

## 令和4年度 横浜市スポーツ・レクリエーション人材養成講座一覧

※新型コロナウイルス感染状況によって、講師や日程、講座形式（集合からオンラインまたは中止）に変更が生じる可能性がありますので、ご了承の上お申し込み願います。

※集合で開講する講座については、当協会のガイドラインに基づき、感染対策を行います。

※備考欄の★マークは日本スポーツ協会（JSP0）公認スポーツ指導者の更新研修【日本スポーツ協会公認スポーツ指導者更新研修認定事業】になります。

★マーク研修の参加により、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を修了したことになります。ただし、次の資格については、更新研修を修了したことにはなりません。[水泳、サッカー、テニス、バスケットボール、バドミントン、剣道、空手道、バウンドテニス、エアロビック（コーチ4のみ）、チアリーディング（コーチ3のみ）、スクーバ・ダイビング、プロゴルフ、プロテニス、プロスキー、オリエンテーリング、スポーツドクター、スポーツデンティスト、アスレティックトレーナー、スポーツ栄養士、クラブマネジャー]（2022年10月1日現在）※指導者マイページへの受講実績の反映は、研修参加から平均2カ月後となります。

[詳細・申込はこちら](#)



※お支払いの際は、参加料に手数料が加算されます。

講座 No.	講座形式	講座名	内容	講師	開催日	開催曜日	時間	会場	募集人数 (先着順)	参加料 ※	募集期間	備考
1	オンライン	人生100年時代スポーツにどう向き合うか？ ～子どもから高齢者までの健康づくりと世代別の身体特性～	介護予防のためには子どもの頃から運動遊び・スポーツが楽しい、好きという経験が必要です。ゴールデンエイジにどうスポーツに取り組むか、子ども・成人・高齢期の身体特性、健康づくりについてどう取り組み、どう健康寿命を高めるかについて学びます。	高橋 勝美 氏（神奈川工科大学 教授）	11月12日	土	10:00～11:30	受講システム (Zoom)	50	1,000円	10月11日～ 11月5日	★JSP0 更新研修 (No.1・2両講座 出席で研修実績)
2	オンライン	生涯スポーツのために保護者・指導者が知るプレーヤーズ センタード	子どもたちやプレーヤーが生涯に渡って楽しくスポーツに取り組むために、指導者はどういう心構え、考え方で向き合うべきか、プレーヤーやプレーヤーを支援する関係者がWell-being（良好・幸福な状態）を目指しながら、プレーヤーをサポートしていくプレーヤーズセンタードを学びます。	渋谷 崇行 氏（一般社団法人スポーツフォーキッズジャパン代表・桐蔭横浜大学 教授）	11月12日	土	13:00～14:30	受講システム (Zoom)	50	1,000円	10月11日～ 11月5日	
3	集合	グッドチームをつくるチームビルディング	いかなる暴力やハラスメントも行使・容認しない、相互尊敬、公平、公正さをもったコーチング、チームづくりを学びます。チームスポーツだけでなく、個人スポーツ、スポーツに取り組む家族にも応用できます。	渋谷 崇行 氏（一般社団法人スポーツフォーキッズジャパン代表・桐蔭横浜大学 教授）	11月26日	土	10:00～11:30	スポーツ医科学 センター 大研修室	30	1,000円	10月11日～ 11月19日	★JSP0 更新研修 (No.3・4両講座 出席で研修実績)
4	集合	スポーツ指導者・ボランティアが身に着きたいベップ トーク	ベップトークは、もともとアメリカでスポーツの試合前に監督やコーチが選手を励ますために行っている短い激励のスピーチです。「PEP」は英語で、元気・活気・活力という意味があります。スポーツ現場はもちろん、家庭で、職場で、教育現場ですぐに実践できるシンプルでポジティブな言葉を使ったコミュニケーションスキルを学びます。	寺本 強 氏（一社）日本ベップトーク普及協会	11月26日	土	13:00～14:30	スポーツ医科学 センター 大研修室	30	1,000円	10月11日～ 11月19日	
