

JUMP

はままつ市民スポーツだより ジャンプ

vol.

87

2026.9

かわな野外活動センター
「家族ふれあいデー（キャンプファイヤー）」



浜松アリーナ「スポーツ塾」



スポーツで

いきいき!ワクワク!



浜松アリーナ
「バスケットボールクリニック」

スポーツくじ



はままつ市民スポーツだより「JUMP」
は、スポーツ振興くじ助成金を受けて
作成されています。

特集

スポーツ少年団
インタビュー

浜松河輪セブン少年野球団／浜松バレーボールクラブAXIS
北浜女子ソフトボールクラブ

- 浜松市スポーツ協会 新会長ご挨拶
- 令和8年度スポーツ功労章&優秀選手章表彰
- 常葉大学食プロデュースコラム
- 常葉大学稲垣先生スポーツコラム
- スポーツ教室 ●加盟団体教室



公益財団法人

浜松市スポーツ協会

浜松市中央区和田町808番地の1 浜松アリーナ2階
TEL.053-411-8686 FAX.053-411-8687
<https://hamamatsu-sports.or.jp/>



Instagram
始めました



@HAMAMATSU.SPOKYOU



すずき いさお
鈴木 勲
公益財団法人
浜松市スポーツ協会 会長

公益財団法人浜松市スポーツ協会 新会長ご挨拶

この度、大坪豊生前会長よりバトンを受けて、新たに会長に就任いたしました鈴木勲でございます。ここに謹んでご挨拶申し上げます。

私ども浜松市スポーツ協会は、昭和55年に前身の浜松市体育協会として設立以来、浜松市における健康・体力づくりを推進し、アマチュア精神を培い、スポーツの普及・向上を図り、もって健康で明るい市民の育成に寄与することを目的として、今日まで活動をしてまいりました。

時代の流れとともに、スポーツを取り巻く環境も大きく変化をし

ておりますが、これまでの歩みを大切にしながら、子どもから高齢者まで、誰もがそれぞれのライフステージでスポーツに親しむことができるように努めてまいります。

また、各競技団体や地域の皆さまとの連携を一層深めるとともに、障がいの有無や年齢、性別を問わず、多様な方々が集い、支え合うスポーツの場を広げていきたいと考えております。

引き続き、皆様の温かいご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和8年度 | スポーツ功労章&優秀選手章 表彰

多年にわたり各競技団体の役員・指導者としてスポーツの普及振興に尽力され、多大な功績を収められた10名の皆様と、全国大会において優秀な成績を収められた2名1団体の皆様をご紹介します。(敬称略)



なるえ れいこ
成江 玲子
浜松市スポーツ協会浜北支部



おおた つよし
太田 剛
浜松市スポーツ協会天竜支部



たけやま かずのり
竹山 一範
NPO法人浜名湾游泳協会



きんばら
金原 ルミ
浜松市ソフトテニス協会



こすぎ あつこ
小杉 淳子
浜松卓球協会



かねこ まさお
兼古 雅男
浜松市ソフトボール協会



たかなが まさと
高柳 雅人
浜松市テニス協会



おかもと まさやす
岡本 雅康
浜松市中学校体育連盟



いとう ふみえ
伊藤 文枝
浜松市インディアカ協会



たなか たけはる
田中 丈晴
浜松市空手道連盟



みやざき いおり
宮崎 緒里
[NPO法人浜名湾游泳協会]

2025年度全国高等学校総合体育大会
水泳競技大会
第93回日本高等学校選手権水泳競技大会
男子200m平泳ぎ 優勝



はやかわ たかこ
早川 孝子
[浜松卓球協会]

全日本ラージボール卓球選手権大会
女子シングルス70 優勝



入野中学校
女子ダブルスカル
[浜松ローイング協会]

第45回全日本中学生選手権競漕大会
優勝



季節の変わり目に負けない！

秋の味覚でつくる健康な体

厳しい暑さが続いた夏が終わり、秋の大会やシーズンに向けて練習量が増える時期になりました。

しかし、「なんとなく疲れが抜けない」「思うように体が動かない」と感じている人もいるのではないのでしょうか。

実は、夏の疲労や栄養不足が体に残り、パフォーマンス低下の原因になることがあります。

今回は、夏のダメージを回復し、秋に最高のパフォーマンスを発揮するためのポイントを紹介します。



季節の変わり目
だからこそ
油断は禁物!!

