

もっと現場を知る！職員短期派遣研修報告書

所属名	県央保健所	氏名	松浦香代子
派遣先 団体名	NPO法人 SPORTIVOひがしいずも		
<p>① 研修の日時 平成28年7月21日(木) こども元気アップ教室 開校式 午前:10:30~12:00 午後:15:30~16:30 松江市立東出雲体育館</p> <p>② 研修の内容 思い切り体を動かす体験が減った幼児と小学生を対象に、運動やスポーツを通じて体を動かす楽しさを伝えた。 午前:2016わくわくスポーツ教室(全24回:小学生対象)開校式 参加者 48名 参加者受付、体力測定(柔軟、握力、上体起こし、幅跳び、ボール投げ)の実施補助 午後:2016わくわくスポーツキッズ園(全25回:幼児対象)開校式 参加者 18名 参加者受付、体力測定(柔軟、上体起こし、幅跳び)の実施補助</p> <p>③ 感想 小学生、幼児とも体力測定の際の上体起こしで個人差が大きかった。小学生高学年で20回以上できる子供もいれば、30秒間で一度も体を起こせない子供もあり、普段どれだけ体を使っているかが重要だと感じた。ボール投げについても、どうやって投げていいのかわからず、投げ方を教わるような場面があった。</p>			
<p>① 研修の日時 平成28年8月1日(月) こども元気アップ教室 川あそび 午前:9:30~12:00 上意東おちらと村の横の川</p> <p>② 研修の内容 幼児と小学生を対象に、川遊びとすいか割りを実施。参加者 67名 参加者受付、川遊びの見守り、実施補助、すいか割の準備と片付け</p> <p>③ 感想 最近の子供は川遊びなど苦手なのかと思っていたが、意外にも当日参加やその日だけの参加者が多かった。月曜日であったが保護者の参加もあり、父親も数名来られていた。 気温が非常に高く、子ども達は6個の大玉すいかをあっという間に完食した。</p>			
<p>① 研修の日時 平成28年8月5日(金) こども元気アップ教室 第6回 午前:10:30~12:00 午後:15:30~16:30 松江市立東出雲体育館</p> <p>② 研修の内容 思い切り体を動かす体験が減った幼児と小学生を対象に、運動やスポーツを通じて体を動かす楽しさを伝えた。 午前:わくわくスポーツ教室(小学生対象) 参加者 33名 参加者受付、ティーゴルフの実施補助 午後:わくわくスポーツキッズ園(幼児対象) 参加者 10名 参加者受付、サーキットあそびの実施補助</p> <p>③ 感想 体育館内は非常に暑かったが、大型扇風機を設置し、頻繁に水分補給の時間をとるなど参加者の体調管理について工夫されていた。キッズ園ではなかなか母親と離れられない子やずっと泣いている子がいたが、それでも全員最後まで参加していたのが印象的だった。</p>			
<p>① 研修の日時 平成28年8月8日(月) スローエアロビック体験会 13:30~14:30 宅野まちづくりセンター(大田市仁摩町宅野)</p>			

② 研修の内容 宅野地区の体操教室を運営している指導者に対し、島根県エアロビック協会 代表の金山氏が、スローエアロビックの利点や実際に取り組む際のポイント等を説明しながら参加者全員で体験した。

なお、今回は県央保健所とのコラボレーションとして、参加者受付とあわせて血圧測定や脳卒中予防、熱中症予防についての啓発を行った。参加者 8名

③ 感想

大田圏域は他の地域と比較して青壮年期の脳卒中発症率が高い。また、高血圧を放置することにより様々な疾患にかかりやすくなったり、重症化したりするため、家庭血圧の測定をすすめる取組を行っている。今回は、各地区でスローエアロビックを普及させ、あわせて家庭血圧を測定する習慣につなげるという、NPOと行政が協働しての取組ができたと思う。

① 研修の日時 平成28年8月25日(木) スクール講座

午前:10:30~11:30 午後:15:30~17:00 松江市立東出雲体育館

② 研修の内容(現時点で予定されている業務をできるだけ詳しく記載してください。)

午前:地域の大人対象 スローエアロで脳トレ 実施補助 参加者1名

参加者と共にスローエアロビックと脳トレ、ストレッチを体験した。

※終了後、体育館スタッフの中に禁煙に失敗した20代職員がいたため、禁煙のメリットと禁煙治療、禁煙のコツなどを説明した。本人はタバコを止めたいと思って1ヶ月禁煙し、周りのスタッフも応援していたが、最近また吸い始めたとのこと。

午後:わくわくスポーツ教室 参加者 27名、キッズ園 参加者 10名

- ・参加者受付事務補助
- ・8/28東出雲町揖屋神社のお祭り「穂掛祭」で披露するダンスの練習
- ・夏休みで卒業する小学生に対し、体力測定を実施した。

③ 感想

地元の穂掛祭はあまり馴染みがなかったが、鳴子を持って踊る子供たちがとても可愛かった。偶然にも同期職員の子供がキッズ園にいたことが分かり、意外な所に縁があるのを感じた。

また、当日は鳥取県から視察団が訪れており、「県職員派遣事業で参加している」と説明したところ、島根県は人材育成や協働事業に熱心に取り組んでいると感心された。

今回の派遣を通じて、地元のNPOが全国で4団体のみの助成事業を請け負うなど、非常に優れた活動をされていると知った。

④ 研修の感想(研修の全般的な感想、各団体での活動の意義や協働に対する感想(研修前後における意識の変化)等について記入してください。)

- ・子どもの体力低下が言われているが、実際はどうなのか疑問があったため研修に参加した。
- ・大田で開催される「スローエアロビック」の研修会について情報提供を受け、高齢者向けの介護予防対策にもなるため、保健所事業とタイアップさせてもらった。当日は保健所職員が参加者の血圧測定を行い、それにあわせて脳卒中予防として運動が効果的なこと、熱中症に水分をしっかり取ること、血圧が高めの方には家庭での血圧管理が大切なことを啓発した。
- ・教室が終わってから夕方近くのスーパーに立ち寄った際、教室に参加していた子供が私を見つけて声を掛けてくれた。短い時間でも、子どもはしっかり大人を見ているのだと実感した。

⑤ その他特記事項(※今後の研修実施に当たっての改善点、留意しておくべきことなどがあれば記入してください。)