

FITNESS and SPORTS PRIME

季刊誌プライム 2017夏号

プールは気持ちいいだけの場所じゃない。
水の素晴らしい力をあなたは知っていますか？

特集

プールのメリットまるわかり
水中運動のススメ

その他のトピックス

7.8.9 月の行事予定
短期教室等のご案内
施設便り

9 月再び開催！走り方教室
イチマルイチ
公園の守人101 知られざる男たちの職人仕事
お待たせしました！スポーツプログラム再開
藤崎台グラウンドキーパーの隠れたプロ仕事
ビームライフル無料体験
など

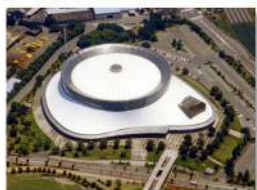
みどり通信

【指定管理施設】

熊本県民総合運動公園（パークドーム熊本）



熊本県立総合体育館



藤崎台県営野球場



熊本県総合射撃場



熊本県スポーツ振興事業団・ミズノグループ

〒861-8012

熊本市東区平山町 2776 番地 陸上競技場 内

TEL:096-380-0782 FAX:096-389-7280

<http://www.kspa.or.jp> E-mail: kkwing@kspa.or.jp

特集

水中運動のススメ

プールは、しばしば暑い時期に涼を得る目的で利用されますが、実は健康づくりにおいても陸上の運動で得ることができないメリットが存在することをご存知ですか？今回は夏号らしく、水の持つ不思議な力にスポットを当てて、水中運動の素晴らしさをお伝えします。

水の4大特性

陸上と全く異なる水中の環境では、浮力・抵抗・水圧・水温という4つの特性が身体に様々な影響を与えます。それらがもたらすメリットは

どんな方でも

老若男女問わず、関節痛を抱えた方からアスリートまで安全で効果的に運動ができる

どんな運動でも

ストレッチ、有酸素運動、筋力トレーニングなど自分の目的とする運動ができる

様々な効果が得られる

関節痛の緩和・改善、むくみ改善、体温調節機能の改善、ダイエット
関節可動域の拡大、筋力 UP、体力（心肺持久力）UP、その他、、、

という素晴らしいものばかり。プールは陸上よりもいいトコ取りができてしまうフィールドなんです。それでは、水の4大特性について具体的に紐解いていきましょう。

浮力

水中には人間を重力から解放する力「浮力」が存在し、体重を軽減します。肩まで浸かれば体重はなんと約 10 分の 1 程度まで軽くなるため、過体重の方や、関節痛を抱えた方もプールでは快適に運動ができます。また、陸上で立つ姿勢を保つため常に緊張している筋肉が、重力のない水中ではリラックスして伸びやすくなります。プールの中では、意識的に体を大きく動かすことで高いストレッチ効果が得られるため、関節可動域の向上や関節痛の改善が期待できます。

抵抗

水の抵抗は空気の約12倍。水中で行う全ての動きに強い負荷を与えて高いエネルギー消費をもたらします。実際に水泳の消費エネルギーは並みの運動では太刀打ちできないほど高く、水中運動はダイエットにも有効です。また、水抵抗を最大活用すると、水中で筋力トレーニングも可能になり、プールひとつでオールインワンのジムのように多彩な運動が行えます。

水圧

体を押しつぶす水圧は、下肢から心臓へ向かう血液循環を良好にしてくれる天然のマッサージ師であり、肺の動きに負荷を与え鍛えてくれるトレーナーでもあります。足のむくみに困る女性だけでなく、高い肺活量や心肺持久力の獲得を目指すアスリートにも、水圧のあるプールは有効です。

水温

水の中では、陸上に比べ約27倍の早さで体温が奪われていくため、体温を一定に保つために体が勝手にエネルギーを消費しながら熱を作り続けてくれます。また、このような体温調節機能が向上すると、風邪を引きにくくなるなど健康的な体づくりにも効果的です。

いかがでしたか？次のページでは実際にプールで行う運動について紹介していきます。

あなたの好みは、どのエクササイズ？

プールで行えるエクササイズは主に3つ。多少勝手が違ってても、どれも優れた運動であることは間違いありません。教室としても展開している内容ばかりなので、自分の好きなものから始めてみましょう！

