家族でも取り組んでみたいと思われる方！

これから指導者として活動しようとしている方！

指導者やボランティアで活躍中の方！

National Institution For Youth Education
独立行政法人 国立青少年教育振興機構
「子どもゆめ基金助成活動」

体験の風をおこそう

指導者養成講習会

子どもの体験活動における

「ケガ防止対策」

kegabousi_mie

三重県会場

日程 2019年 **12月22日（日）** 10:00～16:30 受付9:30～

場所 **津市青少年野外活動センター**
〒514−0824
三重県津市神戸1680−1
059−228−4025

対象 子どもの体験活動の指導者やボランティアとして活躍する高校生以上の方
「ケガ防止対策」の正しい理解と技術の習得、その普及に関心のある方
（子ども会関係者、スポーツ指導者、学校関係者など、どなたでも）

定員 **60名** 程度（定員になり次第、〆切らせていただきます）

参加費 **1,000円** ケガ防止対策マニュアルと指導書
弁当代・飲料水代含む

持ち物等 筆記用具、 動きやすい服装、 室内用運動靴

申込方法 裏面をFAX ⇒ 059−233−1169 三重県子ども会連合会事務局 担当 ： 阪井
またはWEBで ⇒ https://www.kodomo-kai.or.jp/kegabousi_mie/ （全子連HP）

講習会ではケガの種類や発生要因など、「ケガ」そのものへの理解を深め、起こりやすいケガの予防や、起きてしまったあとの適切な対応、応急処置の方法を学びます。

河野 徳良 氏
日本体育大学准教授
侍ジャパン（野球日本代表）
ヘッドトレーナー

1964年、兵庫県出身。日本体育大学卒業後、日本鍼灸理療専門学校からインディアナ州立大学大学院を経て、現在、日本体育大学准教授、硬式野球部長。アスレティックトレーナーの養成に携わる一方で、侍ジャパン（野球日本代表）のヘッドトレーナーとしてシドニー、アテネ、北京五輪に参加。WBCには第1回から帯同している。

安達 瑞保 氏
日本体育大学助教　日本スポーツ協会 公認スポーツ栄養士
監修『日体大の超簡単ダイエットレシピ』JTBパブリッシング、
オリンピック強化スタッフ（卓球）など

栄養バランスの良い食事がケガに強い身体づくりに欠かせないことを理解し、主食、主菜、副菜の整った食事になっているか確認する方法を学びます。また熱中症対策、感染症の予防など、子どもの体験活動にすぐに役立つ最新知識を習得します。

相場 奨太 氏
日本体育大学卒　東都大学軟式野球連盟 理事長
東京都北区立西浮間小学校 主幹教諭

楽しみの中で、子どもたちが自然とコーディネーション能力を高め、ケガから自分の身を守る能力を培っていくメカニズムを理解し、その重要性を確認していきます。コーディネーショントレーニングを意図的、効果的、継続的に行うための方法を学び、それぞれの活動プログラム中に組み入れて実践できるよう体感していただきます。

久保 誠司 氏
日本体育大学助教　日本スポーツ協会 公認アスレティックトレーナー
日本体育大学硬式野球部トレーナー

ウォーミングアップとクーリングダウンの利点や方法、効果、注意点、状況に応じた手順を実際に体験しながら学びます。それを行うことが次の活動やその後の日常生活に及ぼす効力を学び、ケガ防止のために習慣化させる必要性への理解を深め、子どもの体験活動のプログラムの中に組み込めるよう体得していただきます。

＊最近の考え方が聞けたから、良かったです。このような話は、なかなか聞くチャンスがないです。（50代男性）
＊子供の体と大人の体の違いを知ることが出来て、今まで誤った指導をしていたと反省しました。（40代女性）
＊ケガの対応で、どのようにアイシングをし、その後の対処法を知れて良かった。（20代女性）
＊成長期の子供の食事のとり方を、改めて理解できた。心と体は相関していることも理解できました。（70代男性）
＊ウォーミングアップの中にもいろいろな方法・効果があると初めて知りすごく勉強になりました。（40代男性）
＊同じストレッチでも一つ動きを変えたり加えることで伸ばせる筋肉が変わるのを子供達にも伝えていきたいです。（40代男性）
＊遊びと主運動のつなぎが長年の課題でした。頭の中がすっきりしました。楽しかった。（60代男性）

平成30年度 修了生の声・講習風景

修了証を発行いたします

	カリキュラム・時間割	時間
1	ケガの種類と発生要因の理解（講義）	60分
2	ケガと応急処置（講義）	45分
3	ケガをしないための食事（講義）	45分
	昼食	
4	ウォーミングアップ・クーリングダウン（講義）	45分
5	ストレッチング（実習）	45分
6	コーディネーショントレーニング（講義・実習）	60分
	計5時間	

申込期限 12/16（月）

お申込みはFAXで 059−233−1169 三重県子ども会連合会事務局 担当:阪井
またはWEBで ⇒ https://www.kodomo-kai.or.jp/kegabousi_mie/ （全子連HP）

（ふりがな）参加者名	※修了証作成のため楷書でお願いします	ご住所	〒 ※修了証管理のため必ずご記入ください
年令 ／ 才	所属	連絡先TEL	
性別 ／ 男・女			

お問い合わせ
お申込み・会場について 059-233-1165 三重県子連事務局 担当：阪井
プログラムの内容について 03-5319-1741 全子連事務局 担当：梅野・御園生

主催：公益社団法人全国子ども会連合会
三重県子ども会連合会
津市子ども会育成者連合会
後援：三重県 ・ 三重県教育委員会
津市 ・ 津市教育委員会
三重県ＰＴＡ連合会 ・ 日本ボーイスカウト三重連盟
一般社団法人三重県ＰＴＡ安全互助会

★申込みに記載の個人情報は、「子どもの体験活動におけるケガ防止対策」にかかる事務連絡と、修了証発行記録に使用させていただきます。なお、活動中の様子を当団体の事業に関する報告書や広報・報道記事等に使用し、ホームページにも掲載させていただくことがありますのでご了承ください。
★この活動は、子どもゆめ基金（独立行政法人国立青少年教育振興機構）の助成金の交付を受けて行っています。