

令和5年度スポーツ指導者セミナー

夢に向かう子どもたちをサポートする

テーマ

「メンタルコーチング」

▼やる気につなげる！パフォーマンスをアップさせる！など

指導現場ですぐに使えるコーチングスキルを、実践を交えながら学べます。

●開催日時●

令和6年

3月1日(金)

19:00~21:00

●開催場所●

石狩市

B&G 海洋センター

(石狩市花畔337番地4)

講師

料金500円

※詳細は石狩市体育協会まで

メンタルパワーパートナー協会® 認定メンタルコーチ 宮本 留美子

【資格】

中学校保健体育教諭二種免許、FTP マットピラティスアドバンスインストラクター、
一般社団法人 日本コンディショニング協会 マスターインストラクター、健康運動指導士、
メンタルパワーパートナー協会認定 メンタルコーチ、
一般社団法人 幸せな身体づくり協会 骨盤底ヘルスケアアドバイザー

【略歴】

1993年 北海道女子短期大学 保健体育科体育コース 卒業
1996年 財団法人 札幌市健康づくり事業団 運動指導員として勤務
2004年 フリーインストラクターとして活動 現在に至る

【活躍歴】

一般財団法人札幌市スポーツ財団にて運動教室 講師
学校法人三幸学園 札幌スポーツ&メディカル専門学校 非常勤講師
地方自治体から依頼の運動教室・メンタルコーチング講座 講師
自主サークル活動



【申込・問合先】公益財団法人 石狩市体育協会

住所：石狩市花畔337番地4(石狩市 B&G 海洋センター内) TEL:0133-64-1220 (FAX/0133-64-1222)

メール：i-sports@crocus.ocn.ne.jp

ホームページ：https://ishi-taikyo.or.jp/ 「各教室お申し込みフォーム」より申込みできます。

令和5年度 スポーツ指導者セミナー 開催要項

～夢に向かう子どもたちをサポートする「メンタルコーチング」～

1. 主 旨 指導的立場で活動している者を対象に効果的なコンディショニング法の知識・技術の習得を図れる場を提供し、スポーツ指導者及び教育者の養成に努める。
2. 主 催 公益財団法人 石狩市体育協会
3. 日 時 令和6年3月1日（金） 19：00～21：00
4. 場 所 石狩市B&G海洋センター 2階トレーニングルーム
5. 参加対象
 - ・スポーツ指導者(少年団・部活動・クラブコーチ、ジムインストラクターなど)
 - ・教育関係者(保育士・幼稚園教諭・小中高等学校教諭など)
 - ・教育者・スポーツ指導者を目指している方(学生など)
 - ・スポーツ指導に関心のある方(保護者など)及びスポーツ実践者
 - ・原則高校生以上
6. 定 員 20名（先着順）
7. 内 容 「言葉の力と目標設定」やる気につなげる、パフォーマンスをアップさせるなど指導現場ですぐに実践できるコーチングスキルを、実践を交えながら学びます。
8. 日 程 等

| | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 19:00 | 19:10 | 19:40 | 19:45 | 20:45 | 20:55 |
| 開講式 | 講義 | 休憩 | 実技 | 質疑応答 | 閉講式 |

9. 講 師 メンタルパワーパートナー協会® 認定メンタルコーチ 宮本 留美子 氏
10. 参 加 料 一人500円（当日徴収）
11. 申込締切 令和6年2月23日（金）
12. 持 ち 物 筆記用具、室内用スポーツシューズ、タオル、動きやすい服装
13. そ の 他
 - （1）個人情報的重要性を認識し、個人情報を取り扱います。参加者へのサービス向上を目的とし、案内や参加確認の連絡のために利用します。
 - （2）映像・写真・記事・記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載権は主催者に属します。
 - （3）参加者は事前に健康診断を受ける等、健康状態を把握しておいて下さい。
 - （4）主催者は傷病や紛失、他事項に際し応急処置を除いて一切の責任を負いません。
14. 申 込 先 公益財団法人 石狩市体育協会 スポーツ振興グループ（担当：福田）
問 合 先 住 所 石狩市花畔337番地4（石狩市B&G海洋センター内）
電 話 64-1220 FAX 64-1222
メール i-sports@crocus.ocn.ne.jp
H P <https://ishi-taikyo.or.jp/>
HPの「各教室お申し込みフォーム」より参加申込みできます。