水中ウォーキング

自分で運動したい人に、まずおススメしたい水中運動です。しっかり行えば高いエネルギー消費も期待でき、筋力トレーニングとの相性も◎。



▶水中ウォーキング教室

自分で行う水中ウォーキングのレベルを上げるために、基本から応用までを分かり易く教えます。

- パークドーム熊本で短期教室として秋頃開催予定
- 県立総合体育館で短期教室として開催予定
- ※現在は休止中

アクアビクス

有酸素運動や筋トレなどに加え、音楽に合わせる楽しさも忘れないグループエクササイズ。指導者が効果的な内容を展開します。楽しく水中運動をしたい方、飽きっぽい方には特におススメしたいプログラムです。



▶KSPA・ミズノアクア

アクアダンスを中心に、筋力トレーニングや道具を使ったメニューも入れています。

- パークドーム熊本で毎週月・木曜日開催
- 県立総合体育館で毎週月・金曜日開催
- ※現在は休止中

スイミング

技術こそ必要としますが、水泳の特徴は高いエネルギー消費。ダイエットにも非常に有効です。自分でも行えますが、指導者に美しい泳ぎを習うのも効果的です。



▶スイミング教室

クロールを自分に合ったレベルで学べます

- パークドーム熊本で毎週水・木曜日開催
- 県立総合体育館で毎週水・木曜日開催
- ※現在は休止中



▶ハートフルスイミング

身体に障がいのある方を対象としたプログラム。専門の資格を持った指導者が、それぞれの目的に合わせて指導します。

- パークドーム熊本で毎週月曜日開催

管理施設のご案内

熊本県立総合体育館

施設の復旧工事に伴い利用休止中



◇プール

25m×6コース
子ども用プール有

◇営業時間

10:00～21:00

◇定休日

火曜日

◇料金

区分			
7月～9月	大人	1人2時間につき	280円
	中学生		130円
	小学生以下		90円
10月～6月	大人	1人2時間につき	400円
	中学生		180円
	小学生以下		130円

※2歳以下は無料

※その他回数券もあり

パークドーム熊本



◇プール

25m×5コース
ジャグジー、子ども用プール有

◇営業時間

10:00～21:00

◇定休日

火曜日

◇料金

区分			
7月～9月	大人	1人2時間につき	220円
	中学生		100円
	小学生以下		70円
10月～6月	大人	1人2時間につき	390円
	中学生		200円
	小学生以下		150円

※2歳以下は無料

※その他プリペイドカードもあり

施設・教室について詳しくは、事業団ホームページでご確認いただくか、施設へお問合せください。



ホームページ

短期教室紹介

熊本県民総合運動公園

問合せ先：096-380-0782

走り方教室

小学生を対象に、より速く走るための基本動作やスタートダッシュのコツをわかりやすく伝授します。運動が苦手な子も楽しく参加できます。

- ①開催日時：9月予定
- ②会場：陸上競技場
- ③定員：30名
- ④参加費：1,000円



パークドーム熊本

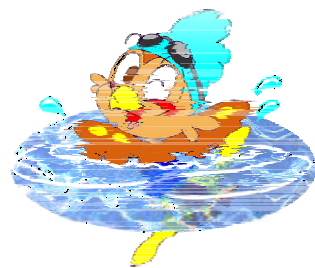
問合せ先：096-388-2180

夏休み小学生の水泳教室

泳ぎの苦手な小学生（1年生～3年生）を対象にした教室を開催します。

これから、夏休みになると海や川、プールなどの水周りで遊ぶ機会が多くなると同時に、泳げないとそれだけで危険性が増します。そのような子ども達の泳力をアップさせ、安全に楽しく遊べるように教室でお手伝いします。体育の授業だけではなかなか上手に泳ぐことができない小学生に、それぞれのレベルにあった指導を行います。

- ①開催期日：7月24～8月3日（火・土・日を除く）全7回
1部 9:00～10:00
2部 10:15～11:15
- ②会場：室内温水プール
- ③定員：1部30名・2部30名（定員を超えた場合は抽選となります）
- ④参加費：4,200円



短期教室紹介

熊本県立総合体育館

問合せ先：096-356-1233

体操教室

小学生を対象に、マット、鉄棒、跳び箱に限定した苦手克服のための教室です。身体の使い方を丁寧に指導します。

- ①開催日時：9月予定
- ②会場：中体育室予定
- ③定員：20名
- ④参加費：1,000円



運動会必勝塾&足型測定

小学生を対象に、より速く走るための基本動作やスタートダッシュのコツをわかりやすく伝授します。併せて、足型測定（正確な足のサイズ、圧力のかかりかた測定）を行います。

