

令和6年度 指導者派遣等によるスポーツ実施率の向上事業 事業の概略

目的

健康寿命延伸につながるスポーツ実施率向上のため、実施率の低い市町村や年齢層、職場等に対して指導者を派遣し、県民が運動を行う機会を拡充する。

内容

市町村等が主催する健康教室の参加者、総合型地域スポーツクラブ、県内の企業等、各種イベント会場の来場者を対象とし、「円熟体操」、「ストレッチ教室」、「親子でエクササイズ」等、各種運動を実施します。

- (1)各市町村や各地域包括支援センター、総合型地域スポーツクラブ等が主催する健康教室に指導者を派遣します。
(円熟体操等)
- (2)県内プロ及びトップスポーツチームの試合会場やイベント会場等に指導者を派遣し、運動指導や健康教室を実施します。
(ストレッチ教室・親子でエクササイズ・その他各種運動)
- (3)全国健康保険協会の各種健康経営セミナーや各企業等が主催する健康教室に指導者を派遣します。
(円熟体操・ストレッチ教室等)

指導者

元気アップ運動機会拡充事業認定指導者（当センターが認定した各市町村の指導者）
県内プロスポーツチーム及びトップスポーツチームの関係者
秋田県エアロビック連盟から派遣された指導者
秋田県GSNスロージョギングクラブから派遣された指導者
その他県内の健康運動指導士等

<実施期間> 令和6年5月～令和7年2月

<会場> 申込団体が指定する会場
※会場は申込団体が確保してください。

<講師謝礼等> 謝礼、旅費は県で負担します。

<回数・時間> 各団体原則1回の申込みとし、60～120分程度の実施とします。

<服装・持ち物>

服装の制限はありません。履き物、タオル、飲み物等を御準備ください。

<その他>

- ・事業の活用を希望される団体は、下記の間合せ先に御連絡ください。
- ・講師との調整もありますので、開催希望日の1か月前までを目処に申込み願います。
- ・夏季に開催を希望する場合は、熱中症予防に対応できる会場（エアコンの使用等）の確保をお願いします。

運動機会拡充のために指導者を派遣します。

スポーツ実施率の向上と健康寿命延伸を共に目指しましょう。

申込み・問合せ先

秋田県スポーツ科学センター スポーツ振興チーム

TEL 018-864-6225

FAX 018-823-0008

職場への運動機会拡充

働く世代へ

県内企業や職場等で運動できる
職場環境づくり

- ・全国健康保険協会加盟企業
- ・従業員の健康を考える企業や職場
- ・健康経営に取り組む企業 等

健康経営セミナーや健康・運動教室の実施

「オフィスでストレッチ」、「肩こり・腰痛予防のストレッチ教室」等の提供



地域への運動機会拡充

各市町村等へ

各市町村や総合型スポーツクラブ等、
地域で運動できる環境づくり

- ・実施率の低い市町村
- ・運動機会拡充を求める市町村
- ・総合型地域スポーツクラブ
- ・地域包括支援センター
- ・学校、PTA行事(保護者対象行事) 等

健康・運動教室の実施

「おうちで円熟体操」、「スロージョギング教室」、「スローエアロビク教室」等の提供



家庭への運動機会拡充

子育て世代へ

各家庭における運動実践のための
情報や運動の提供等

- ・プロ・トップスポーツチーム観戦者
(観戦親子対象・一般も参加可)
- ・学校、PTA行事への協力
(児童生徒・保護者対象行事) 等

親子等運動教室への指導者派遣

「親子でエクササイズ」、「筋トレ教室」、「ストレッチ教室」、「ユニバーサルスポーツ体験会」等の提供



職場でのストレッチ教室
(肩こり・腰痛予防)



元気アップ運動認定指導者
による運動教室



PTA行事での親子健康教室



健康運動指導士による
フレイル予防健康セミナーと
運動教室



プロスポーツ試合会場での親子
で筋トレ・ストレッチ教室



プロスポーツ試合会場での
ユニバーサルスポーツ体験会