委員（団体・個人）による取組の情報交換

○実技研修①「お手玉を楽しもう、いろいろな場所で活用してみよう」

- ・指導：出雲地区スポーツ推進委員女性委員会幹事のみなさん

○実技研修②「軽スポーツ体験」：オリジナルカローリング、トリコロキューブ、フリスボー

- ・指導：雲南市スポーツ推進委員のみなさん

○閉会行事

■参加者数：58名

（活動の様子）

講義では、豊富なデータに基づきながら健康を育むためのスポーツの必要性や地域全体でのスポーツの推進のためのスポーツ推進委員の役割の重要性について、参加者が学ぶことができました。女性委員会では、参加者の皆さんが各地域で取り組んでおられる活動の様子、今後の女性委員としての活動の方向性などについての意見交換がなされました。意見交換等を通じて、女性委員の活動の重要性を再認識すると共に、今後の活動への意欲の向上が図られました。

実技研修①では、女性委員会幹事の皆さんが手作りしてくださったお手玉を使って、サロン等の様々な場所で実践できるような楽しい活動を行うことができました。

実技研修②では、オリジナルカローリングやトリコロキューブを主として行い、今後のそれぞれの活動に生かすことができるような時間となりました。また、管内市町の推進委員が混じったチーム編成で楽しみながら活動を行ったことで、参加者同士の交流を図ることにもつながりました。

<開会行事>



<講義>



<女性委員会>



<実技研修①お手玉>



<実技研修②カローリング>



<実技研修②トリコロキューブ>