- ①開催期日：9月予定
- ②会場：中体育室予定
- ③定員：20名
- ④参加費：2,000円
- ⑤対象：小学生（3年～6年生）



通年教室紹介

藤崎台県営野球場

問合せ先：096-322-3367

ホークスキッズベースボールスクール

元プロ野球選手の直接指導が受けられる野球教室です。無料体験会も毎月開催していますので、お気軽にご参加ください。

- ①開催日時：毎週金曜日
幼児クラス 17:00～18:00
小学生クラス 18:10～19:40
- ②会場：藤崎台県営野球場（雨天時は変更になる場合もございます）
- ③定員：幼児クラス（5～6歳）、小学生クラス（1～3年生）各30名
- ④参加費：入会金5,400円（ユニフォーム代別途）
月謝 幼児クラス5,400円、小学生クラス6,480円



INFORMATION 7月～9月の主な行事予定

陸上競技場(えがお健康スタジアム)・補助競技場 TEL:096-380-0782

月	日	行 事 名	施設名
7月	2日	第45回高校学年別陸上競技大会	陸上競技場・補助競技場
	8・9日	第72回国民体育大会最終選考会（陸上競技）	陸上競技場・補助競技場
	14～16日	第63回全日本中学校通信陸上熊本大会	陸上競技場・補助競技場
	28～30日	第32回中学陸上競技選手権大会	補助競技場
8月	11日	熊本マーチングフェスティバル	陸上競技場
	13・14日	ミズノカップ（サッカー競技）	陸上競技場・補助競技場
	17～22日	平成29年度全日本中学生陸上選手権大会	陸上競技場・補助競技場
	26・27日	第47回Jrオリンピック陸上	陸上競技場・補助競技場
	28日	第17回全国障がい者スポーツ大会	陸上競技場
9月	9日	ミスターチルドレンコンサート	陸上競技場
	15～17日	平成29年度九州高校新人陸上競技大会県予選大会	陸上競技場・補助競技場
	20日	天皇杯全日本サッカー選手権大会4回戦	陸上競技場

ロアッソ熊本 ホームゲーム

月	日	行 事 名	主催者
7月	1日	2017 J2 第21節 v s 東京ヴェルディ	 (株)アスリートクラブ熊本 〒862-0954 熊本市中央区神水3丁目 10-10 片岡ビル TEL:096-283-1200 FAX:096-283-1300
	16日	2017 J2 第23節 v s ジェフユナイテッド千葉	
	30日	2017 J2 第25節 v s 名古屋グランパス	
8月	16日	2017 J2 第28節 v s FC岐阜	
	26or27日	2017 J2 第30節 v s ファジアーノ岡山	
9月	2日	2017 J2 第31節 v s FC町田ゼルビア	
	16or17日	2017 J2 第33節 v s レノファ山口FC	

熊本県民総合運動公園 公園受付 TEL:096-380-7599
メインテニスコート TEL:096-389-2870

月	日	行 事 名	施設名
7月	22・23日	熊本県中学校総合体育大会ラグビー競技	ラグビー場
	22・23日	熊本県中学校総合体育大会テニス競技	メインテニスコート
8月	5～7日	第14回RKK旗選抜学童軟式野球大会	軟式野球場A・B ソフトボール場A・B
	7・8日	九州中学校総合体育大会ソフトテニス競技	メインテニスコート
	11～15日	ハヤカワ旗少年軟式野球大会	軟式野球場A・B ソフトボール場A・B
	16・17日	第7回全日本女子小学生・中学生軟式野球ろうぎん杯九州大会	軟式野球場A・B
	22～24日	九州中学生ソフトテニスの集い	メインテニスコート
9月	2・10・16・18・23・25・30日	第38回熊本市小学生軟式野球大会	ソフトボール場A・B
	2・3日	第45回全日本社会人ソフトテニス選手権大会	テニスコートA・B メインテニスコート
	3・10日	九州学生アメフト連盟秋季リーグ戦	スポーツ広場
	14・15日	第50回九州地区農大親善体育大会	軟式野球場A・B スポーツ広場
	16～18日 23日	第61回熊本県専修学校各種学校連合会体育大会	軟式野球場A・B ソフトボール場A・B メインテニスコート スポーツ広場

