

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!

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」



旭川市会場

日程

2019年 **9月28日(土)** 10:00~16:30 受付9:30~

場所

旭川市障害者福祉センター「おびった」体育館

〒078-8391
旭川市宮前1条3丁目3番7号
TEL: 0166-45-0750(代表)

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 ⇒ 011-271-4152 北海道子ども会育成連合会事務局 担当: 木村
またはWEBで ⇒ www.kodomo-kai.or.jp/kegabousi_asahikawa/ (全子連HP)



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。



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
日本体育大学講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。

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。

- * 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。心と体は関連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ることが出来ました。(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がり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 9/18 (水)

お申込みはFAXで 011-271-4152 北海道子ども会育成連合会事務局 担当：木村
またはWEBで ⇒ http://www.kodomo-kai.or.jp/kegabousi_asahikawa/ (全子連HP)

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

お問い合わせ

お申込み・会場について 011-271-4152 北海道子連事務局 担当：木村
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
一般社団法人北海道子ども会育成連合会
旭川市青少年育成部連絡協議会
後援：北海道 ・ 北海道教育委員会
旭川市 ・ 旭川市教育委員会

★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。