

総合型地域スポーツクラブ 訪問日記【9月号】

クラブ名	鹿野スポーツ振興会	訪問日	8月1日	訪問者	中央コーディネーター 宮田 大樹
訪問詳細	<p>鹿野スポーツ振興会の生きがい健康スポーツ教室にてトレーニング指導を行いました。参加者約10名で高齢者の方が中心の教室です。軽く動きながらのストレッチで体をほぐしてから、今回は椅子に座ったままでできる筋力トレーニングを行いました。最後は横になりボールを使って肩、股関節周辺をほぐすメニューを行い、気持ち良くて寝てしまいそうだという参加者もいらっしゃいました。</p> <p>今回の教室は全7回のうちの1回でしたが、他の回でも生きがいを持ち健康になれるような充実した内容の取り組みがされています。鹿野スポーツ振興会では地域の年齢構成などの特性に応じて、他にもこのような事業が行われており、他地域でも参考になる取り組みであると感じました。</p> <p>鹿野スポーツ振興会のみなさんありがとうございました。またお邪魔させていただきます。</p>				
クラブ名	くだまつ絆星スポーツクラブ	訪問日	8月28日	訪問者	東部コーディネーター 近藤 優子
訪問詳細	<p>うだるような暑さが続いた今年の夏、ようやく秋の気配が見え隠れしてきた8月末に、下松市内に拠点を置き活動をしている”くだまつ絆星クラブ”の運営会議にお邪魔しました。</p> <p>18時からスタートしたこの日の議事内容は、7月に開催された事業報告交流大会（グランドゴルフ）の詳細打ち合わせ、その他イベント・会議の参加者の募集などがあり、集まった15名が各々の想いをのせ発言を重ねていく様子が伺えました。みんなのクラブはみんなで作るという意識づくりの原点を踏まえた会議をこれからも開催していきたいことを期待します。</p> <p>今年度からは、新マスコットの絆ちゃんもお目見えしたこともあり、ますます活動の充実が期待されるくだまつ絆星クラブ。これからもクラブにあった支援の形をコーディネーターとして模索していきたいと思えます。</p>				 <p>絆星のマスコット 絆(きずな)ちゃん</p>
クラブ名	菊川スポーツクラブ	訪問日	8月28日	訪問者	西部コーディネーター 玉城 克馬
訪問詳細	<p>今回は「ジュニア水泳教室」の指導を行いました。小学校の4～6年生を対象とした水泳教室で、泳ぐスピードを高めることではなく、クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの4泳法の正しいフォームを習得することを目的として指導しています。また、施設利用時のマナーなどの礼儀も指導しています。</p> <p>現在15名の子供達と、4人の指導者で教室を行っている中で、年間を通してプログラムの工夫を行いながら、子どもたちが楽しく活動できるように取り組んでいます。また、地元の大学の教員志望の学生を指導者として活用することで、大学生としては指導の勉強ができることとともクラブとしては地域の人材の有効活用につなげることができると、お互いに良い関係を築くことができているなど、現在は定期的に指導に携わっておりますが、他のクラブでも運営指導に加えてこのような教室の指導なども行っていきたいと考えています。是非お声かけください。</p>				