

少年少女のための運動能力向上教室

テーマ：スポーツ障害を予防する動きづくり

日時 2025年11月29日（土）17:00から19:00 (受付16:30)

場所 岩手大学 第2体育館 1階トレーニングルーム

対象 小学生(高学年)～中学生※対象学年以外の兄弟の参加も可能です

内容 姿勢や動き方など簡単なチェック方法や、パフォーマンス向上のためのコンディショニング方法の指導など

定員 20名程度（先着順）

講師：渡辺 幸太郎

いわてグルージャ盛岡／

メディカルフィットネスムーブオン
【理学療法士】



発育発達期の小・中学生を対象に、
長く競技活動が続ける事ができることを目的として、
セルフケアの技法を紹介します。怪我をしにくく、
パフォーマンスを発揮しやすい運動能力を
向上させる体づくりについて学びましょう。



学内講師： 清水 将

岩手大学教育学部准教授
バスケットボール部監督



学内講師： 奥平 柊道

岩手大学教育学部講師
陸上競技部コーチ



受講料

1,000円(保険料の300円を含む)

※お釣りが無いようご協力お願い致します。

持ち物

- ・運動ができる服装
- ・ビニール袋（外用シューズ入れ）
- ・大きめのバスタオル

- ・体育館シューズ
- ・飲み物
- ・筆記用具



国立大学法人

岩手大学
IWATE UNIVERSITY



【問い合わせ・お申込み先】
岩手大学地域社会教育推進室
TEL：019-621-6492・6624

E-mail: pedagogy@iwate-u.ac.jp



お申込みはこちらから↑

申込み方法

【申込フォーム】岩手大学地域社会教育推進室HP
右側のQRコードより読み取りお申込み下さい。



【メールの場合】 E-mail : pedagogy@iwate-u.ac.jp

上記アドレスに メールにてお申込み下さい。
件名に“「11月運動能力向上教室」 申込み”とご入力のうえ、
下記の必要事項をお知らせください。

＜必要事項＞

1. 参加者氏名
2. ふりがな
3. 性別
4. 生年月日
5. 年齢
6. 学校名
7. 学年
8. 郵便番号
9. 住所
10. 保護者氏名
11. 緊急時用電話番号
12. メールアドレス
13. 本講座を知ったきっかけ
14. 講座で写真撮影したものを、HPとチラシに掲載しても良いか否か。

【募集締め切日】11月26日（水）

※受付期間内であっても定員になり次第締め切ります

※お申し込みいただいた方の個人情報は、目的の範囲を超えて利用することはありません。ご提供頂いた個人情報は、お客様の同意なく第三者に提供しません。

国立大学法人岩手大学における個人情報の取り扱いについて
<https://www.iwate-u.ac.jp/about/disclosure/privacypolicy.html>

会場案内



＜学内駐車場について＞

学内駐車場は台数に限りがございます。
できる限り公共交通機関での
ご来場をお願いいたします。

岩手大学 学内MAP



開催中止などのお知らせ

・やむを得ず公開講座を中止する際には、参加者にメールでお知らせするほか、地域社会教育推進室のホームページおよび facebook に掲載いたします。ご来場前に必ずご確認のうえご参加ください。

🔍 岩手大学地域社会教育推進室 ホームページ

<https://www.ccrd.iwate-u.ac.jp/community/>



facebook

<https://www.facebook.com/cereco/>

岩手大学
地域社会教育推進室

