

## 10月

- ◆こども運動あそびプログラム  
3日(土)・市民球場
- ◆運動あそびワークショップ  
「コーディネーションあそび」  
7日(水), 21日(水)・市総合体育館
- ◆スポーツ指導者セミナー「救命講習会」  
11日(日)・東富山体育館
- ◆とやま健康ウオーク2015・  
呉羽丘陵ウオーク  
12日(月・祝)・市ファミリーパーク
- ◆第14回市民スポーツ・レクリエーション祭  
18日(日)・市総合体育館, 神通川緑地公園,  
富山南総合公園
- ◆遊歩会「地鉄沿線ウオーク」  
25日(日)・岩嶽寺駅～富山駅北口



## 11月

- ◆セルフコンディショニング講習会  
7日(土)・体育文化センター
- ◆第33回富山県駅伝競走大会  
8日(日)・富山～高岡
- ◆健活セミナー  
11日(水), 18日(水)・八尾コミュニティセンター
- ◆親子運動あそびプログラム  
14日(土)・大山社会体育館
- ◆遊歩会「マップウオーク」  
～自然と文化を巡るウオーク～  
22日(日)・呉羽丘陵周辺
- ◆ジュニアスポーツコンベンション  
28日(土)・体育文化センター

## 12月

- ◆スポーツ指導者セミナー「救命講習会」  
5日(土)・市総合体育館
- ◆こども運動あそびプログラム  
5日(土)・アイザックススポーツドーム



※参加費の記載がないものは無料です。  
お申込み・お問い合わせは富山市体育協会へ。

### とやま健康ウオーク2015 呉羽丘陵ウオーク

一緒に呉羽丘陵を歩きましょう!  
日 時: 10月12日(月・祝) 9:40～12:00  
ところ: 富山市ファミリーパーク  
コース: 5kmコース(所要時間1時間半程度)  
2kmコース(所要時間30分程度)  
参加費: 200円(未就学児は無料)  
※入園料・保険料を含む  
申込み: 当日会場受付  
(西口入場: 六せん広場手前までお越しください)

ふるまい鍋  
あるよ!



### セルフコンディショニング講習会

動き方・身体の使い方の癖からくる体の歪みを改善し、疲れづらい身体づくりを学びます。  
と き: 11月7日(土)  
ところ: 体育文化センター  
講 師: 一般社団法人日本コンディショニング協会  
会長 有吉 与志恵 氏  
日 程: 【第一部】生涯スポーツ指導者の部  
9:00～12:00  
対象…スポーツ指導員、指導に興味のある方など  
【第二部】ジュニアアスリートおよび指導者の部  
13:00～15:00  
対象…中学生とその保護者、中体連指導者、  
競技スポーツ団体指導者  
定 員: 各回80名  
申込み: 10月20日(火)～  
電話・市体協HP申込みフォーム



### 健活セミナー

運動と食事改善で健康活動をテーマに、管理栄養士による栄養指導や、スポーツ指導員による運動指導、「和みのヨーガ」を体験します。  
日 時: 11月11日(水), 18日(水) 19:00～21:00  
ところ: 八尾コミュニティセンター  
対 象: 運動習慣を身につけたい方  
定 員: 30名  
申込み: 10月13日(火)～  
市体協HP申込みフォーム



### ジュニアスポーツコンベンション

ジュニア選手のメンタルトレーニング・心理サポートについて知り、理解を深めることができます。  
日 時: 11月28日(土) 13:30～16:30  
ところ: 体育文化センター  
対 象: ジュニアのスポーツ指導に携わっている方など  
定 員: 50名  
講 師: 国立スポーツ科学センター  
立谷 泰久 氏  
申 込: 市体協HP申込みフォーム



# みんないけ! たいきよう

第28号

平成27年10月7日発行



スポーツキッズ国際交流事業



ニュースポーツ体験会



第68回富山県民体育大会  
小中学生優勝選手及び監督表彰式



ウォーキングセミナー講習会  
～ノルディックウォーク編～



体協マスコットぼーてい

発行

(公財)富山市体育協会

富山市湊入船町12番1号

TEL 432-1117

HP <http://www.taikyoutoyama.or.jp>



# 7月～9月の報告

## ニュースポーツ体験会



スティックリングとターゲット・バードゴルフの体験会を、東富山体育館と大山社会体育館の2会場で開催しました。  
合計51名の参加者がルールや打ち方などを学び、楽しみながら体験しました。



## 7月

- 第11回富山市民体育大会開会式/激励巡回  
4日(土) 市総合体育館
- ニュースポーツ体験会  
11日(土) 東富山体育館他  
26日(日) 大山社会体育館他
- 遊歩会「氷見景勝地めぐりウオーク」  
12日(日) 島尾駅⇄ひみ番屋街他
- 親子運動あそびプログラム  
18日(土) 花木体育センター
- 全国大会出場選手壮行会  
27日(月) 富山市役所
- 第68回富山県民体育大会  
会場激励巡回/閉会式  
25日(土)～27日(月) 各会場
- スポーツ指導者セミナー「救命講習会」  
31日(金) 2000年体育館

## 全国大会出場選手壮行会

富山市役所にて、全国大会に出場する選手の皆さんを激励し、メダルを贈呈しました。



## スポーツキッズ国際交流事業

ドイツ アイレンブルグ市等でスポーツ交流や学校交流を行いました。

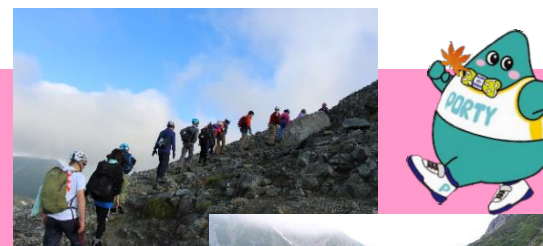


## 8月

- 全国大会・全国中学校体育大会出場選手壮行会  
11日(火) 富山市内
- 第68回富山県民体育大会  
小中学生優勝選手及び監督表彰式  
第68回富山県民体育大会  
第2部中学の部種目別優勝報告会  
12日(水) とやま自遊館
- スポーツキッズ国際交流事業  
20日(木)～28日(金) ドイツ アイレンブルグ
- 立山登拝ウオーク  
22日(土)～23日(日) 市役所～雄山山頂

## 立山登拝ウオーク

総勢59名が立山登山に臨みました。旧立山道の一部をたどり雄山山頂を目指しました。



## ウォーキングセミナー講習会 ～ノルディックウォーク編～

アイザックスポーツドームにて、20名の参加者がノルディックウォークの基本について学びました。



## 9月

- チャレンジスポーツ教室  
9月～2月(全12回) 市内スポーツ施設
- 親子運動あそびプログラム  
5日(土) 2000年体育館
- ウォーキングセミナー講習会  
(ノルディックウォーク編)  
6日(日) アイザックスポーツドーム
- 第70回国民体育大会壮行会  
1日(火), 15日(火) 富山市役所
- 運動あそびワークショップ  
「コーディネーションあそび」  
10日(木), 24日(木) 体育文化センター
- 遊歩会「浜辺ウオーク」  
13日(日) 水橋駅～岩瀬カナル会館
- 高齢期の健康体づくり  
運動指導者講習会  
26日(土) 体育文化センター

## 高齢期の健康体づくり 運動指導者講習会

テーマ ～健康寿命延伸の運動指導のために抑えておきたいポイント～  
50名の方が参加され、健康寿命延伸のためのポイントについて知識を深めました。



講師 大淵 修一 氏  
東京都健康長寿医療センター研究所  
高齢者健康増進事業支援室長