あなたが思っているよりも体は疲れているかもしれません。気付かぬうちに水分やミネラルが失われたり、暑さによる食欲低下で栄養が不足したりと、夏の疲れは少しずつ体に蓄積しています。そのため、朝晩が涼しくなり過ごしやすくなった秋でも、気分が優れない、練習に身が入らないなどの影響が出てくるのです。さらに、季節の変わり目は気温差が大きく、自律神経が乱れやすい時期でもあります。健康な体を維持するためには、十分な休養とともに、毎日の食事で必要な栄養素をしっかりと補給することが大切です。

食欲の秋を味方につけよう！

おすすめしたいのが、**秋の旬の食材**です。

皆さんは旬という言葉をご存知でしょうか。旬とは、食べ物がいちばんおいしくて栄養たっぷりの時期のことを言います。自然の中で普通に育てた野菜や果物、魚をたくさん取ることができる時期で、食べ物によってその時期が違います。そして、旬を迎えた食材はそうでない時期のものに比べて栄養価が高いとされています。

また、旬のものを食べることで、自然のめぐみや四季の変化等の季節感が感じられ、行事食を楽しむことができます。

例えば…

秋刀魚(さんま)や鮭などの魚には、体づくりに欠かせないたんぱく質が豊富に含まれており、栄養素としては不飽和脂肪酸や、ビタミンB2・Dが豊富です。特に不飽和脂肪酸のイコサペンタエン酸=IPAやドコサヘキサエン酸=DHAに注目してもらいたいです。

IPA、DHAには血栓を予防する効果があるとされ、善玉コレステロールを増やし、悪玉コレステロールや中性脂肪を減らし、血液をサラサラにすることで、動脈硬化や脳血栓、心筋梗塞、高血圧などを予防すると考えられています。運動後の回復や健康維持にも役立つため、積極的に取り入れたい栄養素です。

また、**しめじやしいたけなどのきのこ類**も秋の代表的な食材です。成分は野菜に似ていますが、ビタミンCはほとんど含まない点が大きな違いです。低カロリー食品であり、食物繊維、亜鉛、銅、ビタミンB1・B2・Dなどを多く含みます。

しいたけの香気成分はレンチオニンといい、免疫力を高め、がん抑制効果があるとされています。また、免疫機能を高めるβ-グルカン(高分子たんぱく多糖体)も多く含まれ、栄養的価値の高い食品といえる。β-グルカンという成分も含まれており、体の免疫機能をサ

ポートするとされています。

さらに、**さつまいもやかぼちゃ、栗**などの秋の味覚はカルシウムやカリウムなど、日本人に不足しがちな栄養素に富んでいます。また、栗やいも類に含まれるビタミンCはでんぷんに包まれているため、加熱しても壊れにくい特徴があり、貯蔵や調理によっても損失が少ないという特徴を持っています。

食欲の秋だからこそ、旬の食材を楽しみながら栄養バランスのよい食事を心がけてみましょう。季節の変わり目に負けない健康な体づくりが、毎日を元気に過ごすための第一歩です。

まとめ

秋は大会や練習が増える季節であるため、毎日の朝食をしっかりと食べて、一日を元気にスタートさせましょう。



【参考文献】

- 実教出版編集部：オールガイド食品成分表2024 [発行所]実教出版株式会社(2024) (2026.6/23)
- 農林水産省 子どもの食育：
https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomo_navi/learn/seasons1.html (2026.6/26)



食プロデュース

常葉大学健康プロデュース学部健康栄養学科の学生が立ち上げたサークル。栄養バランスを考えた食事の提供や年齢や活動に応じた栄養に関するアドバイスを中心に「食」を通した活動を行う。

