

須磨体育館 機関紙

Suma-gymnasium Bulletin

長田区保育所職員研修 出張指導

7月13日(月)に長田区保育所職員研修「乳幼児救命救急講習会」へ出張指導に行ってきました。約15名の先生方にお集まりいただき、インストラクター資格を持つ講師の方をお呼びいただき指導いただきました。今回は乳幼児という事で、一般的な成人用の人形から、普段見慣れない小児用、また乳児用の人形を使って講習を行いました。最初は映像をみて、

救命率や、救命の連鎖、意義についての講習を行いました。その後は実際にグループに分かれて、CPR、AEDトレーナーを使った実技を行いました。最初は少し緊張されていた先生方も、回数を重ねるごとに動作も素早く的確になってきて、真剣に取り組まれる姿が大変印象的でした。



講習後の質問では、実際の現場でのことを見越した具体的な質問もできました。日々の中では、AED、CPRを実際にすることはなかなかありませんが、だからこそこういった講習会に参加し、いざという時の為に準備しておくことが大切です。

須磨体育館ではこういった市民救命士講習等の出張指導を無料でさせて頂いております。何かございましたらいつでもお気軽にお問い合わせ下さい。



家族が熱い一週間とは？

神戸市が進める「すべての教育の出発点である家庭教育に焦点をあて、皆さんとともに【家族】について考えるキャンペーン」です



親子バドミントン 無料体験

今年も須磨体育館では8月2日(日)に「家族が熱い1週間」イベントとして、午前中は「親子バドミントン無料体験」を開催しました。今年

も講師として株式会社ヨネックスより、講師の方をお招きして開催しました。

最初は怪我をしないよう、しっかりと準備運動をし、その後は簡単なラケットやシャトルの扱い方を教えていただきました。最後は実際に相手とラリーをしたり、ゲームをしたりして楽しみました。最初はうまくシャトルを飛ばせなかった子どもたちも、最後はしっかりと打ち返すことができました。試合では、子どもたちはもちろん、お父さん、お母さんも盛り上がり、皆さん楽しむことができましたようです。



ファミリーラン

8月2日の午後からは、「アシックススキップススポーツチャレンジ」として10m走、バランス歩き、テニスボール投げを行いました。皆さん汗をたくさん流しながらチャレンジすることができました。また同時に、フットスケールと言う測定器を使った足型測定も行いました。お子様の足を実際に測ると、いつもはいている靴は、実は大きかったり、小さかったり意外な発見がたくさんあり、皆さんご満足いただけたようです。



短期ジュニアダンス教室 第一弾

9月11日から9月25日までの毎週金曜日3回の短期ジュニアダンス教室第一弾を開講しました。ダンスで留学経験をお持ちの講師の方に来て頂きました。内容は、音楽なしでのウォーミングアップから始まりました。そして、音楽に合わせてのウォーミングアップ、ダンスの振付練習、最終日に発表会という内容でした。発表会では、お父さんやお母さんに練習の成果を披露することができました。



西須磨はつらつスポーツクラブへ出張指導

9月23日(水祝) 西須磨はつらつスポーツクラブ(神戸市立西須磨小学校)へ出張指導に行ってきました。午前中は幼児と保護者を対象に親子運動の指導をさせて頂きました。はじめにリズム体操と親子でペアになったのストレッチで準備運動をし、玉入れゲームを行いました。その後、マットや跳び箱で作った大きなサーキットで身体を動かしました。短い時間でしたが、お子様だけでなく、親御さんも一緒に楽しく、たくさん体を動かす事ができたとお思います。午後からは年長さんから小学校3年生までを対象に、マット運動・跳び箱運動の指導をさせて頂きました。マット運動も跳び箱運動も、短い時間の中で急激に上達することは難しいので、それぞれのレベルに合った簡単なアドバイスを中心に指導させて頂きました。神経系の発達が進まない年代なのでたくさん動きを行っておくことは、将来の運動の能力にも繋がります。



秋のイベント情報

- 短期ボール運動教室 10月28日(水)
- 短期ジュニアダンス教室 第二弾 11月6日(金)
- ZUMBA無料体験 11月19日(木)
- ケガ予防週間 11月26日(木)
- 12月2日(水) InBody無料測定週間
- 12月1日(火)
- 12月5日(土)



出張指導依頼 大募集!

須磨体育館では地域スポーツクラブへの出張指導の依頼を大募集しています。指導内容は市民救命士講習・跳び箱やマットの指導・体力測定・チエアエクササイズなどです。その他の内容でもお気軽にご相談ください。各クラブからのご依頼お待ちしております。

神戸市立須磨体育館

指定管理者 : (公財)神戸市スポーツ教育協会
 (公財)神戸YMCA (株)アシックス
 所在地 : 〒654-0035 神戸市須磨区中島町 1-2-2
 TEL : 078-734-5588 FAX : 078-734-5512
 WEB : <http://www.kobe-spokyo.jp/suma/index.html>
 [開館] 月~土曜・祝日 9:00-21:00 日曜 9:00-19:00
 [休館] 毎月第1月曜(祝日の場合は翌週月曜)
 年末年始 12月28日-1月4日

