

令和7年度富山県スポーツ推進委員ラジオ体操指導者講習会 報告書

1 期 日 令和7年12月7日（日） 9:00～12:00

2 会 場 富山市屋内競技場（アイザックスポーツドーム）

3 内 容 NPO法人全国ラジオ体操連盟公認「ラジオ体操指導者講習会」

4 講 師 藤元 直美 氏

実技講師 五日市 祐子 氏

5 参加者数 94名

6 日 程

9:00～受付

9:30 開講式・表彰式・講師紹介
講習（ラジオ体操とみんなの体操）

12:00 閉講式



ラジオ体操（第1、第2）、みんなの体操についての実技講習を受けた。

ペアを作り、互いに動きを確認したり声を掛け合ったりしながらの実技講習だったため、コミュニケーションをとりながらリラックスして参加することができた。また、正しいラジオ体操のポイントを聞くことで、より運動効果を高める方法を知ることができ、今後、各市町村・地区での指導に自信をもって取り組むきっかけを得ることができた。