自衛隊浜松北基地正門北へ200m

TKC 会計で会社を強くする！
CPTA FIRM SAKAMOTO & PARTNER

税理士法人 坂本 & パートナー
<http://www.net-bp.co.jp>

TEL.053-437-7117 ATKC 自衛隊浜松北基地正門北へ200m

テニスショップ
AOYAMA SPORTS

- テニスコート設計・施工 (砂入り人工芝も驚きの価格)
- コーチの派遣
- イベントの依頼
- 大会のスポンサー 他

テニスのことならなんでもご相談下さい

Tennis Village

HP: <http://aoyamasp.co.jp/>
浜松市中央区青町316-2 ☎053-454-9148

VENDING MACHINE SERVICE
Foods & Beverages

EASY TIME PARTNER

SHIORIDO 株式会社 葉堂

自動販売機フルメンテナンス総合商社
浜松市中央区池町221-6 / TEL.053-453-4880

一つから作れる
プリントショップ
一作屋

事例や制作の裏面を公開中！

matsumoto printing 松本印刷株式会社 浜松支店
TEL.053-464-8359

のびのび子
体操教室

浜北グリーンアリーナ教室
浜松アリーナ教室

☎090-4791-6870 (佐藤)
<https://nobinobikko.jp/>

SANKO INC.
三幸株式会社

総合ビル管理・指定管理事業・貸会議室
下記施設を指定管理者として運営しております。是非、ご利用ください。

浜松市三ヶ日B&G海洋センター
浜松市武道館

本社 TEL 03-5217-1621
H P <http://www.sanko-inc.co.jp>

浜松支店 TEL 053-458-9851

浜松市 スポーツ少年団 インタビュー PART 2

浜松河輪セブン少年野球団

監督 すずき のりき 鈴木 憲樹 さん キャプテン うちやま そうた 内山 創太 さん

団の紹介

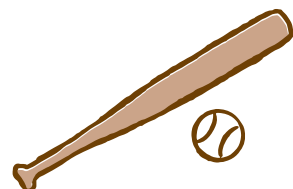
浜松河輪セブン少年野球団は昭和52年に創立した、小学生の軟式野球チームです。もうすぐ節目となる50年目をむかえます。団員たちは、監督とコーチの指導のもと、野球を通じて礼儀や仲間と協力することの大切さを学びながら、のびのびと成長しています。現在、小学生の男女13人が在籍しています。女の子も活躍中です！旧五島小グラウンドで、土・日曜日の8:30～15:30、木曜日の18:30～20:30に活動しています。新メンバーを随時募集しております！どうぞお気軽にお問い合わせください。

団の中で大切にしていること[監督より]

誰に対しても何に対しても感謝の気持ちを忘れない事、及び道具を大切にすることです。

少年団で楽しいとき[キャプテンより]

学年を問わずみんなで仲良く元気にプレーをしているときや、気持ちを合わせて課題を達成出来たときです。



目標[キャプテンより]

公式戦での三回戦突破を目指しています。

入団したい子へメッセージ

子供も大人もものすごく仲の良いチームです。楽しく明るく元気に野球をしましょう！



問合せ先
TEL.090-1626-6144
(担当/吉田)

浜松バレーボールクラブAXIS



監督 おおきし たかひろ 大木 島尚弘 さん キャプテン とくだ ゆきの 徳田 雪乃 さん

団の紹介

2019年1月に設立した、女子のバレーボールチームです。主に浜松学芸高校で活動しています。活動時間は水曜日の19時～20時30分、土曜日の16時30分～19時、日曜日終日、祝日は13時～17時です。現在は、団員27名で元気に活動しています。

団の中で大切にしていること[監督より]

バレーが上達する前に、挨拶・礼儀を最優先にしています。技術面では絶対に諦めずにボールを追いかけること、元気に練習に取り組むことを大切にしています。

少年団で楽しいとき[キャプテンより]

- 出来なかったプレーができるようになったとき
- みんなと協力してボールを繋ぐ事ができたとき

目標[キャプテンより]

5月の全日本バレー大会の予選では、県大会出場を勝ち取れましたが、県大会では初戦で敗退してしまいました。とても悔しかったので11月の大会では県大会に出場し1勝することが目標です。

入団したい子へメッセージ

バレーボールを通じて挨拶・礼儀・思いやりが身につくチームです。一生懸命取り組む事に楽しさを見いだせるチームだと思いますので是非体験にお越し下さい。



問合せ先
TEL.090-2266-8846
おおきし
(担当/大木島)

北浜女子ソフトボールクラブ



監督 もちづき まさき 望月 雅樹 さん キャプテン もちづき ゆいな 望月 結菜 さん

団の紹介

2008年にチームを発足して現在18年目となります。2026年は「最後まであきらめずに全力プレー」を合言葉に小学生女子ソフトボールクラブチームとして活動しています。活動は土曜日8時半～12時半、日曜日8時半～16時半、ナイター練習は第2第4木曜日の19時～21時。主な活動場所は北浜南小学校のグラウンドです。小学校1年生～6年生の女子18名で楽しく活動しています。

団の中で大切にしていること[監督より]

挨拶・礼儀・感謝の心は徹底指導しています。ソフトボールの指導方針としては、とにかく楽しむこと、そして勝つためにどんなプレーをしたら良いかをこちらが強制的に教えるのではなく、選手自身によく考えてもらうよう心がけています。