パークドーム熊本 TEL:096-388-2180

月	日	行 事 名
7月	14日	第54回九州沖縄地区国立高等専門学校体育大会 テニス競技
	16日	第51回交通安全子供自転車熊本県大会
	24日	JFAキッズサッカーフェスティバル
8月	9日	熊本県高等学校夏季テニス選手権大会
	13日	火の国トレセン大会
	23～24日	九州中学生ソフトテニスの集い
	26日	第12回Step3競技者育成プログラム九州ブロック選考会
9月	2～3日	第45回全日本社会人ソフトテニス選手権大会
	16日	第72回熊本県民体育祭人吉球磨大会
	20日	マリスタ祭体育発表会
	22日	尚絅中学・高等学校体育祭
	23～24日	熊本県高等学校テニス新人大会
	29日	東海大学付属熊本星翔高等学校体育祭

熊本県立総合体育館

TEL:096-356-1233

月	日	行 事 名	施設名
7月	9・16日	熊日学童五輪 体操競技	大体育室
	22～24日	熊本県中学校総合体育大会体操競技	大体育室
	30日	熊日学童五輪 バレーボール競技	大体育室
8月	4・5日	九州中学校総合体育大会空手道競技	大体育室
	19～20日	熊日学童五輪 バドミントン競技	大体育室
	26日	第42回日本ハンドボールリーグ熊本大会開幕戦	大体育室
	27～29日	第68回全九州学生秋季卓球選手権大会	大体育室
9月	9～10日	第43回九州ママさんバレーボール熊本県大会	大体育室
	22～23日	第39回全九州レディースバドミントン選手権大会	大体育室

藤崎台県営野球場

TEL:096-322-3367

月	日	行 事 名
7月	9～24日	第99回全国高校野球選手権熊本大会
	28～30日	第62回全国高等学校軟式野球選手権南部九州大会
8月	5日	全早慶野球戦 熊本大会
	12・13日	熊本県高校野球OB大会
	14～16日	姉妹校親善野球大会
	17・18日	高校野球熊本市内新人戦
	21～23日 26日	
9月	9・10日	ティアラカップ熊本大会（女子プロ）
	16～30日	第141回九州地区高校野球熊本大会

熊本県総合射撃場

TEL:096-288-8805

月	日	行 事 名	施設名
7月	1～2日	第二次熊本公式大会	クレ射撃場
	2日	第3回九州小・中学生ライフル射撃大会	ライフル射撃場
	8～9日	第二次長崎公式大会 西日本選手権	クレ射撃場
	17日	一般射撃大会及びブロック選考会	クレ射撃場
8月	5～6日	第二次宮崎公式大会	クレ射撃場
	13日	第三次熊本公式大会	クレ射撃場
9月	10日	第十二回安全狩猟九州猟友会射撃大会	クレ射撃場
	24日	熊本市杯 一般射撃大会	クレ射撃場

※予定は変更される場合があります。詳しくは施設へお問い合わせください。
また、月行事予定は事業団ホームページ（<http://www.kspa.or.jp>）にも掲載いたします。

施設便り 熊本県民総合運動公園

走る力が身に付く教室

熊本県民総合運動公園
5月20日 走り方教室開催報告

9月再び開催！

県内多くの小学校が運動会を直前に控えた5月20日（土）。陸上競技場では走ることが苦手な小学生を対象に、走り方教室を開催しました。走る力を伸ばすための基本動作やコツを学び、運動会で活躍しようというテーマで募集したところ、定員を遙かに上回るお申し込みがあり、急きょ定員を拡大して男女31名での教室となりました。



教室では、体の軸の保ち方や足の回転の上げ方などをみんなで楽しく学び、最後に練習の成果を50メートル走のタイム計測で発揮してもらいました。結果はとても良好で、「記録を更新した！」「フォームが見違えるほど良くなった！」など、たくさんの喜びの声を聞くことができました。走り方教室、次回も小学生を対象に9月開催します。是非ご参加ください。



熊本県民総合運動公園で、利用者の方々へ安心・安全な環境を常に提供し続けている男たちの存在をご存知ですか？
その男たちとは、運動公園施設管理課（通称：101）のメンバーのこと。一般的に、これだけ広大な施設の管理は管理者から専門業者に委託されることも多いのですが、驚くことに彼らは公園内の芝・植栽・遊具の管理と修繕、大会や試合の準備など多岐に渡る業務を自主作業で行っています。まさに公園の守人、事業団が誇る最強の施設管理チームです。



皆さんが試合で見るフィールドに描かれたラインも101の仕事。ロープを正確にまっすぐ張り、ラインカーのガイドとロープの幅を一定に保ちながら完璧なラインを引いています。その技術と勘は一朝一夕で身に付くものではなく、ひたすら練習で磨き続けなければ得ることはできないと彼らは話します。確かな技術が生み出す美しいラインはプロの公式戦でも評価が高く、施設外や県外からもその職人技は重宝されています。公園内で101メンバーに遭遇することがあれば、是非その仕事ぶりに注目してみてください！

