

【県内の総合型地域スポーツクラブ紹介】

■たまき文化スポーツクラブ

◎「健康マージャン教室」で脳トレ・認知症予防

たまき文化スポーツクラブ（以下“たまスポ”）は、「誰もが、いつでも、どこまでも気軽にスポーツができる環境づくり」をめざし、平成23年7月31日に設立されました。今回は、文化教室も盛んな“たまスポ”に新規開設された「健康マージャン教室」を紹介いたします。

平成30年2月に体験会を実施し翌3月から教室開催、十数人だった参加者はあれよあれよという間に口コミで増え、倍の人数に。マージャン卓を3台新規購入し、月2回から4回の開催になりました。「健康」と名称に付くとおり「賭けない、(酒を)飲まない、(たばこを)吸わない」決まりで、頭や指先を使うことで脳が活性化されるため認知症予防にも効果が期待できます。ルールを覚える(または教える)ことで脳の活性化や、新たな交流につながるためルールを知らない方の参加も大歓迎とのことでした。

【参加費：会員 100 円(2 回)・非会員 200 円(1 回)、毎月4回(1・2 火曜 2 回・3・4 木曜 2 回)】



玉城町中央公民館
IT教室 13~16 時



指でパイをつかみ積んでいきます。
手先の器用さが求められます。



ビギナーグループ。自分たちで判断
出来ないときは、教えてもらえるので
安心してプレーできます。



ゲーム中は複数の事を同時に考えるため頭の中はフル回転。
参加者は非常に集中しています。複雑な点数計算も“脳トレ”
になっています。



教室を通して新たな交流も広がったとの
こと。新規入会にもつながりました。

* 「健康マージャン」は高齢者がスポーツや文化を通じて交流する「全国健康福祉祭(ねんりんピック)」の正式種目に採用されています。

《連絡先》 たまき文化スポーツクラブ

〒519-0416 度会郡玉城町下田辺 800 番地 玉城町中央公民館内

TEL/FAX : 0596-58-6555 E-mail : tamaspo@jade.plala.or.jp

【助成金のお知らせ】

■「全日本社会貢献団体機構」社会貢献活動支援のための助成

- 実施団体 全日本社会貢献団体機構
- 対象団体 民間の非営利組織（法人格の有無や種類は問わない） 等
- 助成条件 期 間：原則として2019年4月～2020年3月に展開する事業
事業費：申請事業の総事業費は100万円以上 等
- 対象事業 ●一般助成
- 1 子どもの健全育成支援（抜粋）
 - ・子どもの情操発達・体力向上・国際交流・療育支援
 - ・子どもの異年齢・異世代交流
 - ・その他子どもの健やかな成長を願う支援
- 助成金額 上限250万円（1件）
- 申込期限 2018年11月12日（月）～12月14日（金）17時必着（原本・データ共に）
- 申込方法 ①申請書をHPからダウンロードし郵送及びメールに添付して申込んでください。
※下記のURLからも申請書をダウンロードできます。
<http://www.pref.mie.lg.jp/common/content/000804158.xlsx>
②申請団体の概要、③任意提出資料をメールに添付して送信してください。
- 申 込 先 全日本社会貢献団体機構 事務局
〒162-0844 東京都新宿区市谷八幡町 16 市ヶ谷見附ハイム 103
TEL：03-5227-1047 FAX：03-5227-1049 E-mail：josei-jigyo@ajosc.org

詳しくは、全日本社会貢献団体機構 のHPをご覧ください

<http://www.ajosc.org/subsidy/application.html>



【セミナーのお知らせ】

■フォローアップセミナー「コグニサイズ講習会」

- 主 催 三重県、（一社）三重県レクリエーション協会
- 期 日 平成30年12月23日（日）
- 時 間 9：00～12：00（受付：8：30～）
- 会 場 三重県総合文化センター フレンテみえ セミナー室A
- 講 師 荒深 裕規 氏
日本福祉大学 社会福祉学科 准教授
有限会社レクリエーションサポート代表
福祉レクリエーション・ワーカー
著書：介護現場で使える体操
- 内 容 コグニサイズの体験と効果の解説
- 対 象 17歳以上で内容に関心のある方
- 参加費 無料（定員 30名 ※定員を超えた場合のみ連絡があります）

コグニサイズとは、
国立長寿医療研究センターが
開発した運動と認知課題（計
算、しりとりなど）を組み合
わせた、認知症予防を目的と
した取り組みの総称を表した
造語です。英語の cognition
（認知）と exercise（運動）を
組み合わせて cognicise（コ
グニサイズ）と言います。

国立長寿医療研究センターHP より



申し込み 平成30年12月17日(月)までにFAX、メール、郵送のいずれかで
下記に申し込んでください

(一社)三重県レクリエーション協会事務局

〒514-0002 津市島崎町3-1 三重県島崎会館内

TEL : 059-246-9800 FAX : 059-246-9801

E-mail : mie-rec@zvtv.ne.jp

その他 このセミナーはレクリエーション資格取得時の「事業参加」単位となります。

■ニュースポーツセミナー「ファミリーバドミントン」

主催 三重県、(一社)三重県レクリエーション協会

主管 三重県ファミリーバドミントン協会

期日 平成31年1月19日(土)

時間 9:00~12:00(受付:8:45~)

会場 津市立高野尾小学校 体育館(津市高野尾町5266番地1)

講師 日本ファミリーバドミントン協会公認指導員

対象 17歳以上で健康づくりや楽しいスポーツ指導に関心のある方

参加費 無料(定員:30名程度)

申し込み 平成30年12月20日(木)までにFAX、メール、郵送のいずれかで
下記に申し込んでください

(一社)三重県レクリエーション協会事務局

〒514-0002 津市島崎町3-1 三重県島崎会館内

TEL : 059-246-9800 FAX : 059-246-9801

E-mail : mie-rec@zvtv.ne.jp

その他 このセミナーはレクリエーション資格取得に必要な「個々の活動の習得」となります。



詳しくは、(一社)三重県レクリエーション協会 のHPをご覧ください

<http://www.mie-rec.org/seminar.html>



【みえのスポーツ応援隊】

■2018名張ひなち湖紅葉マラソン大会

期日 平成30年11月18日(日)

活動時間 6:30~15:00

会場 比奈知ダム右岸広場

活動内容 監視員及び運営

申込締切 平成30年11月 8日(木)





■第27回かめやま“江戸の道”シティマラソン大会

期 日 平成31年 1月13日 (日)
活動時間 7:00~12:30
会 場 亀山市西野公園
活動内容 立哨員、靴袋配布、場内記録掲示 等
申込締切 平成30年11月26日 (月)

■第14回津シティマラソン大会サオリーナ杯2019

期 日 平成31年2月10日 (日)
活動時間 6:00~14:00
会 場 津市産業・スポーツセンター
活動内容 大会運営に関する業務
申込締切 平成30年11月28日 (水)



■第14回松阪シティマラソン

期 日 平成31年3月10日 (日)
活動時間 6:15~13:00
会 場 松阪市総合運動公園
活動内容 大会運営
申込締切 平成30年11月 7日 (水)



下記までご連絡ください



【発 行】みえ広域スポーツセンター

三重県地域連携部 国体・全国障害者スポーツ大会局 スポーツ推進課内

〒514-8570 津市広明町13番地 (本庁2階)

TEL : 059-224-2986 FAX : 059-224-3022 E-mail: m-kouiki@pref.mie.jp

URL : <http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/73545045197.htm>

みえ広域
スポーツセンター

