



みえ広域スポーツセンターだより

H27年度第15号 (2015.07.06) 第177号

【講習会のお知らせ】

■公立大学法人三重県立看護大学 地域交流センター 平成27年度第1回公開講座

「歩き方を変える」だけで10歳若返る！

～生活習慣病・介護予防のための新しい運動処方システム～

健康のために歩いているという方は多いのではないのでしょうか。適度な運動は健康増進に役立ちます。実は、歩き方を変えるだけで効果は劇的に向上するのです。体力向上、血圧・血糖値・中性脂肪の低下などの健康効果をもたらす歩き方を能勢先生に長年の実証実験に基づきお話しいただきます。

日 時 : 平成27年7月11日(土) 13:30~15:00 (受付開始13:00)

会 場 : 三重県立看護大学(津市夢が丘1丁目1番地1)

講 師 : 能勢 博 先生
(信州大学大学院 医学系研究科 疾患予防医科学系専攻・スポーツ医科学)

京都府立医科大学医学部医学科卒、京都府立医科大学助手、米イェール大学医学部博士研究員、京都府立医科大学助教授などを経て現職。信州大学、長野県松本市、民間企業、そして市民が参画する中高年の健康づくり事業「熟年体育大学」の運営組織であるNPO法人「熟年体育大学リサーチセンター」において「インターバル速歩トレーニング」(「筋トレ」ウォーキング)を指導。主な著書に『「歩き方を変える」だけで10歳若返る』『いくつになっても自分で歩ける!「筋トレ」ウォーキング』『山に登る前に読む本』など。

受 講 料 : 無料

※ ご来場の方には、三看大オリジナルグッズをプレゼントいたします。ただし、数に限りがありますのでご了承ください。

申 込 方 法 : 三重県立看護大学企画広報課まで、電話、FAX、e-mailのいずれかでお申し込みください。申し込みの際には、お名前、ご住所、ご連絡先をお知らせください。当日の参加受付も可能です。

申 し 込 み : 公立大学法人三重県立看護大学 企画広報課
問 合 せ 先 TEL: 059-233-5669 FAX: 059-233-5666
E-mail: kikaku@mcn.ac.jp

詳しくは、公立大学法人三重県看護大学のホームページをご覧ください。
(<http://www.mcn.ac.jp/>)

【みえのスポーツ応援隊 ボランティア募集】

■第18回ひさい榊原温泉マラソン

日 時 : 平成27年11月15日(日) 7:30~14:00

場 所 : 津市立榊原小学校グラウンドなど

募 集 人 数 : 10名

活 動 内 容 : 参加者受付、手荷物預かり、ICタグ回収、豚汁配布など

服 装 : 動きやすい服装

申 込 締 切 : 平成27年7月31日(金)

そ の 他 : 11月上旬に実行委員会より久居公民館にて、ボランティア参加者向けの説明会を開催いたしますので、ご参加くださいますようお願いいたします。



詳しくは、みえ広域スポーツセンター (TEL: 059-372-3519) までお問い合わせください。

■Panasonic NPOサポート ファンド

対象となる団体 : 子どもたちの健やかな育ちを応援する新しい社会の実現を目指し、先駆的な活動と組織の自己変革に挑戦するNPO/NGOで、以下の要件を満たすものとします。

- ①民間の非営利組織であること（法人格の有無や種類を問わない）
- ②団体の設立から3年以上を経過していること
- ③有給常勤スタッフが1名以上であること
- ④日本国内に主たる事務所があること（活動地域は国内・国外を問わない）
- ⑤政治、宗教活動を目的とせず、また、反社会的な勢力とは一切関わりがないこと

※財政規模1,000万円以上の団体を想定していますが、必ずしも要件ではありません。

対象となる事業 : 第三者の多様で客観的な視点を取り入れた組織診断や組織基盤強化を応援します。助成の対象となる事業は、以下の【1】組織診断のみの取り組み、【1】組織診断と【2】組織基盤強化の連続した取り組み、【2】組織基盤強化のみの取り組み、の何れかとなります。

