

# 令和3年度 トレーニング指導者研修会実施要項

- 1 目的 県民の体力の維持向上を図るために、科学的なトレーニング法を習得した指導者の養成を図る。また、学校における運動部活動指導者の指導力向上を図る。
- 2 主催 福岡県教育委員会 (公財) 福岡県スポーツ振興センター 福岡県体育研究所
- 3 期日 令和3年10月20日(水)
- 4 会場 福岡県立スポーツ科学情報センター(アクション福岡)  
メインアリーナ  
〒812-0852 福岡市博多区東平尾公園2-1-4
- 5 対象 ○トレーニング指導者を旨す者 ○生涯スポーツに関わる指導者  
○各種スポーツ競技団体関係者 ○教職員  
○アクションスクール講師 定員100名
- 6 講師 からだ改善スタジオ 笑顔工房ふれ〜る  
代表 佐々木 倫子 氏 (ささき ともこ 氏)
- 7 内容 『リズム感を高める』ことで身体機能のみならず、脳機能へもアプローチするスポーツリズムトレーニング」  
【講義】  
「運動とリズム」、「リズムと脳」の関係性について知ろう！  
【実技】  
ジャンプやボールを使っでの運動を通して、リズムを全身で感じて動いてみよう！

## 8 日程

9:00 9:30 9:40

12:00 13:00

15:30

受付	開講式	【講義】 〈メインアリーナ〉 「運動とリズム」、「リズムと脳」の 関係性について知ろう！	昼食	【実技】 〈メインアリーナ〉 ジャンプやボールを使っでの運動を通して、 リズムを全身で感じて動いてみよう！	閉講式

## 9 申込方法

- (1) 9月17日(金) 17:00までに、福岡県立スポーツ科学情報センター(アクション福岡)へメール又は電話(下記参照)にてお申込みください。  
※先着順で受付します。定員を越えた場合は参加をお断りする場合がありますのでご了承ください。

## 10 参加者負担

スポーツ保険代として50円を研修会の当日受付時に徴収します。(各学校の教員を除く)

## 11 その他

- (1) マスクを着用してご来館ください。研修中もマスク着用となります。
- (2) 昼食は、各自準備をお願いします。
- (3) 運動できる服装で参加してください。  
(更衣室は、感染症拡大防止のため、開放いたしません。)
- (4) 筆記用具・バインダー・室内シューズが必要です。参加者各自で準備をお願いします。
- (5) 車でお越しの方は、車中に貴重品等を置かないようにしてください。なお当日は、駐車場の混雑が予想されますので、できるだけ公共の交通機関をご利用ください。
- (6) **新型コロナウイルスの感染状況により、内容が変更になることがあります。** 変更があった際は、**「ふくおかスポネット」・「LINE@」**にてお知らせいたしますので、ご確認くださいませようお願いいたします。

## 12 会場案内



### 公共交通機関を利用

#### <博多バスターミナルから>

14番乗り場から37,38,39,39-Bの西鉄バス  
(アクション福岡前下車) 約20分

#### <福岡空港から>

地下鉄4番出口から出て 福岡空港前バス停から  
37,38,39の西鉄バス  
(アクション福岡前下車) 約7分

### 自家用車を利用

■ JR博多駅から・・・約20分

■ 都市高速を利用の場合

- ★福岡方面からは月隈ランプ出口を降りて約5分
- ★太宰府方面からは金の隈ランプ出口を降りて約5分
- ★福重方面からは西月隈ランプ出口を降りて約5分

【問い合わせ先】

公益財団法人福岡県スポーツ振興センター  
(福岡県立スポーツ科学情報センター)

スポーツ推進課 企画情報係 担当：橋本 知章

〒812-0852 福岡市博多区東平尾公園二丁目1番4号

TEL 092-611-1717 FAX 092-611-1600

✉kikaku2@f-sponet.or.jp



ACCIONFUKUOKA



YouTube



ふくおか  
スポネット



LINE@

研修会等の案内や各種スポーツ情報についても、配信いたしますので、是非、友達追加をお願いします。なお、配信専用です。個人情報が増えることはありません。