

II 社会体育事業

1 指導者養成研修事業

(1) 長野県体育センター研修講座

① 生涯スポーツ研修講座

No	講座名	期日	定員	受講者	講師	研修内容
1	新任スポーツ推進委員のための研修会 ～地域を創るスポーツ推進委員の役割～	5月20日(土)	40	18	新潟医療福祉大学 副学長 西原 康行 障がい者スポーツ支援センター サンスポート 指導員	[講義Ⅰ・実習Ⅰ] [講義Ⅱ・実習Ⅱ] 新任スポーツ推進委員への期待 身近な地域で誰もが参加、楽しめるスポーツ環境を目指して ～パラスポーツ体験から考える～
2	みんなで気軽にはじめるニュースポーツ・パラスポーツ	5月27日(土)	60	24	長野県体育センター 専門主事	[講義・紹介] [実習] ニュースポーツ・パラスポーツの考え方 ニュースポーツ・パラスポーツ体験 ビックルボール モルック スクエアポッチャ シットティングバレーボール
3	指導者が身につけておきたい応急手当と心肺蘇生法	6月3日(土)	60	9	パーソナルジム「カラダのメンテ」 理学療法士 山本 葵 赤十字救急法指導員	[講義] [実習] 指導者が身につけておきたい応急手当 AEDを含む心肺蘇生法の実際
4	スポーツを楽しむためのコミュニケーションスキル ～ペップトーク～	7月22日(土)	60	41	一般財団法人 日本ペップトーク普及協会 徳武 有紀	[講義Ⅰ・演習Ⅰ] [講義Ⅱ・演習Ⅱ] ペップトークを知ろう 実戦に向けたペップトーク活用法
5	体験しよう！多様な武道～空手道・少林寺拳法～	7月27日(木)	20	9	長野県空手道連盟 長野県少林寺拳法連盟	[講義Ⅰ] [実習Ⅰ] [講義Ⅱ] [実習Ⅱ] 空手道の魅力と授業風景 空手道の礼法と基本動作 基本形 少林寺拳法による人づくり 少林寺拳法の基本動作
6	スポーツへ応用できる古武術的身体操法	8月19日(土)	60	29	びわこ成蹊スポーツ大学 教授 高橋 佳三	[講義Ⅰ・実習Ⅰ] [講義Ⅱ・実習Ⅱ] 古武術的身体操法についての基礎理解 スポーツ活動等での応用
7	ケガや故障の予防とテーピング	8月26日(土)	60	36	日本福祉大学 教授 小林 寛和	[講義・実習Ⅰ] [講義・実習Ⅱ] スポーツによるケガ予防の基礎知識 予防の対応方法とテーピングの基礎
8	メンタルトレーニング入門	11月23日(木)	60	34	メンタルトレーナー 加藤 史子	[講義・演習Ⅰ] [講義・演習Ⅱ] 試合で緊張しても実力を発揮できるメンタルトレーニング モチベーションをアップし、 練習の効果を上げるメンタルトレーニング
9	幼少期の運動能力を伸ばすバルシューレ	11月28日(火)	60	28	NPO法人バルシューレジャパン 理事 福士 唯男	[講義] [実習] バルシューレの背景と指導理念 バルシューレ&ミニバルシューレ実技体験
10	学生アスリートの スポーツ栄養の基礎と現場への適応	12月9日(土)	60	15	Eコンディショニング 管理栄養士 村越 智行	[講義] [実習] スポーツ栄養学の基礎理論 目的・目標を考えた栄養摂取
	10講座	合計	540	243		