

中央区

SPORTS LEADER TRAINING SEMINAR

スポーツ指導者

養成セミナー

受講料  
無料

受講生  
募集

50名

2024



開催期間

令和6年5月23日～7月1日

毎週月・木曜日

(6月17日を除く)

(普通救命講習のみ土曜日に実施)

計12日間25時間

スポーツ指導者を  
養成している種目  
(17種目)



硬式テニス



水泳



卓球



弓道



剣道(少年)



ゴルフ



トレーニング



ニュースポーツ



バスケットボール



サッカー(少年)



太極拳



バドミントン



バレーボール



アーチェリー



体操



野球(少年)



水中エクササイズ

募集要項

時間 午後6時30分～午後8時30分 (普通救命講習のみ午前9時～正午または午後1時～午後4時) ※都合により講義時間が延長となる場合があります。

会場 中央区役所8階大会議室及びその他区内施設等

対象 原則18歳以上の区内在住・在勤者で区内のスポーツ指導者をを目指す方 (高校生を除く)

定員 50名 (申込多数の場合は抽選) 内容 内面左頁参照 受講料 無料 (普通救命講習のみテキスト代が別途かかります)

申込方法 4月22日(月)までに電子申請または、受講申込書(内面右頁)に必要な事項を記入のうえ、持参または郵送、FAXで申し込む。

- ◎電子申請の場合は、右記二次元コードを読み取ってください。
- ◎受講決定者には、「受講決定のお知らせ」を送付いたします。
- ◎指導者を養成している種目によっては、研修及び指導する場が限定されるものもあります。
- ◎不明な点については、下記までお問い合わせください。



問い合わせ  
(申込)先

中央区区民部スポーツ課スポーツ事業係

〒104-8404 中央区築地1-1-1

TEL 03(3546)5531

FAX 03(3546)9561

※平日午前8時30分から午後5時まで

昨年度までに本セミナーを受講された方で、今年度も引き続き受講される方は、未履修科目を受講してください。  
注) 2022年度から「障害者スポーツの普及推進の基本と方策」をカリキュラムに取り入れています。

## 中央区スポーツ指導者養成セミナーカリキュラム

回数	日程	講義内容	形式	講師	会場
1	5月23日(木) 18:30~20:30	中央区のスポーツ振興	講義	スポーツ課長	総合スポーツセンター 4階(第1・2会議室) 地下2階(第2競技場)
		レクリエーションの効果(ポッチャ)	実技	スポーツ推進委員 山主英樹	
2	5月27日(月) 18:30~20:30	身体機能の年齢差と男女差	講義	日本体育大学 体育学部教授 津山 薫	区役所8階 (大会議室)
3	5月30日(木) 18:30~20:30	障害者スポーツの普及推進の基本と方策	講義	日本体育大学名誉教授 野村 一路	区役所8階 (大会議室)
4	6月3日(月) 18:30~20:30	スポーツの指導法① (バドミントン)	実技	スポーツ推進委員 竹田 都子	総合スポーツセンター 地下2階(第2競技場)
5	6月6日(木) 18:30~20:30	スポーツにおける傷病と予防	実技	健康運動指導士 野澤 隆司	総合スポーツセンター 地下2階(第2競技場)
6	6月10日(月) 18:30~20:30	スポーツの指導法② (剣道)	実技	スポーツ推進委員 金子 拓弥	中央小学校 (体育館)
7	6月13日(木) 18:30~20:30	スポーツ指導者のコミュニケーションスキル	講義	日本体育大学 体育学部教授 伊藤 雅充	区役所8階 (大会議室)
8	6月20日(木) 18:30~20:30	スポーツと栄養	講義	(株)明治 管理栄養士 JOC 強化スタッフ 深川 史麻	区役所8階 (大会議室)
9	6月24日(月) 18:30~20:30	知っておきたい スポーツ医学の知識	講義	聖路加国際病院 整形外科スポーツ総合医療センター医長 田崎 篤	区役所8階 (大会議室)
10	6月27日(木) 18:30~20:30	障害者スポーツ概論	講義	(公社) 東京都障害者スポーツ協会	区役所8階 (大会議室)
11	7月1日(月) 18:30~20:30	誰とでもスポーツを楽しむために (ニュースポーツ)	実技	スポーツ推進委員 小林 敦子	総合スポーツセンター 地下2階(第2競技場)
		閉講式		スポーツ課長	