施設便り パークドーム熊本

お待たせしました！スポーツプログラム再開しました！

5月8日（月）、長らく休止していた KSPA・MIZUNO スポーツプログラムがようやく再開できました。再開初日から多くの方にご参加いただき、感謝の気持ちで胸がいっぱいになりました。本当にありがとうございます。スタッフ一同、この気持ちを精一杯レッスンに反映させていきたいと思っておりますので、これからも宜しくお願いします！！



KSPA MIZUNO スポーツプログラム

初心者が、気軽に一步目を踏み出せる参加スタイルとプログラムが魅力。新しい運動習慣を身に付けたいとお考えの方は、KSPA・MIZUNO スポーツプログラムから始めてみませんか？託児サービスもございますので、是非ご利用ください。



詳しく知りたい

※スポーツプログラム会員登録に別途 250 円必要です。プログラム料金は各 500 円です。（一部のプログラムは料金が異なりますので、お問い合わせください。）

日本プロ野球名球会 ちびっこベースボールフェスタ in 熊本



レジェンドとのふれあいに子ども達からも笑顔が溢れた。写真右から：和田一浩さん、野村謙二郎さん、秋山幸二さん、東尾修さん、古田敦也さん、前田智徳さん

4月23日（日）日本プロ野球名球会から6名の選手がパークドーム熊本に来場し、子ども達に元気を与える復興支援として、小学生と「投げる・打つ・走る・捕る」基本と一緒に楽しむ野球イベントを開催しました。郷土出身の秋山さん、前田さんをはじめ、かつてお茶の間を湧かせた名選手とのふれあいは、笑顔いっぱい楽しんだ子ども達だけでなく、後ろで見ていた保護者の皆様にもたくさんの元気を与えていました！



【写真】東尾さんの投球指導



【写真】和田さんのバッティング指導



【写真】古田さんの投球指導



【写真】秋山さんのバッティング指導

施設便り 熊本県立総合体育館



B.LEAGUE 2016-2017season Kumamoto 熊本ヴォルターズ復興支援マッチ



熊本地震から1年となる4月16日。県民の誰もが様々な思いを巡らせたこの日、県立総合体育館ではB.LEAGUE 第27節 熊本ヴォルターズ VS 香川ファイブアローズ戦が、復興支援マッチとして開催されました。会場をチームカラーの赤一色に染めた約2,700名の観客に積極的なプレーで応えたヴォルターズは、1Qから香川に終始リードを許さず96対85で勝利！スポーツの力で復興を進める強い決意を、プロらしく熱いプレーで私たちに伝えてくれました。今秋、2年目のシーズンが幕を開けます。私たちに元気をくれるヴォルターズのホームゲームを、県立総合体育館で応援しましょう！！

A 駐車場花通り

通りを彩る鮮やかな花々が表すのは、訪れる方へ向けた元気のおもてなしです。



ペチュニア



シバザクラ



サルビア

マリーゴールド

この春やって来た、新しい花々4種類 300本が、皆さんを元気にお迎えします。体育館へお越しの際には、美しい色彩のおもてなしを是非一度ご覧になってください♡

フ
ガ
レ
ッ
シ
ュ

管理課運営係 管理栄養士 奥村 友梨

専門競技：ソフトテニス

皆様が、安全に楽しくご利用できるよう管理・運営を心掛けます。また、管理栄養士としても運動や食事のご相談にのりますので、お声掛けください！

フ
ボ
ー
イ
ッ
シ
ュ

管理課運営係 堀 丈人

専門競技：ラグビー

管理運営、トレーニング指導をお客様に提供していけるように頑張ります。筋トレが大好きです！宜しくお願い致します！！

夏の職員紹介

施設便り 藤崎台県営野球場

11年ぶりの開催！プロ野球公式戦 巨人 VS ヤクルト



昨年の熊本地震や雨天などの影響により、実に11年ぶりの開催となった巨人戦。4月18日に行われたVSヤクルト戦は3-0で巨人が勝利しました。また、熊本を想う郷土出身の立岡選手（巨人）山中選手（ヤクルト）が攻守それぞれに活躍を見せ、集まった観客を大いに湧かせてくれました。

読売巨人軍よりバッティングゲージ贈呈！

熊本地震復興支援（社会貢献活動「Ghands」）の一環として、読売巨人軍よりバッティングゲージの贈呈がありました。これから大切にに使わせていただきます。ありがとうございました。



