

みんないけ!  
たいきょう

第17号

発行

(公財)富山市体育協会

富山市湊入船町12-1  
TEL 432-1117

HP

http://www.taikyuu-toyama.or.jp

# 10・11・12月の報告

## 10月

- 全国大会・県民体育大会  
富山市小中学生優秀選手・監督表彰式  
4日(木)・とやま自遊館
- 呉羽丘陵ウォーク  
8日(月・祝)・ファミリーパーク
- こども運動あそびプログラム&スポーツテスト  
13日(土)・体育文化センター
- 第11回富山市民スポーツレクリエーション祭  
14日(日)・21日(日)・市内スポーツ施設等
- 優秀指導者招聘事業(水泳)  
27日(土)~28日(日)・市民プール他

### 優秀指導者招聘事業 (水泳)



ロンドンオリンピック銅メダリスト 寺川綾選手とミズノスイムチーム緒方茂生監督を迎え、講演会と水泳指導が行われました。寺川選手の講演会では、出場できなかった北京オリンピックからロンドンオリンピックまでの過程をお話されました。「経験は宝物」であり、大事にしていきたいとの事でした。実技では、小中学生の選手に基本的な姿勢やキックなどのご指導をいただきました。

### 第11回富山市民スポーツ レクリエーション祭



パークゴルフ、グラウンド・ゴルフ、フレッシュテニス、ターゲットバード・ゴルフ、スポーツ吹き矢、カローリングの6種目を、参加者690名が各会場で楽しみながらゲームに参加しました。スポーツ吹き矢とカローリングは、今回初めての開催でしたが、ルールなどを学びながら体験していました。

### コンディショニング 講習会



NPO法人日本体調改善普及協会 会長 有吉与志恵氏を講師に迎え、1部生涯スポーツ指導者対象、2部中学生とジュニア指導者対象に講義と実技を交えながら講習会を開催致しました。筋肉が委縮した状態があると、歪みや血行不良が起きるため、筋肉を元の状態にもどすリセットコンディショニングや筋肉の再教育を行うアクティブコンディショニングを紹介されました。

## 11月

- コンディショニング講習会  
10日(土)・体育文化センター
- こども運動あそびプログラム&スポーツテスト  
17日(土)・市総合体育館
- 第30回富山県駅伝競走大会  
第30回記念富山県小学生駅伝競走大会  
11日(日)・富山~高岡・県庁周辺

### 優秀指導者招聘事業 (レスリング)

日本レスリング協会福田富昭会長、ロンドンオリンピック金メダリスト伊調馨選手、小原日登美選手、米満達弘選手らをお招きし、ジュニア選手の実技指導を行いました。また、オリンピックの金メダルも披露していただきました。



## 12月

- スポーツ医科学シンポジウム  
1日(土)・市総合体育館
- 優秀指導者招聘事業(レスリング)

### スポーツ医科学 シンポジウム

国立スポーツ科学センタースポーツ科学研究部 宮地 力氏を講師に迎え、「ITを活用したコーチングについて」をテーマに、シンポジウムを開催致しました。ロンドンオリンピックの各国の映像配信事情の解説や JISS (国立スポーツ科学センター) が行っている映像の利用方法や現在開発中のソフトウェアを紹介されました。



### 第30回富山県駅伝競走大会 第30回記念富山県小学生駅伝競走大会

第30回富山県駅伝競走大会 “優勝”  
第30回記念富山県小学生駅伝競走大会 “優勝”  
富山から高岡間の42.5Kmで行われた大会では、2時間13分26秒で4連覇を果たしました。5区池上選手が1位に浮上、9区では世界選手権に出場した野尻あずさ選手がリードを広げ、見事優勝しました。小学生駅伝でも、チーム力を生かして優勝することができました。



読売新聞社出典

# 1月～のお知らせ

## 1月

- 新春スポーツ練習始め  
2日(水)～13日(日)・市内スポーツ施設
- 優秀選手・優秀指導者表彰式  
10日(木)・富山電気ビル
- おやこ運動あそびプログラム  
26日(土)・アルペンスタジアム