【1】組織診断

- ① 第三者による組織診を実施し、組織全体を分析し、組織の優先課題とその背景や原因を明らかにする。
- ② 組織診断の結果を踏まえ、第三者の助言または指導を受けて、組織課題の解決の方向性を検討し、解決策を立案する。

【2】組織基盤強化

- ③ 第三者の助言または指導を受けて、組織基盤強化計画（目標・手法・実施内容）を具体化する。
- ④ 第三者の助言または指導を受けて、適切な進捗管理のもと、組織基盤強化計画を実行し、終了後は評価を実施する。

※ 第三者とは、応募団体が選定するNPO/NGO支援機関や、NPO/NGO経営支援の専門家等を指します。

助成金額 : 1件あたりの助成金額は上限200万円とします。但し、組織診断のみの場合は上限100万円とします。

応募受付期間 : 2015年7月16日（木）～7月31日（金）【必着】

応募用紙・手引の入手方法 : 応募企画書作成の用紙・手引は、下記のパナソニックのウェブサイトからダウンロードしてご利用ください。

(<http://www.panasonic.com/jp/corporate/sustainability/citizenship/pnsf.html>)

郵送をご希望の場合は、①宛先、②氏名、③電話番号 を明記し「Panasonic NPOサポート ファンド（子ども分野）」とお書き添えの上、7月15日（水）までに、下記の子ども分野協働事務局まで、FAXまたは電子メールにてご連絡ください。

問合せ先 : 特定非営利活動法人 市民社会創造ファンド
送付先 : Panasonic NPOサポートファンド【子ども分野】協働事務局（担当：坂本・武藤）
〒103-0012 東京都中央区日本橋堀留町1-4-3 日本橋MIビル1階
TEL：03-5623-5055（月曜～金曜10:00～17:00） FAX：03-5623-5057
E-mail：kodomo@civilfund.org
※お問い合わせは、電話または電子メールにてご連絡ください。

詳しくは、特定非営利活動法人 市民社会創造ファンドのホームページをご覧ください。

(URL：<http://www.civilfund.org>)

■矢頭の子クラブ

クラブ概要：文化及びスポーツ活動を通じ波瀬地区住民相互の絆を深め、誇りと愛着を感じる地域を創造することを目的とする。

会費：1戸当り 700円
※内容により参加費負担あり

活動種目：春・秋大遠足、体験学習、キャンプ、夏休みバドミントン教室、太鼓教室、フォータッチバレー、美化作業（年3回）、盆踊り、運動会、子ども神輿、カローリング、中高年卓球、青年バレー

連絡先：津市一志町波瀬2232-2 波瀬公民館内 TEL/FAX：059-294-7472

■ひさい文化・スポーツクラブ

クラブ概要：気軽に参加できる文化・スポーツ活動の環境づくりと、青少年健全育成・地区住民の健全な心身の保持増進、豊かなコミュニティづくりに寄与する。

会費：（入会金） 200円
（年会費） シュニア 300円
一般～シニア 500円
（教室受講費） 500円～1,500円/月

活動種目：ヨガ、卓球、テニス、グラウンドゴルフ、ペタンク、バレー、キッズダンス、パソコン、ハイキング、社交ダンス

連絡先：津市久居中町29-2 谷口 二郎方
TEL：059-255-3444 FAX：059-255-2387

【発行】みえ広域スポーツセンター

三重県地域連携部 スポーツ推進局 スポーツ推進課 企画・地域スポーツ推進班（鈴鹿市駐在）
〒510-0261 三重県鈴鹿市御園町1669番地（三重交通Gスポーツの杜鈴鹿内）
TEL：059-372-3519 FAX：059-372-3518 E-mail：m-kouiki@pref.mie.jp
<http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/tiiki/kouiki.htm>