5	集合	スポーツ指導者・ボランティアが基礎から学ぶ横浜市の パラスポーツ・インクルーシブスポーツ	横浜市の障害者スポーツ、インクルーシブスポーツを学びます。健常者と障害者が共にできるスポーツを考えます。横浜ラポール・障害者スポーツ指導者養成講座の紹介、パラスポーツ体験もあります。	田川 豪太 氏（横浜ラポール指導員）	12月4日	日	9:30～12:30	スポーツ医科学 センター 小アリーナ	30	2,000円	10月11日～ 11月27日	★JSP0 更新研修
6	集合	スポーツ活動に支障をきたすケガ予防の理論と実践・対処法	スポーツ活動時の急性期・慢性的なケガの予防・対処方法を治療のエビデンスに基づき、専門家がわかりやすく解説します。理論を学びながら、スポーツ傷害を予防するエクササイズ・その指導法を学びます。	玉置 龍也 氏（横浜市スポーツ医科学センター リハビリテーション科 担当課長 兼ウェルネスプロモーション課担当課長）	1月21日	土	13:00～16:00	スポーツ医科学 センター 大研修室	30	2,000円	12月12日～ 1月14日	★JSP0 更新研修
7	集合	楽しいを創る知っておきたいリーダーの基礎・レクリエーションの実践	レクリエーションとスポーツの関係、グループやチームとの交流時に実践できるレクリエーションを相互交流で学びます。	横浜市レクリエーション連合講師	1月28日	土	10:00～12:00	スポーツ医科学 センター 大研修室	30	1,000円	12月12日～ 1月21日	★JSP0 更新研修 (No.7・8両講座 出席で研修実績)
8	集合	子どもの運動能力の開発 アクティブチャイルドプログラム～子どもの心と体を育む運動遊び～	スポーツ指導者や保護者は、子どもに運動・スポーツが好きになってほしい、ひいては心身共に元気に育ってほしいと期待していると思います。子どもが、楽しく、積極的に遊ぶことを通して、生涯スポーツの基礎を培うことを意図した「アクティブ チャイルド プログラム」について、その理論と実践を学びます。	青野 博 氏（公益財団法人日本スポーツ協会 スポーツ科学研究室 室長代理/研究員）	1月28日	土	13:00～14:30	スポーツ医科学 センター 大研修室	30	1,000円	12月12日～ 1月21日	
9	オンライン	スポーツ活動に役立つ食育・栄養管理	スポーツ活動に役立つ子どもから高齢者までの栄養摂取方法、指導者・子育て世代の保護者にも知ってほしい食育を学びます。	高木 久美子 氏（横浜市スポーツ医科学センター管理栄養士）	2月11日	土	10:00～11:30	受講システム (Zoom)	50	1,000円	12月12日～ 2月4日	★JSP0 更新研修 (No.9・10両講座 出席で研修実績)
10	オンライン	スポーツ救急・緊急時に知っておきたい安全管理 ～スポーツ活動中・緊急時の対応・一次救命処置～	スポーツ現場の事故事例を知り、事前の安全対策に役立ちます。スポーツ指導者・ボランティアが現場で役立つ、スポーツ現場、緊急時の対応、救命処置などを学びます。	鈴木 健介 氏（日本体育大学 准教授）	2月11日	土	13:00～14:30	受講システム (Zoom)	50	1,000円	12月12日～ 2月4日	
11	集合	スポーツ活動に役立つトレーニング理論・自重トレーニングの理論と実践・指導法	スポーツ活動に役立つ子どもから高齢者までできるトレーニング、筋力トレーニングの理論と、部活動や、地域の健康づくりの現場など器具等がない中でもできる自重を利用した方法をトレーニングのプロから学びます。	有賀 誠司 氏（東海大学 教授）	2月26日	日	9:30～12:30	スポーツ医科学 センター 小アリーナ	30	2,000円	12月12日～ 2月19日	★JSP0 更新研修