少年団で楽しいとき[キャプテンより]

試合でチームのみんなと最後まであきらめずにプレーし、次のバッターにつなぎ1点を取った時です。

目標[キャプテンより]

全国大会で1回戦を突破し、ベスト8進出が目標です。

入団したい子へメッセージ

色々な小学校の女の子達が毎週楽しそうに活動しております。新しい仲間と一緒に楽しくソフトボールをしませんか。練習日はいつでも見学・体験を実施しているのでぜひ一度グラウンドにお越しください。



問合せ先
TEL.090-9189-6121
(担当/望月)

広告掲出のご案内

四ツ池公園では、令和8年度より
陸上競技場内に企業・団体の広告を
掲出する事業 を行っております。

広告の掲出をご希望の方はお気軽に
ご相談ください。

広告掲出に期待される効果

- 企業・団体のPR、イメージアップ
- 地域のスポーツ振興に寄与
- 地域貢献
- 人と人とのつながり・交流の機会創出

広告掲出料

1区画 (0.8m×6.0m) 94,250円
※看板枠の制作費用が別途発生いたします。



お問い合わせ先

四ツ池公園

浜松市中央区上島6丁目19番1号

☎ 053-473-3281 [担当:島]

四ツ池
公園HP



浜松市スポーツ少年団に関する
お問い合わせ

浜松市スポーツ少年団本部事務局

☎ 053-411-8686
✉ info@sposyou.com

ゴリラの大看板が目印!!

スポーツタウン **メイセイ**

浜松市中央区高林5-9-13 (浜松中央警察署北隣り)
Tel.053-472-4533

www.meisei-gorilla.com



浜松アリーナ (サブ)
エコパアリーナ / 笠井体育館
磐田総合体育館 / 天竜体育館
掛川さんりーな / 浜北体育館



磐田スクール (毎週土曜日)
浜北平口サッカー場
(毎週月・水曜日)
随時無料体験できます!

tel.090-2133-1473 (マリオコーチ)
f Santos FC Japan / Mario Futsal School

15歳未経験から目指せるプロアスリート

新ボートレーサー
募集中!

問い合わせ先

〒479-0837 愛知県常滑市新開町4-111
TEL 0569-47-8143

一財団法人 日本モーターボート競走会



ヤマハ株式会社

https://www.yamaha.com/ja/

アイコー工芸

- ◎ バッジ ◎ カップ
- ◎ トロフィー ◎ 各種旗

浜松市中央区萩丘 3-10-28
Tel・Fax 053-472-9221

カワイ体育教室

3つの要素をバランスよく指導します。
子どもを育てる3つの要素

からだの面 体力や運動能力の発達
こころの面 情緒や社会性の発達
知的な面 考える能力の発達

生徒募集中
<お問い合わせ先>
カワイ体育教室浜松事務局
TEL 053-452-4134
営業時間: 9:00~17:30 定休日: 土・日
http://www.kawai.jp/physical/



健康・体力づくりのために、 スポーツを始めてみませんか？

2026年 9～12月 スポーツ教室

スポーツ協会ではより多くの市民のみなさまに、様々なスポーツを体験していただく機会を作るために、加盟団体の皆様にもご協力いただき、各種スポーツ教室を開催しています。この機会にご自分に合った教室を見つけてみませんか？

事業名	開始月
産後エクササイズ&ベビーマッサージ	10月
脂肪燃焼ひきしめ	10月
すっきりヨガ(月・金・土)	10月
リラクッスヨーガ	10月
やさしいピラティス(昼)	10月
キッズダンス	10月
やさしいピラティス(月クラス/星クラス)	10月
ヨガ&ピラティス	10月
やさしいエアロ(火・水)	10月
ZUMBA	10月
かんたんダンス	10月
らくらくヨガ	10月
ストレッチボール調整クラス	10月
たのしくエアロ&ひきしめ	10月
サルセッション	10月
背骨コンディショニング	10月
シェイプヨガ	10月
骨盤調整エクササイズ	10月
かんたんステップ	10月
ピラティス&骨盤体操	10月
親子ワンツースリー	10月・11月
はつらつ体力アップ	11月
やさしいヨガ	11月
男のフィットネス	11月
わんぱくスポーツクラブ	12月

