

平成24年度 文学部スポーツ科学コース主催

奈良女子大学 健康なら21Stepアップ事業

第3回 フォローアップ研修会のご案内

奈良女子大学では、奈良県ならびに市町村が推進する「健康なら21計画」と連携して、身体運動を通じて「健康づくりによる地域の活性化」に貢献することを目的に、「健康ならStepアップ事業」を平成15年度から立ち上げ、幼児から高齢者まで様々な世代を対象とした運動プログラムの開発や、それらの普及にかかわる指導者の育成を課題としてきました。これらの課題を達成する活動の一つとして「フォローアップ研修会」を開催し、高齢者の体力維持に焦点をあてた「ステップアップ体操（奈良女子大学作成）」を代表とする各種運動プログラムの開発・啓蒙や、地域の運動指導者や指導リーダーなどのスキルアップをはかる場を提供しています。

平成24年度 第3回フォローアップ研修会について

日時： 9月8日(土) 13:00～16:20

会場： 第1体育館 ならびに E107室

対象： 地域で活動する運動指導者

受付： 12:30～ 第1体育館

実習： 13:00～ 「**体力測定**」

受講者サロン： 15:00～

地域における運動継続のための豊かな環境づくりに関する意見交換会

「運動のしやすい町づくり・運動継続のできる仲間づくりに向けて」

それぞれの地域での運動実践の実態から、現状のよい点や改善が望まれる点について紹介していただこうと思います。そして、運動を長期的なものとして生活の中に組み込むための「豊かな環境づくり」についてみなさんで考えてみたいと思います。

問い合わせ先： 奈良女子大学 文学部人間科学科スポーツ科学 星野聡子
電話・Fax. 0742-20-3350 satoko@cc.nara-wu.ac.jp