

## 受講生募集のお知らせ

令和6年度 第51期

# 『吹田市社会体育リーダー養成講座』

～スポーツを通して地域社会の輪を広げましょう～

◇ 期間 ◇ 令和6年11月1日(金)～令和7年3月18日(火) ※週1～2日程度

◇ 内容 ◇ 実技では、気軽に楽しめるスポーツの体験や、救急法の実践、  
講義では、スポーツを安全に行うために気をつけることや子どもの身体活動  
のこと、また高齢者、障がい者のスポーツなどを学びます。

◇ 会場 ◇ 吹田市民体育館を中心にその他の公共施設など

◇ 対象 ◇ 生涯スポーツ活動に関わっていただける方  
(※吹田市在住)

◇ 応募方法 ◇ 各地区体育振興(協議)会長の推薦が必要

◇ 問い合わせ ◇ 文化スポーツ推進室 TEL 6384-2431 担当:浅田



# 受講された方から



「受講前」は、  
こうでした♪

• 夜間、仕事が終わってから講義や実技を受けに行くのは正直大変だなと思っていました。土日にも用事が入っていたりするので、どこまで参加できるだろうかと心配でした。

• 仕事、PTA会長、家事もあり、スケジュールを組立できるか心配でした。

• スポーツは自分の好きな分野で行い、専門的になる事と思っていた。

• 実技はやったことのないスポーツがほとんどで、今後、やってみようと思った時のとっかかりになると思いました。ローカルルールも多いですが、どれも楽しく参加できました。講義は正直、眠気に襲われる時もありましたが、日常生活にも役立つ内容も多々あり、学んでよかったと思います。

• 知らないスポーツ、講義を受けて色々な知識の幅が広がってますます身体を動かす大切さを感じました。

• 「健康寿命」を維持するためには、ウォーミングアップ、筋トレ、体幹を鍛え、正しい歩行を行う等、基本に正しい動きを学び、また、指導する事が大切と考えるようになった。地域のみなどと楽しくスポーツを行い、広げていきたいと思えます。



「受講してみて」  
こんな風になりました♪



受講を考えている  
方へのメッセージ♪

• めんどうだな、大変だなと感じるかもしれませんが、何度も受講するうちに顔見知りもでき、楽しく受講できるようになると思います。興味がある、ないに関わらず、講義、実技がある日に予定がないなら、参加してみると意外に楽しかった♪など、発見があるかもしれません。なるべく前半に頑張っておいて早目に指定コマ数をクリアできるようにすれば、後半、気持ちが楽ですよ。

• 地域外の方とも交流があり、講座を通して色々体験できるので、自分のためにもなります。私自身、実技が楽しかったため、是非、楽しんで参加してみてください。

• スポーツは楽しいよ！！