藤崎台グラウンドキーパーの隠れたプロ仕事

さて、華やかな舞台の裏には、藤崎台グラウンドキーパーの活躍があります。プロ野球ではピッチャーの投球時、安定感を出すためにピッチャーマウンドとブルペンの踏み出し部分を硬くして欲しいと要望があるため、藤崎台グラウンドキーパーが一部をプロ仕様に転換させることで、万全のグラウンドを作り上げています。

プロ仕様 転換作業



掘り起こし → 荒木田土を入れる → ハンマーや機械で固める → 完了

転換作業では、大型機械で踏み出し部分を深さ10cmほど掘り返し、その穴に大相撲の土俵にも使われている硬い土『荒木田土』を入れます。ハンマーや機械で固め、2～3日乾燥させてレンガのような硬さにした後、その上に黒土を乗せて仕上げてプロ仕様マウンドを完成させます。因みにプロ野球後は一般の利用があるため、速やかに元の仕様へ復旧しなければなりません。

その他にもミリ単位のマウンド高さ調整など、プロ目線のシビアな基準にも対応し、プロアマを問わず快適な環境を提供し続けているのが藤崎台のグラウンドキーパーなのです。いい施設の裏にはいい職員がいる。是非、彼らの仕事にも注目してください。



施設便り 熊本県総合射撃場

体力勝負じゃない
重要なのは
照準を合わせる
集中力

誰にでもチャンスがある

射撃競技

射撃競技で重要とされるのは、体力よりも照準を合わせる集中力。スポーツとしては珍しく、年齢や体格に左右されない競技特性を持つため、「誰もが平等に競い合える正真正銘のスポーツ」とも言われています。一方で競技人口は少なく、お子様が活躍できる可能性も高い、狙い目の競技です。

気軽に始められる射撃競技「ビームライフル」

本格的に競技を行うためには銃に関わる様々な許可が必要となりますが、光線銃「ビームライフル」は許可を必要としないため、お子様も安全に射撃を楽しむことができます。実力が付けば選手としても活躍できる可能性が高い種目ですので、まずは遊び感覚からお子様の才能を探ってみてはいかがでしょうか？



本格的な射撃競技に必要な、猟銃や空気銃の使用・所持には、公安委員会からの許可が必要となる。

👉 ジュニアビームライフル教室のご案内



平成29年度の教室開催については、7月からを予定しています。

- ・場所：熊本県総合射撃場 ライフル棟内ビームライフル場
- ・日時：毎月第4日曜日 10:00～12:00（2時間）
- ・教室受講対象：小学1年生～中学3年生
- ・参加料：500円（当日受付）

※事前に会員登録申し込みが必要になります。詳しくは射撃場管理事務所までお問い合わせください。

👉 今ならパークドームでビームライフルを無料体験できます！



市内にお住まいの方へ。射撃場まで足を運ばなくてもパークドームでビームライフルが体験できます。しかも無料！気軽に参加できる射撃体験に是非お越しください。

- ・場所：パークドーム熊本 情報ピット
- ・日時：7月28日までの毎週 木・金曜日 18:00～21:00
- ・対象：興味のある方なら誰でも体験できます
- ・参加料：無料

第4回 みなまたローズマラソン開催！



【写真】これ以上ないほどの快晴の元、スタートの号令と同時に1,400名のランナーが元気良く飛び出した

完走後は今年から採用された飛び賞と、例年通りの全ランナー対象抽選会！ラッキーな当選者たちに私たちの協賛したミズノ商品も渡り、大変喜んで頂きました。久しぶりにたくさんの笑顔に出会えたローズマラソン、また来年が楽しみです。



飛び賞当選者



抽選会当選者

快晴に恵まれた5月14日（日）、「第4回みなまたローズマラソン」が開催され、エコパーク内は3km・5km・10kmの各コースにエントリーした1歳～86歳、約1400名のランナー（遠方は長野、茨城、神奈川からの参加も！）で大盛況となりました。また、3kmのコースにはスタートとゴール間でランナーを応援するくまモンの姿が！大人気キャラの登場というサプライズに、コース上ではにわかにハイタッチ渋滞が起きていました。



