

みえ広域スポーツ  
センターからの  
お知らせ

## スポーツリズムトレーニング

スポーツリズムトレーニングとは、運動能力の向上を「リズム感」からアプローチする運動プログラムです。

「リズム感」を高めることで運動能力を向上させる新感覚の画期的なトレーニングで、ノリの良い音楽に合わせてジャンプやステップ等様々な動きを行っていきます。

またこのプログラムはケガの予防効果が期待出来るため、子供からプロ選手まで幅広く活用できます。

現在、親子運動教室・幼児運動教室（スターアカデミー）や高齢者教室、幼稚園・保育園、スポーツ少年団、スポーツチーム等で活動しています。

※高齢者教室では、リズムステップを用いて足腰に優しい動きにて脳トレと運動を同時に行います。

- リズムトレーニングの中で代表的なものに**リズムジャンプ**があります。

嬉しいこと楽しいことがあると飛び跳ねて喜びますよね！

脳は、行動と感情をセットで記憶します。

逆にジャンプをすると楽しい、嬉しいという感情になり、笑顔いっぱい運動をします。

また、リズムジャンプは身体が一気に温まるので、様々なスポーツのウォーミングアップとして行えます。

- リズムジャンプ以外にも競技に合わせたトレーニングを音楽に合わせて行い、リズムからアプローチすることが出来ます。

頭の中のリズムが細かくなると身体の動きが精密となります。



音楽に合わせて身体を動かすことは人間本来が持っているものです。  
運動が苦手な人も楽しんで取り組みます。

令和3年度、日本整形外科学会の記者説明会にて「骨粗鬆症をはじめとする様々な傷害は子どもの頃の運動で予防できる」というエビデンスのもと「子どもたちに楽しい運動を！」ということが発表されました。  
その中で唯一の具体的な取り組み例として、リズムジャンプが紹介されました。

スポーツリズムトレーニングの体験会や教室をお考えの総合型クラブは、  
みえ広域スポーツセンターまでお問い合わせください。

みえ広域スポーツセンター

TEL:059-224-2986 E-mail: [m-kouiki@pref.mie.lg.jp](mailto:m-kouiki@pref.mie.lg.jp)



## 助成事業の お知らせ

### 独立行政法人国立青少年教育振興機構による助成

#### 〈子どもゆめ基金〉

対象活動 子どもの健全な育成を図ることを目的に、令和4年4月1日以降に開始し、令和5年3月31日までに終了する、次の活動に対し助成を行います。

(1) 子どもを対象とする活動

- ①体験活動 自然体験活動  
科学体験活動  
交流を目的とする活動  
社会奉仕体験活動  
職場体験活動  
総合・その他の体験活動

②読書活動 読書活動

(2) 子どもを対象とする活動を支援する活動

- ①フォーラム等普及活動
- ②指導者養成

対象団体 次に該当する団体で、当該団体が自ら主催し、子どもの健全な育成を目的に子どもの体験活動や読書活動の振興に取り組む団体

- (1) 公益社団法人、公益財団法人又は一般社団法人、一般財団法人
- (2) 特定非営利活動法人
- (3) 上記(1)(2)以外の法人格を有する団体(次に掲げる団体を除く。)

- ①国又は地方公共団体
- ②法律により直接に設立された法人
- ③特別の法律により特別の設立行為をもって設立された法人

(4) 法人格を有しないが、活動を実施するための体制が整っていると認められる団体

助成金額 1活動あたりの助成金の額は2万円以上限度額とし、限度額は下記のとおりです。  
ただし、活動実績のない新規団体への助成については、原則として限度額の2分の1とします。

活動規模	参加者を募集する範囲	限度額
全国規模	24都道府県以上で募集	600万円
都道府県規模	全国規模以外で、都道府県下全域または、都道府県を超えて募集	200万円
市区町村規模	上記以外で、市区町村単位または、複数の市区町村にて募集	100万円

申請期間 ①郵送申請 令和3年10月1日～11月16日 消印有効  
 ②電子申請 令和3年10月1日～11月30日 17時締切

申請方法 申請は、①郵送による申請か、②電子申請システムを利用した申請のいずれかの方法で行うことができます。

①郵送による申請

申請書に必要事項を記入のうえ、郵送や宅配便により国立青少年教育振興機構に提出してください。FAXまたは電子メールによる申請は受け付けていません。

②電子申請システムを利用した申請

子どもゆめ基金ホームページよりログインしてください

【URL：<https://yumekikin.niye.go.jp>】

申し込み 独立行政法人国立青少年教育振興機構 子どもゆめ基金部助成課  
 問い合わせ 〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1  
 フリーダイヤル：0120-579081（無料）  
 E-mail：[yume@niye.go.jp](mailto:yume@niye.go.jp)