### 冬を楽しむウォーキング ～スノーシュー体験会～



(昨年の様子)

冬のファミリーパークで、スノーシュー(西洋かんじき)を体験しませんか。

- とき 2月3日(日)  
10:00～12:00
- ところ 市ファミリーパーク
- 対象 小学生以上(小学生は、保護者同伴)
- 定員 30名(先着)
- 申込み 1月25日(金)～2月1日(金)

### おやこ運動あそび プログラム



お父さんやお母さんと一緒に、運動あそびを体験しよう!

- とき 1月26日(土)  
10:00～11:30
- ところ アルペンスタジアム(下飯野)
- 講師 市体育協会スポーツ指導員
- 対象 年中・年長児の親子
- 定員 15組30名(抽選)
- 申込み 1月14日(月)まで

## 2月

- 冬を楽しむウォーキング  
(スノーシュー体験会)  
3日(日)・ファミリーパーク
- 高齢者の健康体力づくり指導者養成講習会  
16日(土)・体育文化センター

### 高齢者の健康体力づくり 指導者養成講習会

さまざまな動きを取り入れた、高齢者の運動指導について学びます。

- とき 2月16日(土)  
9:30～12:30
- ところ 体育文化センター(友杉)
- 講師 武庫川女子大学  
准教授 長岡 雅美氏
- 対象 高齢者の運動指導に興味のある方
- 定員 40名(先着順)
- 申込み 1月29日(火)～

### ウォーキングリーダー 講習会

正しいウォーキングについて知りたい方からウォーキングの指導をしてみたい方まで、どなたでもご参加いただけます。

- とき 3月3日(日)  
9:00～12:00
- ところ アイザックスポーツドーム(八木山)
- 講師 (社)日本ウォーキング協会  
専門講師 西田 富美子氏
- 対象 ウォーキング指導に興味のある方
- 定員 50名(先着)
- 申込み 2月12日(火)～

## 3月

- AED講習会  
2日(土)・体育文化センター
- こども運動あそびプログラム  
2日(土)・東富山体育館
- ウォーキングリーダー講習会  
3日(日)・アイザックスポーツドーム
- 神通川マラソン  
17日(日)・五福公園陸上競技場

### こども運動あそび プログラム



運動あそび(身体を使った遊び)は、基礎的な体力や動きの発達に寄与するだけでなく、心身の発達にも効果的であるとされています。

- とき 3月2日(土)  
9:30～12:00
  - ところ 東富山体育館(老田)
  - 講師 市体育協会スポーツ指導員
  - 対象 小学1・2年生
  - 定員 30組(抽選)
  - 申込み 2月5日(火)～12日(火)
- ※親子で申込み、保護者は講義のみです。

### 神通川マラソン

残雪の立山連峰を眺めながら、清流の神通川沿いを走ります。

- とき 3月17日(日)開会式8:45～
- ところ 五福公園陸上競技場～神通川河畔
- 対象 小学生以上
- 参加料 小学生～高校生1,500円  
一般 3,000円
- 申込み 2月1日までに、所定の申込用紙に参加料を添えて、ゆうちょ銀行または、郵便局の窓口へ  
専用ホームページ(<http://runnet.jp>)からも、申込みことができます。

※参加料の記載がないものは、無料です。  
※申込み・問合せは、市体育協会へ

## マスコットキャラクター募集のお知らせ

スポーツの楽しさが伝わり、親しみやすくインパクトのあるマスコットキャラクターを募集します。

- 応募資格：富山県内の高校・大学・各種団体
- 応募期間：平成25年2月25日(月)必着
- 応募・問合せ先：(公財)富山市体育協会 事務局スポーツ振興係  
富山市湊入船町12-1 富山市総合体育館2F

募集要項等の詳細は、  
問合せ先までご連絡ください。