

# 富山トリム・リズム協会

## 1. 役員氏名

- (1) 相談役 飯田 恵美子 (2) 名誉会長 宮本 裕子
- (3) 会長 水野 圭威子 (4) 副会長 岡田 啓子 岡本 瑠美子
- (5) 理事長 市体育協会理事 青見 久子
- (6) 連絡責任者 数土 真理子

## 2. 活動目標

市民みなさんの健康づくり・体力づくりをめざし、生涯にわたり実践できるリズム体操を普及・推進することを目的とします。

## 3. 主な活動

### <研修会>

- ・毎月1回の定例研修
- ・外部研修会の参加
- ・中央研修会の参加



### <参加協力>

- ・女性スポーツの会主催・講演会・実技講習会

### <指導協力>

- ・平成30年度楽楽いきいき介護予防教室指導者養成講習会講師（富山市長寿福祉課）
- ・中高年ヘルシースポーツ教室（富山市体育協会主催）
- ・公共スポーツ施設スポーツ教室（富山市体育協会主催）
- ・富山市健康教育（市保健所主催）
- ・校区健康相談・運動の部（富山市保健所）
- ・楽楽いきいき介護予防教室の指導（富山市長寿福祉課）

## 4. 次年度の課題

今後ますます生涯スポーツの普及に貢献し、市民の皆さんに、広くトリム・リズム体操の良さをPRしていく。また、指導者を目指す会員を増やし、楽しく気軽に参加できるようなリズム体操の事業をしていきたい

# トリム・リズム協会

## 1. 令和元年度役員氏名

- (1) 名誉会長 宮本 裕子 (2) 会長 飯田 恵美子
- (3) 理事長 体育協会専門委員 岡島 幸子 (4) 副理事長 体育協会理事 藤井 元子
- (5) 連絡責任者 数土 真理子

## 2. 活動目標

市民みなさんの健康づくり・体力づくりをめざし、生涯にわたり実践できるリズム体操を普及・推進することを目的とします。

## 3. 主な活動

### <研修会>

- ・毎月1回の会員研修
- ・介護予防運動指導者研修会（富山市長寿福祉課主催）
- ・介護予防講習会（富山県レク協会主催）
- ・高齢者の健康体力づくり指導者養成講習会（富山市体育協会）

### <指導>

- ・中高年ヘルシースポーツ教室（富山市体育協会主催）
- ・公共スポーツ施設スポーツ教室（富山市体育協会主催）
- ・富山市健康教育運動指導（富山市保健所主催）
- ・まちなか健康教室運動指導（富山市まちなか総合ケアセンター主催）
- ・楽楽いきいき介護予防教室（富山市長寿福祉課主催）

### <参加協力>

- ・女性スポーツの会主催・講演会・実技講習会
- ・サンフォルテフェスティバル