事業名	開始月
ミセスのかんたんエクササイズ	10月
エアロ&ちょいトレ	10月
ストレッチ&プチ筋トレ	10月
はじめてのエアロピクス	10月
からだ引き締めヨガ	10月
背骨コンディショニング	10月
リズムトレーニング	10月
くるくるスポーツ(サッカー・バドミントン)	10月
K-POPダンス	12月

事業名	開始月
ネイチャーワールド☆秋	10月
日帰り天体観望会	10月・11月・12月
かわなオープンデー秋	11月
キラキラワクワク体験教室	11月
かわな里山体験	12月
ネイチャーワールド☆冬	12月

事業名	開始月
やさしいシェイプピラティス	9月
リセットヨガ&ピラティス	9月
女性のためのボディケア	9月
ゆったりヨガ(月曜/木曜)	9月・10月
リラクッス&リセットヨガ(月曜/金曜)	9月・10月
のびのびシニア(水曜/金曜)	9月・10月
午後のストレッチ(水曜/金曜)	9月・10月
背骨コンディショニング	10月
ナイトズンバ・ナイトヨガ	10月
小学生陸上(短距離/長距離)	11月

事業名	開始月
トランポリン	10月
エンジョイ卓球	10月
はじめてのバドミントン	10月
親子でハッピー	10月
器械体操	10月
はじめてのキッズバレエ	10月
バレエエクササイズ	10月
マットピラティス	10月
くるくるスポーツ(体育・新体操)	10月
こつこつ健康体操(月・水)	12月
HIPHOPダンス	12月
キッズダンス	12月
ジャズダンス	12月
テーマパークジャズ	12月

事業名	開始月
キッズフィールドスポーツ	10月
キッズ陸上	12月

事業名	開始月
キッズ硬式テニス	10月
キッズソフトテニス	10月

事業名	開始月
やさしい卓球	10月
ノルディックウォーク	11月

事業名	開始月
サンライフ浜北卓球	9月

事業名	開始月
ストレッチ	10月

事業名	開始月
楽しい筋骨体操	9月
ゆがみ改善ストレッチ	9月
キッズ運動	10月
かんたんスポーツ	10月
産後の体型もどし	10月
骨盤底筋トレーニングヨガ	10月
はじめての体幹トレーニング	10月
ビューティーピラティス	10月
健康太極拳	10月
脂肪燃焼エアロ(旧:楽しいステップエアロ)	11月
舞阪スポーツフェスティバル	11月
体験型避難訓練イベント	11月
プロスポーツ1dayクリニック	11月

事業名	開始月
エンジョイノルディックウォーキング	9月・10月・11月・12月
ピクブルボール個人参加	9月・10月・11月・12月
ワク楽エアロ	10月
キッズテニス	10月
ソフトエアロピクス	10月
はじめてのヨガ(水・金)	10月
バランスヨガ	10月
ズンバ	10月
心体すっきりピラティス	10月
シェイプエアロピクス	10月
はじめての大人ジャズダンス	10月
健康太極拳	10月
快眠ストレッチ	10月
室内サッカー	10月
新体操	10月
バドミントン	10月
体育	10月
ミズノランニングクリニック	12月

加盟団体教室

開催月	12月
対象	25m泳げる小学生

開催月	11月・12月
対象	20m泳げる小学生

開催月	10月
対象	小学生4～6年生、一般

開催月	10月
対象	小学生～中学2年生までの親子

開催月	10月
対象	小学6年生以上

開催月	10月
対象	5歳以上

乗馬

開催月	10月・11月・12月
対象	小学生、45～70歳の未経験者 体重80kg未満の方

ボウリング

開催月	12月
対象	小学5年生以上

少林寺拳法

開催月	10月・11月・12月
対象	5歳以上

相撲

開催月	10月
対象	3歳～18歳(高校生まで)

合気道

開催月	10月・11月・12月
対象	小学生以上、一般

ダンススポーツ

開催月	10月
対象	年長児～高校生

社交ダンス

開催月	10月
対象	中学生以上、一般

太極拳

開催月	9月・10月
対象	中学生以上

レスリング

開催月	10月・12月
対象	小学生以上

体操(レスリング)

開催月	11月
対象	小学生以上



詳しくはスポーツ協会
ホームページをご覧ください。

<https://hamamatsu-sports.or.jp/>

浜松市スポーツ協会 スポーツ教室



ご意見
募集!