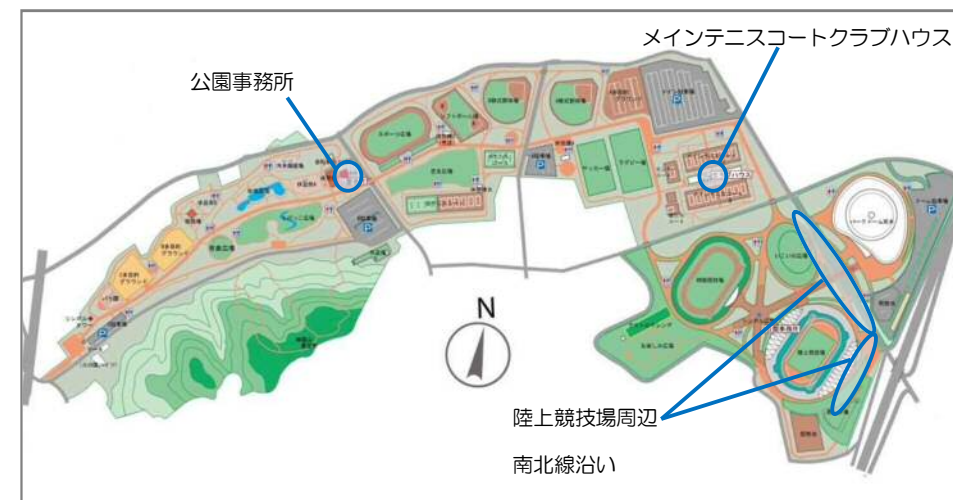
【写真】愛くるしいフォルムと動きに、つい足が止まるランナーたち



【写真】大人も子どももマラソンを楽しむ姿が印象的でした

夏花壇・プランター

運動公園の花壇・プランターは年2回（春・秋）植え替えを行いますが、今春も夏～初秋に向けた整備を行っています。公園事務所玄関前及びメインテニスコートクラブハウス玄関前の花壇、陸上競技場周辺～南北線沿いのプランターには、マリーゴールド・サルビア・メランポジウムなどの夏花が彩を添えますので、運動公園にお越しの際にはご覧ください。※花の種類は、一部変更になる場合がありますので、ご了承ください。



表彰されました！！

熊本県スポーツ振興事業団の坂田礼司（施設管理課長）が5月28日（日）大阪学院大学にて行われた日本トレーニング指導者協会第11回総会において「優秀トレーニング指導者賞」を受賞！！

この賞は、全国で5名のみが選出され、^{そうそう}錚々たるトレーニング指導者の中の1人に選ばれました。



【左：坂田礼司】



【左から5人目：坂田礼司】

受賞コメント

熊本県スポーツ振興事業団と日本トレーニング指導者協会との共催事業に従事し長年の功績が認められ、また震災復興支援も兼ねた全国でも稀有なセミナーを企画開催できたことも評価されたのではないかと思います。

遊びにおいて ふるさと広場 複合遊具完成



天候の影響もあり、完成が遅れましたが、ふるさと広場の遊具が完成し、5月20日から利用を開始しております。滑り台、ターザンロープなど色々な遊びができる大きめの複合遊具です。ぜひ遊んでみて下さい。

Hello!!

遊具下からの全景

公益財団法人熊本県体育協会 < 社会体育 × スポーツ指導者の育成・養成 = 地域スポーツの充実 >

【社会体育移行について】

熊本県教育委員会から「児童生徒のための運動部活動及びスポーツ活動の基本方針」が策定され、地域資源（住民・施設等）を活用し適切で充実した児童のスポーツ環境を整備することを目的として、各市町村において今後平成 30 年度までに地域の実情に合わせて小学校運動部活動が社会体育移行へ移行されます。

【スポーツ指導者の育成・養成の必要性について】

社会体育移行に際しての課題として、活動施設や時間帯、移動手段、学校や関係団体との連携など多岐にわたります。

また、指導者については、地域住民等が指導者として携わることになりますが、子どもたちの可能性を最大限に引き出すためには、スポーツの楽しさを伝え、安全かつ効果的に指導をする「指導者の資質向上」が重要となります。

【熊本県体育協会における指導者育成・指導者養成について】

熊本県体育協会では、社会体育の受け皿である「スポーツ少年団」や「総合型地域スポーツクラブ」において、スポーツ指導者の育成・養成を行っています。

また、日本体育協会公認スポーツ指導者資格の養成講習会や、研鑽のための研修会などの事業を行っています。

平成 29 年度は、例年行っている事業に加え、これから指導者になる方や指導者資格を持たない方でも受けやすい研修の場を提供するため、日体協委託事業「幼児期からのアクティブチャイルドプログラム普及講習会」や「LIVE ON SEMINAR」、県委託事業「地域スポーツ指導者研修会」を予定しております。