子どもゆめ基金

検索

公益財団法人大阪コミュニティ財団による助成

〈2022年度助成〉

対象団体 1年以上の活動実績を有する非営利団体（法人格の有無は問いません）

対象事業 2022年4月1日から2023年3月31日までの間に、実施を予定している公益に資する事業。

助成事業 ・一般基金 7,650,000円（総額）  
 青少年の健全育成を図る活動  
 多文化共生を図る活動  
 地域社会の活性化を図る活動  
 芸術・文化の発展向上を図る活動  
 環境の保護・保全を図る活動  
 ・分野別基金 65,021,000円（総額）  
 青少年の健全育成 2,380,000円  
 健康増進、健全育成の支援 740,000円

締切日 令和3年11月26日（金）当日消印有効

申込方法 助成申請書を公益財団法人大阪コミュニティ財団のホームページよりダウンロードし、必要事項を記入してください。書類は郵送およびメールで送付してください。

【[http://www.osaka-community.or.jp/contents/grant/guide\\_form.htm](http://www.osaka-community.or.jp/contents/grant/guide_form.htm)】

提出先 公益財団法人大阪コミュニティ財団 事務局  
問合せ先 〒540-0029 大阪市中央区本町橋 2-8 大阪商工会議所ビル 5階  
TEL：06-6944-6260 FAX：06-6944-6261  
E-mail：[info@osaka-community.or.jp](mailto:info@osaka-community.or.jp)  
HP：<http://www.osaka-community.or.jp>

大阪コミュニティ財団

検索

地域スポーツ・  
レクリエーション  
指導者養成事業

### 遊びが運動になるスポーツ・レクリエーション活動

主催 三重県、一般社団法人三重県レクリエーション協会  
受付・配信 令和3年10月7日（木）～令和4年2月28日（月）  
形式 オンライン研修  
視聴料 無料  
対象者 17歳以上で、スポーツ・レクリエーションに関心のある方、総合型地域スポーツクラブに関わっている方、地域活動を行っている方など  
申込方法 メールに下記の①～④の事項を記入の上お申込みください。  
お申込みいただきましたら、3日以内に動画視聴のURLをお知らせします。  
①名前 ②住所（市町名まで） ③年齢 ④レク資格の有無  
E-mail：[mie-rec@ztv.ne.jp](mailto:mie-rec@ztv.ne.jp)  
その他 視聴後、アンケートにご協力いただきます。（A4用紙1枚分）  
動画視聴URLのお知らせ時にWordで添付しますので、返送をお願いします。

### SSピンポン初心者教室

SSピンポンは、シングルスとダブルスがあります。  
障害・健常、関係なく楽しむことができる、ユニバーサルスポーツです。  
SSピンポンのSSとは、生涯（Syougai）とスポーツ（Sports）を頭文字にしています。

- ・金属が入った、音が鳴る球を、ネットの下を通して打ち合います。
- ・ラケットには、打った時に音が出るように、ラバーが張られていません。
- ・優しいですが、奥が深く楽しいスポーツです。

主催	三重県、一般社団法人三重県レクリエーション協会
日時	令和3年11月27日(土) 13:15~16:15
場所	三重北勢健康増進センター(四日市市塩浜町1番地11)
講師	服部 信好 氏(NPO 法人日本SSピンポン協会公認 A級審判員他)
参加費	無料
対象者	三重県民の18歳以上であればどなたでも参加できます。
持ち物	運動のできる服装、上履き
申込方法	<a href="#">参加申込書</a> に必要事項を記入のうえ、三重県レクリエーション協会事務局までメール、FAX、郵送いずれかの方法でお申込みください。
締切日	令和3年11月19日(金)
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本セミナーは、レクリエーション資格取得のために必要な科目「個々の活動の習得」となります。</li> <li>・新型コロナウイルス対策には各自万全を期して、体温37.5℃以上または体調のすぐれない方のご参加はご遠慮いただきます。(当日、体温チェックをさせていただきます)</li> </ul>

【問合せ先】

一般社団法人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  
 TEL: 059-246-9800 FAX: 059-246-9801  
 E-mail: [mie-rec@ztv.ne.jp](mailto:mie-rec@ztv.ne.jp)

三重県レクリエーション協会

検索

《スポーツくじ(toto・BIG)について》

スポーツくじ(toto・BIG)は、子どもからお年寄りまで誰もが身近にスポーツに親しめる環境整備や、国際競技力向上のための環境整備など、新たなスポーツ振興政策を実施するため、その財源確保の手段として導入されたものです。

みえ広域スポーツセンターは、toto助成によりクラブアドバイザーを派遣し、総合型クラブの創設から自立・活動までを支援しています。



スポーツは育てることができる。

スポーツくじ(toto・BIG)の収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

【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.lg.jp](mailto:m-kouiki@pref.mie.lg.jp)  
 WEB: <http://www.pref.mie.lg.jp/D1SPORTS/73545045197.htm>  
 Facebook: <https://www.facebook.com/mie.kouiki.sc/>

