

6月15日(日) 地域スポーツクラブ研修会 I 報告書

(一社)絆スポーツクラブ萩

令和6年度 地域クラブ研修会概要

開催日時：令和7年6月15日（日） 10：00 ～ 16：00

場 所：萩明倫学舎3号館 2階 交流室（大）

時間（内容）：① 10：05 ～ 12：00 やる気を引き出す研修（ペップトーク研修）

② 13：15 ～ 14：45 アフターケア研修

③ 14：55 ～ 15：55 中学校年代に必要な栄養学（オンライン）

募集対象：スポーツ・文化芸術団体関係者（③は保護者も対象）

■ 講師



岩崎 由純 (いわさき よしずみ)
(日本ペップトーク協会 代表理事)

【講演 1】 「やる気を引き出す魔法の言葉」

【講演 2】 「アフターケアの方法」

JCCA(日本コア・コンディショニング協会)会長
JATO(日本アスレティック・トレーナーズ機構)元副会長
JOC(日本オリンピック委員会)強化スタッフ



山口 愛 (やまぐち あい)
(管理栄養士・公認スポーツ栄養士)

【講演 3】 「中学校年代に必要な栄養」 (オンライン)

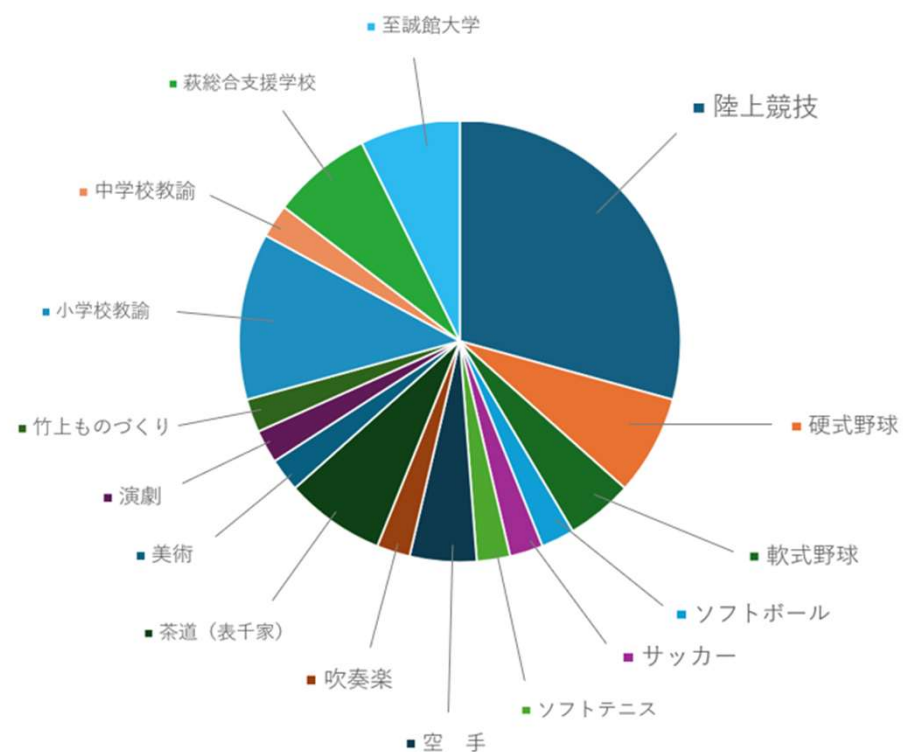
実業団チーム、箱根駅伝出場チームへのサポート
オリンピック出場選手への栄養サポート
プロ野球選手への献立提供
全日本スキー連盟強化指定選手合宿の食事献立提供・血液データ分析

参 加 者

現地研修受講者 所属

陸上競技	12
硬式野球	3
軟式野球	2
ソフトボール	1
サッカー	1
ソフトテニス	1
空 手	2
吹奏楽	1
茶道(表千家)	3
美術	1
演劇	1
竹上ものづくり	1
小学校教諭	5
中学校教諭	1
萩総合支援学校	3
至誠館大学	3

