

# 平成24年度スポーツリーダー養成講習会

スポーツに関する正しい知識を習得し、地域のスポーツリーダーとして活躍しませんか。  
※2月10日(日)は体を動かすので、動きやすい服装でお越しください。

全日程に参加した方は、羽村市スポーツリーダーとして認定します。  
※3日間のうち1日だけの参加も可能です。

対象 20歳以上の方  
定員 80人(先着順)  
参加費 無料  
会場 ①ゆとろぎ/②・③スポーツセンター  
持ち物 筆記用具

申込書は市ホームページからダウンロードすることができます。  
申込書は市ホームページからダウンロードすることができます。  
申込み・問合せ 1月6日(日)までに、スポーツセンターで配布する申込書に記入し、ファクス・Eメールまたは直接スポーツセンターへ  
☎ 555-10033 FAX 554-9974  
✉ 5705005@city.hamura.tokyo.jp

## ■講習会プログラム

期日	内容(時間)	講師
① 1月20日(日)	スポーツ基本法・スポーツ基本計画と羽村市のスポーツ推進(午後1時30分～2時40分) 国・市のスポーツ推進の現状を学ぶとともに、市がスポーツリーダーに期待することについて理解を深めます。	堀松英紀 (羽村市教育委員会スポーツ推進課長)
	地域におけるスポーツ指導について(楽しさのある指導法の工夫) (午後3時10分～4時40分) 青少年のスポーツ団体も含め、地域スポーツ指導者およびスポーツ実践者として、楽しく指導・実践するための工夫や指導技術を学びます。	川向妙子さん (東海大学体育学部生涯スポーツ学科教授)
② 1月27日(日)	運動と食事(栄養・運動中の水分補給含む) (午後1時30分～3時) スポーツをする方の栄養の摂り方(食事で気をつけること)や水分補給などの基礎を学びます。青少年の保護者は、実生活でも役立ちます。	古田裕子さん (NHKきよの健康講師・健康運動指導士)
	スポーツ事故の法的責任とリーダーとしての役割(午後3時30分～5時) スポーツにおける事故について、起こり得る責任問題などを理解し、事前にしておかなければいけない事務や点検などについて学びます。	日野一男さん (実践女子短期大学教授・日本スポーツ法学会所属)
③ 2月10日(日)	ウォーミングアップとクーリングダウンの理論と指導法(実技含む) (午後1時30分～3時) ウォーミングアップとクーリングダウンの必要性や重要性についての理論のほか、簡単な指導方法や、代表的なストレッチングについて実技を交えて学びます。	秋田裕子さん (AFAA公認フィットネスインストラクター)
	心肺蘇生法(CPR)実習(AED使用法含む) (午後3時30分～5時) AED(自動体外式除細動器)による心肺蘇生法や、意識不明状態の方への対応について学びます。	田中秀治さん (国士舘大学体育学部スポーツ医科学科教授・医学博士)

# 消防団員募集

地域の安全・安心を守るために活動しませんか。  
消防団員になりたい方や関心のある方は、問い合わせてください。

対象 市内在住の18歳以上45歳未満の方  
※入団は、平成25年4月1日からです。

## 入団後の待遇

制服などの被服の貸与、報酬などの支給、万が一の場合の補償制度があります。

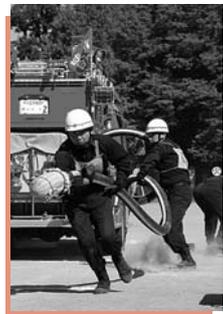
## 消防団とは

消防団は、火災・風水害・震災時に、地域の安全・安心を守るために活動している消防組織です。

救命などの各種訓練、火災予防・警戒活動なども行っています。

## 消防団の状況

市内を6分割し、第一分団から第六分団までが各町内会を担当しています。



▶第21回羽村市消防団ポンプ操作審査会



▲平成24年度総合防災訓練

問合せ 防災安全課防災係(羽村市消防団事務局) ☎ 207

たま川兄弟  
減右衛門と量右衛門のこれやってる？  
＜年末の粗大ごみの自宅回収は  
早めに予約してね！の巻＞

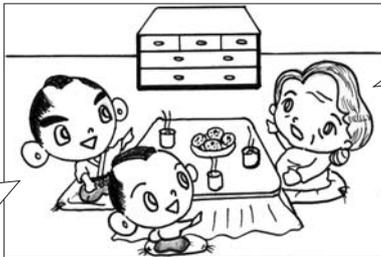
減右衛門



量右衛門



粗大ごみですね。



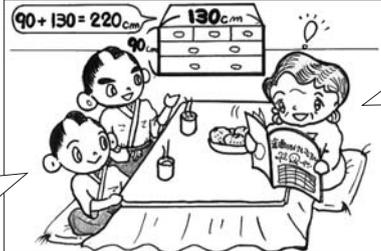
思い切ってあのタンスを  
捨てようと思うの。

自宅回収料金ですね。資  
源リサイクルマニユアル  
で確認してみましょう。



いくらシールを貼っ  
ておけばいいかしら。

年末はとっても混むの  
で早めに予約しておい  
た方がいいですよ。



このタンスだと700  
円のシールだわ。

受付は28日までです  
が、予約状況によつて  
は年内に収集できない  
場合もありますからね。



そうね。さっそく予約  
してみるわ。

各部屋にごみ箱3つ！



雑紙・容器包装プラスチックを  
しっかり分別！



体験学習会

## 「まゆ玉だんごをつくらう！」

かつて養蚕が盛んだった羽村では、  
まゆに見立てただんご「メエダマ（繭  
玉）」を作つて木に飾り、1月14日〜16  
日の小正月の時にまゆの豊作を願う  
行事が行われていました。

体験学習会では「まゆ玉かざり」の  
だんご作り、飾りつけを行います。

※体験学習会で作った「まゆ玉かざ  
り」は、1月6日(日)から16日(水)まで、  
郷土博物館オリエンテーションホー

ルと旧下田家住宅に展示します。

日 時 1月5日(土)午後1時30分〜  
3時30分

会 場 オリエンテーションホール  
定 員 30人（先着順）

※小学校4年生以下は、保護者の付添  
いが必要です。

参加費 無料  
持ち物 エプロン・三角巾・手拭き用  
タオル

申込み 12月18日(火)午前9時から、

電話または直接郷土博物館へ

☎ 558-2561



▲飾りつけの様子

## 燃やせないごみに

### ライターの混入

11月7日(水)に回収した燃やせないご  
みの中に、ライターが混入していました。  
このライターが原因で、収集車の中  
のほかの燃やせないごみに引火する事  
故が発生しました。

有害ごみの混入は大変危険です。ラ  
イターなどの危険物は、必ず有害ごみ  
の日に出してください。

皆さんのご協力を  
お願いします。

問合せ 生活環境課  
生活環境係 ☎ 204



▶引火した燃やせ  
ないごみ