

富山市トリム・リズム協会

1. 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・体力づくりのため、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>

- ・令和2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

コロナ感染予防を十分に行いながら、指導を通して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・リズム体操の楽しさ、必要性をPRしたい。

また、指導者を目指す会員を増やすこと、楽しく気軽に参加できるようなリズム体操の事業を企画していきたい。

富山市トリム・リズム協会

1. 令和3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

<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）

<研修参加>

- ・富山市体育協会高齢者指導者研修会
- ・富山市長寿福祉課楽々行介予防指導者研修会

<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