

(3) 研修

【研修①「ノルディックウォーキング」】(選択研修、参加者 81 名) 講師 田中 寿美子

はじめに、田中先生よりノルディックウォーキングのポールの握り方や使い方を学んだ後、ポールを使った体操に取り組んだ。その後、感染症予防のため一定の距離を確保しながら、班ごとに東福寺野自然公園から護摩堂までの往復 5 km コースへ出発した。参加者は、講師から学んだポールの使い方を実践し、起伏に富む自然豊かなコースで景観を楽しみながら、約 1 時間のウォーキングに取り組んだ。

研修後には、「腕をしっかり使って歩けるので全身運動になった。」「地区でもやってみたい。」などの声があった。



【研修②「パークゴルフ」】(選択研修、参加者 69 名) 講師 滑川市スポーツ推進委員

はじめに、ルール等について説明があった後、班ごとのスタートホールへ移動し一斉にラウンドを開始した。

参加者は、初めてプレーする人や長年プレーしている人など、経験にばらつきがあったが、参加者同士でアドバイスし合ったり、質問し合ったりする姿や良いプレーには「ナイス」と声を掛け合う場面がみられた。



【研修③「ロープワーク」】(全員研修) 講師 日本ボーイスカウト富山県連盟 滑川第一団

「生活に役立つロープワーク」という内容で講師のボーイスカウトの方々から、物を縛って止めるときなどに使う「本結び」や物を固定するときなどに使う「もやい結び」などを学んだ。

参加者は、講師の丁寧な説明や目の前での実演に目を凝らしながら、研修に夢中で取り組んでおり、できたときには笑顔で報告し合う姿がみられた。

研修後には、「周りの人に教えた」「どこかで実践したい」などの声があった。



(4) 閉会式

①開会

②閉会の挨拶 滑川市スポーツ推進委員協議会 会長 浦田 孝志

③閉会



【閉会の挨拶】