

常陸太田市 スポーツ推進委員協議会 会報

第14号

発行

平成28年5月11日
常陸太田市スポーツ推進委員協議会

会長 菱沼 哲朗

広報委員会

委員長 小林むつ子

第2回研修会 「普通救急救命講習Ⅰ」

「何度もあっても困るけど、いざというときにあわてないために」
機会があったら繰り返し講習を受けてみましょう！



3月19日（土）に三時間の『普通救急救命講習Ⅰ』を推進委員21名、事務局3名の24名が受講しました。
1月末に行われた「勝田全国マラソン」では、2名が心肺停止状態で救急搬送されたそうです。駅伝、ロードレースなどに協力することが多いスポーツ推進委員は、「いつあってもおかしくない、皆無ではない」という気持ちでAEDの使い方や救急救命の一連の動作に慣れておきたいものです。



胸部圧迫は力の入れ方にコツが・・・人工呼吸は空気がなかなか入らない・・・何度も繰り返し練習しましょう！



受講証をどうぞ！



皆さん!お疲れ様でした。



集合写真を撮って下さった柴田さん
消防署職員の方とお二人で！

このあと、「田子」で懇親会を開きました。講習会の時から気持ちはこちらに飛んでいた方もいたようですが、皆さん、一年間の活動 ご苦労様でした!!

女性スポーツ推進委員研修会

2月27日(土) 麻生運動場体育館で行われました。

参加者：塩原、椎名、小林、石川(幸)、柴田(事務局)

内容は体幹トレーニングを目的としたボクシングエクササイズ、バレトンでした。実は東日本大震災で流れてしまった企画だそうで、5年ぶりに実施された研修内容でした。

○ボクシングエクササイズ

ボクサーがパンチを繰り出す格好でエクササイズをすることで、かなりの運動量になる。

○バレトン

バレエとヨガの動きで体幹を鍛えるもので、これまた相当の運動量になる。

2つのエクササイズを2時間も続けると、とても疲れ、帰りの車中は運転手さんには悪いけど、ZZZでした。



広報委員会より

会報の愛称を募集しています。ただいま続々と届いていきます。スポーツを連想したり、私たち推進委員の元気さ、明るさ、和気あいあいさをイメージした、ぴったりフィットする言葉をお寄せください。

第9回市ロードレース・親子ふれあい大会協力

2/21(日)

大里ふれあい広場周辺

9名協力(菱沼、富田、椎名、綿引、石井、鈴木、野邊、田村、塙)

悪天候のため、1週遅れで実施された。各種年度末の行事が目白押しの時期であり、延期となると参加者はもちろん、スタッフ協力者も人数が減ってしまう哀しい現実がある。しかしながら、大きなけが人も出ず、無事終了することができた。

第2回役員会

2/25(木) 午後7時～

9名の推進委員と4名の事務局の方の参加で、2班に分かれ、年間行事について意見を出し合いました。

○巡回スポーツ教室

グラウンドゴルフは普及の目的は達したと感じるので、ラジオ体操や他のニュースポーツにシフトしてもよいのではないか。

○グラウンドゴルフ大会

普及の度合いから大会は必要。推進委員も資格を取る。

○歩け歩け大会

他の地域行事と重なり、参加者の減少が目立つ。継続については検討の時期にきているのではないかと。

○ラジオ体操

指導者資格の取得を全員が目指し、推進委員の行事の際には実施しながら、普及をしていく。