

**令和6年度盛岡市ジュニアスポーツ医・科学セミナー 兼  
盛岡市スポーツ少年団指導者研修会  
～ 開 催 要 項 ～**

1. 趣 旨 ジュニア選手が安心してスポーツに取り組むために、指導方法の在り方について学びます。また、トレーニングの基礎について実技を通して学びます。
2. 主 催 盛岡市・盛岡市教育委員会・盛岡市スポーツ少年団指導者協議会  
盛岡市スポーツ少年団・公益財団法人盛岡市スポーツ協会
3. 後 援 特定非営利活動法人 NSCA ジャパン（予定）公益財団法人岩手県スポーツ協会（予定）
4. 開催期日 令和7年2月15日（土）13時00分から16時30分頃（受付12時30分から）
5. 開催会場 盛岡市立総合プール 1階研修室・会議室
6. 参加対象 指導者、保護者、ジュニアの指導に興味のある方 ※選手（小学生以上）は要相談
7. 募集定員 20名程度 \*定員に達し次第募集を締め切ります
8. 参加料 1,000円 / 1名 \*当日受付時に現金でお支払いください。
9. 講 師 橋場 駿士 氏（D-BASE スポーツ教室代表 / 2014・16・18 ドッジボール日本代表）
10. 内 容 講義① ～講習・実技～ 13:00～14:30

「身近な道具を使った身体能力向上トレーニング」  
内容：量販店やネット販売で安価で手に入れられる道具を使用し、育成年代の身体能力を高めるトレーニングをご紹介します。

講義② ～講習・実技～ 14:45～16:15  
「全スポーツ選手必須！ジャンプトレーニングの基礎」  
内容：足が速くなる、球速が上がるなど、身体能力を高めるジャンプトレーニングをご紹介します。

11. タイムスケジュール

12:30	12:58	13:00～ 14:30	14:30～ 14:45	14:45～ 16:15	16:15～
受付	開講式	講義①	休憩	講義②	アンケート記入

12. 申込期間 令和7年1月10日（金）から
13. 申込方法 必要事項を記入の上、メールにてお申込ください。  
**①所属 ②氏名 ③ふりがな ④電話番号 ⑤区分（指導者・保護者・その他から選択）**
14. 申込先 申込先：公益財団法人盛岡市スポーツ協会事業課  
**メール：jigyoka@morioka-sport.or.jp**
15. 持ち物 動きやすい服装、筆記用具、飲み物、内履き
16. 個人情報保護 \* 申込書に報告頂いた個人情報については、参加者名簿の作成及び連絡調整等、本事業の遂行のために使用します。また、情報の管理は（公財）盛岡市スポーツ協会が行います。

\* 事業の様子を撮影した写真の肖像権については、(公財)盛岡市スポーツ協会に帰属します。写真は、広報活動等の目的で協会ホームページ上などに掲載することがあります。

17. そ の 他

- ・ 講習中のケガや事故について主催者および講師は一切責任を負いかねますのであらかじめご了承ください。また、傷害保険等への加入はいたしません。
- ・ 本セミナーは公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の更新研修には該当しません。

【お申込み/お問合せ】

(公財)盛岡市スポーツ協会事業課

TEL 019-601-5700 FAX 019-658-1214

E-mail jigyoka@morioka-sport.or.jp

担当：中村悦子・齋藤優歌