

平成27年度 宮崎市スポーツ推進委員協議会・・・第3回 自主研修会 ご案内

スポーツ推進委員の皆さんにおかれましては、日頃より各地区・宮崎市での活動お疲れ様です。

前回の第2回自主研修会には多数の皆様にご参加いただきまして、
本当にありがとうございました。

障がい者スポーツについて、実践を交えて楽しく学ぶことができました。
今後は是非、スポーツ推進委員として公使に活かしていただけますと幸いです。

★今年度は、新人の推進委員さんも多数仲間入りされましたので、
社会スポーツ・生涯スポーツを通じた健康増進や地域づくり・
コミュニティづくりの一躍を担うスポーツ推進委員の果たす
役割や様々なスポーツを皆さんと一緒に楽しく学んでいます。



■第3回自主研修のテーマは
「シナプソロジーについて学ぶ」

シナプソロジーとは、簡単な動作や体操を少し変化させた動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図る
ものです。笑顔やコミュニケーションも生まれ楽しく出来ますので、出前講座等の導入にも役立ち、ス
ポーツ推進委員の活動に大いに参考になりますよ・・・

★多数の皆さんのご参加・・・よろしくお願い致します★

1. 主 旨・ 宮崎市のスポーツ推進委員としての経験と資質の向上ならびに交流を図る。
2. 主 催・ 宮崎市スポーツ推進委員協議会（担当：研修部）
協 力・ 宮崎市文化スポーツ課
3. 日 時★ 平成28年3月5日（土）13:30～16:30
■集 合 13:30までに 現地集合・受付
■自主研修 13:45～16:45
4. 場 所・ 北部記念体育館
5. 対 象・ 全委員を対象としますが、地区体育委員さんも可（ただし各地区2名程度まで）
・ 宮崎市文化スポーツ課職員
6. 内 容・ 準備体操（ラジオ体操 + 軽体操） 講 師 研修委員
・ シナプソロジーとは（講義 + 体験） 講 師 シナプソロジー普及会
濱砂 道世 トレーナー
・ 心と体に優しいお料理レシピ紹介 講 師 研修委員
7. 参 加 費・ 無料
8. 服 装・ 特に指定はありませんが、スポーツ推進委員らしい服装のこと。
・ 名札着用
9. 持 参 品・ 体育館シューズ ・水分補給
10. 参加申込・ お申込みは、各地区理事（担当課）にて取りまとめのうえご連絡をお願いします。
「自主研修出欠表」に記入のうえ、FAXにてお申し込みください。（※切 2/26（金）

○印を付けてください

| 地区名等 | 参加者・氏名 | 所属 | | 連絡先 | 推進委員欠席理由 |
|------|--------|------|-------|----------|----------|
| | | 推進委員 | 地区体育員 | (できれば携帯) | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

記入者 地区 ()
 氏名 ()
 連絡先 ()