今後も、関係団体と連携し、県内のスポーツ指導者を広く育成するとともに、未来を担う子どもたちのためにも、指導者の資質向上を促進していきます。

●熊本県体育協会関係の平成 29 年度指導者育成・養成事業計画

事業名（主催等）	開催期日・会場	内容
ヒューマンエラー防止研修会 (主催：日本体育協会、総合型地域スポーツクラブ全国協議会)	6 月 24 日 植木文化センター	リスクマネジメントに係る法的知識や技能習得に加え、心理的アプローチからリスクマネジメントを学ぶ研修会。
県スポーツ指導者研修会 (主催：日本体育協会、熊本県体育協会、熊本県スポーツ指導者協議会)	6 月 24 日 グランメッセ熊本	スポーツ指導者の資質向上のための研修会。日本体育協会公認スポーツ指導者資格の更新のための義務研修を兼ねる。半日開催。
地域スポーツマネジメント講習会 (主催：熊本県体育協会)	7 月 1 日、2 日 桜の馬場城彩苑多目的交流施設	地域スポーツにおいて中心となる人材の育成やマネジメントスキルを身に付けることを目的とした研修会。
LIVE ON SEMINAR (スポーツ少年団) (主催：日本体育協会、協力：各市町村スポーツ少年団)	7 月 1 日 各市町村会場	スポーツ少年団関係者の研修会としたインターネット端末を利用した全国同時ライブ放送。
LIVE ON SEMINAR (日体協資格取得者) (主催：日本体育協会、熊本県体育協会)	7 月 6 日、7 日、13 日 えがお健康スタジアム	スポーツ指導者の資質向上のための研修会としたインターネット端末を利用した全国同時ライブ放送。日本体育協会公認スポーツ指導者資格の更新のための義務研修を兼ねる。平日夜間開催。
幼児期からのアクティブチャイルドプログラム普及講習会 (主催：日本スポーツ少年団、協力：熊本県スポーツ少年団)	5 月 28 日 光の森町民センター	日本体育協会が文部科学省から委託を受けて制作した「アクティブチャイルドプログラム」の伝達講習会。
幼児期からのアクティブチャイルドプログラム講師講習会 (主催：日本スポーツ少年団、協力：熊本県スポーツ少年団)	9 月 23 日、24 日 熊本学園大学	「幼児期からのアクティブチャイルドプログラム普及講習会」の講師を養成するための講習会。
スポーツ少年団認定員養成講習会 (主催：日本スポーツ少年団、熊本県スポーツ少年団)	10 月～11 月中 会場調整中	ジュニアスポーツ関係・スポーツ少年団の指導者を対象とし、スポーツ少年団認定員の資格取得のための集合講習会。ジュニアスポーツ基礎知識をカリキュラムとする。
スポーツ指導者フォーラム (主催：熊本県体育協会、スポーツ安全協会熊本支部)	1 月上旬 熊本県民交流館パレア	スポーツ医学分野の指導者資質を向上するための研修会。日本体育協会公認スポーツ指導者資格の更新のための義務研修を兼ねる。
地域スポーツ指導者研修会 (主催：熊本県教育委員会、主管：熊本県体育協会)	1 月～2 月中 会場調整中	総合型地域スポーツクラブや市町村教育委員会が委嘱するスポーツ推進委員等の地域スポーツ振興に携わる関係者への研修会。
日本体育協会公認スポーツリーダー養成講座 (主催：日本放送協会学園 NHK学園)	申込年 4 期募集 4 か月間の通信講座	日本体育協会公認スポーツリーダー資格を取得するための養成講座。スポーツの基礎知識をカリキュラムとする。

スポーツ少年団や総合型地域スポーツクラブは、地域の人々が、地域の子どもたちを、スポーツを通じて育てる組織です。社会体育の受け皿の一つとして全国的に活躍しております。

【公益財団法人熊本県体育協会お問い合わせ先】

〒861-8012 熊本市東区平山町 2776 県民総合運動公園陸上競技場内

TEL：096-388-1581 / FAX：096-388-1584

Eメール：main@kumamoto-sports.or.jp / ホームページ：http://kumamoto-sports.or.jp/

- ・日本体育協会公認スポーツ指導者資格に関すること・・・担当：原
- ・スポーツ少年団に関すること・・・・・・・・・・・・・担当：下舞
- ・総合型地域スポーツクラブに関すること・・・・・・・・・・・・・担当：永田・太田黒