+

6月1日、8日(土) 9:00~12:00 6月15日、22日 13:00~16:00 ※上記日程のいずれか	普通救命講習	講義 実技	京橋消防署 警防課救急係	京橋消防署 銀座出張所4階
--	--------	----------	-----------------	------------------

- 注) ①記載の内容は、変更または中止となる場合があります。  
 ②実技科目の時は、運動のできる服装及び室内履きを準備してください。  
 ③「普通救命講習」については、普通救命講習またはそれ以上の講習を受講済みの方は免除となりますので、担当者にお申し出ください。  
 ④今年度、未履修の科目については、次年度以降に履修できます。すべての科目を履修した時点で修了者と認定します。  
 ⑤普通救命講習は、受講者決定後に日程の調整を行います。

# 令和6年度スポーツ指導者養成セミナー受講申込書

氏名	(ふりがな)	生年月日	昭和 平成	年	月	日	年齢	歳
過去の本セミナー受講の有無	有・無	※有の方のみ 受講年度をご記入ください						年度受講
現住所	〒		TEL ( )		E-mail			
勤務先	名称							
	住所	〒	TEL ( )		内線			
過去のスポーツ指導実績	有・無	種目					指導歴	年
		内容	(出来るだけ詳しくお書きください)					
過去のスポーツ活動 (学生時代の部活動等)	有・無	内容 (種目名等)					活動歴	年
			(出来るだけ詳しくお書きください)					
日本スポーツ協会等の公認資格取得ライセンス	有・無	資格名			取得年月日		昭和 平成 令和	年 月 日取得
日本パラスポーツ協会等の公認資格	有・無	資格名			取得年月日		昭和 平成 令和	年 月 日取得
普通救命講習 又は それ以上の講習	有・無	講習名 又は 資格名			取得年月日		昭和 平成 令和	年 月 日取得
今後の希望 (あてはまる欄に○をつけてください)	スポーツ指導者として活動したい。(実技指導をしたい) 希望種目：							
	実技指導ではなく、何らかの形でスポーツ振興に協力したい。							
	セミナーを受講することにより自分の資質を高めたい。							

※個人情報について

受講申込書に記載された個人情報は、本セミナー及び中央区のスポーツイベントへの協力依頼以外に利用いたしません。

## 会場案内図



## 中央区スポーツ指導者の養成及び登録制度

中央区では、余暇の増大にともなうスポーツニーズに対応するため、「スポーツ指導者の養成及び登録制度」を設けています。

この制度は現在、地域のスポーツ指導等にあたっている方の資質向上と、これから地域に密着したスポーツ指導を目指す方を発掘・養成する、中央区独自の制度です。

皆さんの指導者としての技術や技能を中央区のスポーツ振興に役立ててください。

### ▶ スポーツ指導者制度に登録しましょう

「スポーツ指導者」「スポーツ指導補助者」として区に登録することにより、区の主催するスポーツ教室を始め、区内小・中学校等の体育館や校庭で行う個人開放事業（スポーツひろば）、地域のスポーツ団体への実技指導及びその補助に従事していただくことになります。

### ▶ フォロー研修

スポーツ指導者及びスポーツ指導補助者に登録された方は、区が年2回実施するフォロー研修を受講していただけます。

### スポーツ指導者になるには

#### 1. スポーツ指導者養成セミナーの受講

中央区のスポーツ振興の仕組みやスポーツ指導者として必要な理論と指導法を学びます。セミナーは、年間12日25時間のカリキュラムで実施します。

#### 2. スポーツ指導補助者への登録

セミナーの修了者は、区に登録することにより「スポーツ指導補助者」となります。

#### 3. 自己研修

スポーツ指導補助者は、スポーツ指導者として必要な指導力を習得するため、原則30日間の自己研修を行っていただきます。また、研修場所としては、①区主催のスポーツ教室 ②区内小・中学校の個人開放事業（スポーツひろば）③スポーツ協会加盟団体の実施する教室事業があります。

#### 4. スポーツ指導者への登録

自己研修修了後、スポーツ推進委員又はスポーツ協会加盟団体の推薦を受け、選考の後「スポーツ指導者」として登録されます。（登録有効期間2年）