41名



アンケート分析①

アンケート回収率：31名（75.6%）

1. 研修内容の理解度

・とても理解できた	24名	77.4%
・お概ね理解できた	7名	22.6%

2. 実務への役立ち度

・非常に役立つ	30名	96.8%
・ある程度役立つ	1名	3.2%

アンケート分析②

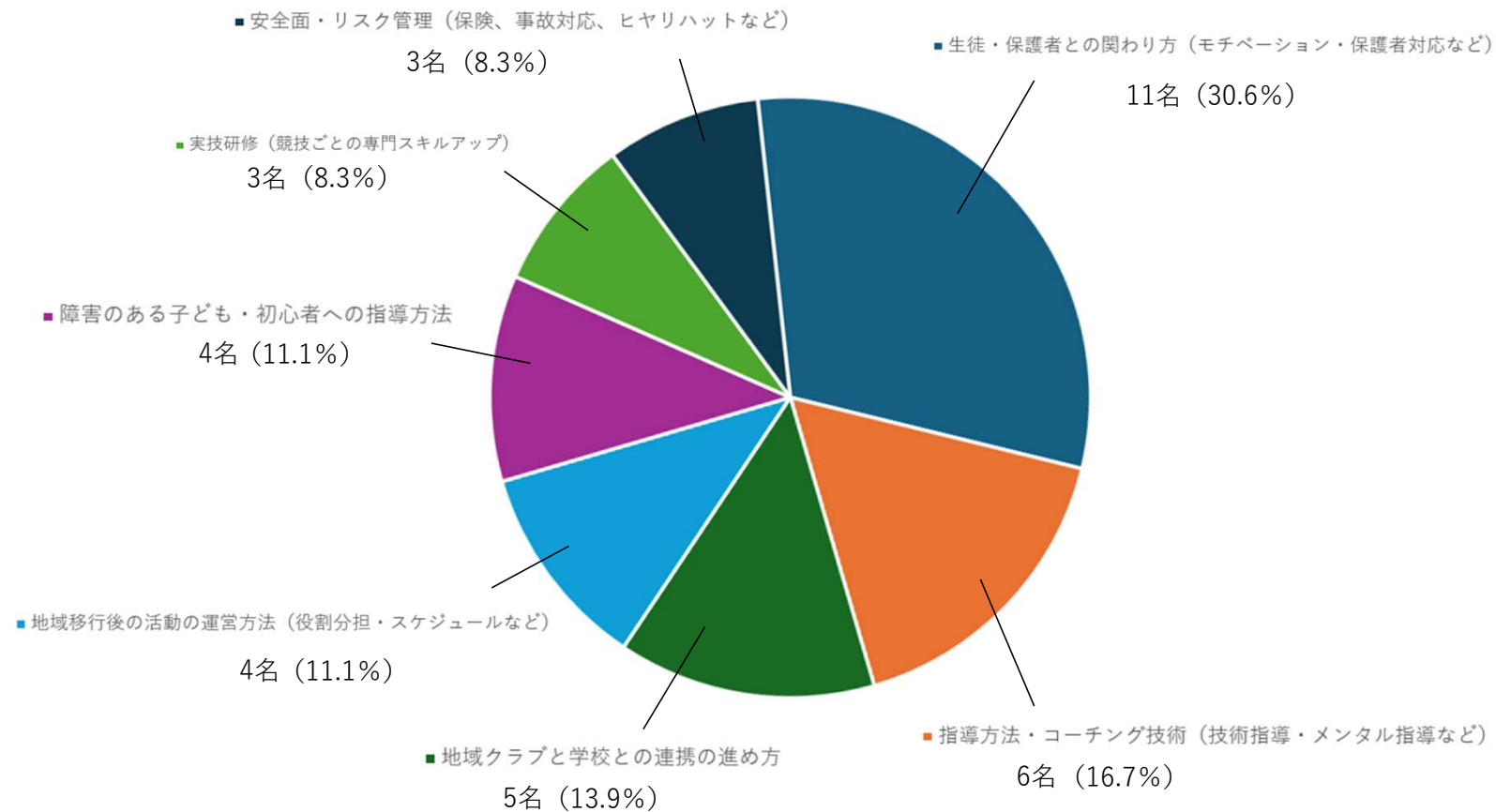
3. 印象に残った・参考になった内容（抜粋）

- ・ ペップトークという言葉をはじめて聞きました。
- ・ 人の心を揺さぶり前向きな気持ちにさせる働きかけが大切であることを学びました。
- ・ 自分自身も前向きな捉え方をする参考になりました。
- ・ 指導者とは、人に威容を起こさせるために銃を必要とはしない人のことである"最善を心掛け、言葉を選ぶこと。
- ・ 言葉の大切さと子ども達とたくさん話をしながらの関係づくりをしていきたいと思いました。
- ・ 生徒にどのように伝えるのが一番良いか考えを学ぶとても良い機会になりました

4. 今後さらに詳しく知りたい内容、考えていきたい内容（抜粋）

- ・ 指導者同士の関係
- ・ 年間（長期）、中期、短期トレーニングの進行計画の立て方、考え方
- ・ 運営面での事務局
- ・ 困り感の改解の方法
- ・ テーピング、ストレッチ講座
- ・ 生徒の意見を尊重し成長させる関わり方
- ・ 音楽指導におけるアフターケアの理論
- ・ 茶道における精神世界の重要性

今後、取り上げてほしいテーマ



参加しやすい研修形式