皆さまの**ご意見**で、JUMPがもっと**JUMP UP!**

本誌に関するご意見、ご感想などございましたら、右のQRコード「お問い合わせフォーム」よりお寄せください。抽選にて粗品を進呈いたします。<https://hamamatsu-sports.or.jp/inquiry/>



QRコードは裏面デンソーウェブの登録商標です

※サーラグリーンアリーナ(585-1222)へお問い合わせください。

●掲載は9～12月の教室のみです。1月以降の教室は次号JUMPでお知らせします。
●途中から参加のできない教室や、すでに定員に達している教室もございますので、あらかじめご了承ください。

●会場や参加料等の詳細はスポーツ協会へお問い合わせください。TEL:053-411-8686
●参加対象、参加料、詳しい開催日程などは、各施設へお問い合わせください。

各施設のイベント情報は
こちらのQRから

ぜひチェックしてみてください!



雄踏総合体育館
舞阪総合体育館



四ツ池公園



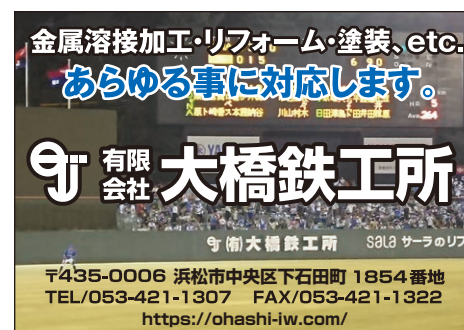
浜松アリーナ



サーラグリーン
アリーナ



かわな野外
活動センター





その指導、本当に正解ですか？ ～「これが正しい」を疑ってみる～



突然ですが、

「うさぎ跳び」や「運動中は水を飲むな」

という指導を聞いたことはありませんか。

かつては、うさぎ跳びは足腰を鍛える効果的なトレーニングと考えられ、運動中に水を飲むと体がだるくなる、根性がつかないなどの理由から、水分補給を控える指導も広く行われていました。

しかし現在では、**うさぎ跳びは膝への負担が大きい**ことや、運動中の**適切な水分補給は熱中症の予防やパフォーマンスの維持**に欠かせないことが分かっています。



「そんな指導をしていたなんて、当時の指導者はひどいじゃないか。」
そう思う人もいるかもしれません。

しかし、本当にそうなのでしょうか。

当時は、それが「正しい」と信じられていました。現在のようなスポーツ科学の知見はまだ十分ではなく、指導者はその時代に正しいと考えられていた方法を、良かれと思って子どもたちに伝えていたのです。実は、スポーツ指導にはこのような例が少なくありません。

たとえば

走り高跳び。 今では背面跳びが当たり前ですが、かつては別の跳び方が主流でした。初めて背面跳びに挑戦した選手は、「そんな跳び方で跳べるわけがない」と笑われたとも言われています。

ところが、その「常識外れ」の跳び方は世界記録を更新し、今では世界中の選手が入れる技術となりました。

野球 でも同じです。

かつては「ダウンスイング」が主流でしたが、近年では「フライボール革命」によって打撃理論も大きく変わりました。



スポーツ科学が進歩し、競技を取り巻く環境が変われば、「正しい」とされる技術も変わっていくのです。

だからこそ、私たち指導者が気を付けたいことがあります。

それは、**「これが正解だから教える」という考え方に縛られすぎない**ことです。

これまで積み重ねられてきた知識や技術は大切です。しかし、それがすべての子どもに当てはまるとは限りません。

身体も経験も、得意・不得意も、一人ひとり違います。

だから大切なのは、「この子にはどんな動き方が合うのだろう」「どうすればもっと力を発揮できるのだろう」と考え続けることではないでしょうか。

**指導者は、
答えを教える人ではなく、その子の最適解を一緒に探す人。**

そんな視点でスポーツを見つめ直すと、「正しい」と思っていた指導も少し違って見えてくるかもしれません。スポーツに絶対の正解はありません。だからこそ、一人ひとりに合った「正解」を一緒に探していく。

そんなスポーツ指導が、子どもたちの可能性をさらに広げてくれるのではないのでしょうか。



稲垣友裕 Tomohiro INAGAKI

常葉大学 健康プロデュース学部
スポーツ健康科学科 講師
小学校教諭専修免許
中学校教諭(保健体育)専修免許
高等学校教諭(保健体育)専修免許

2023年3月まで小・中学校の教員をしていました。
現在は大学で、主に教員養成の授業や、体育科教育やスポーツ教育についての研究を行っています。

JUMP!に掲載のスポーツ教室も

健康 みんなで
**HPから
カンタン
申込!**

公益財団法人
浜松市スポーツ協会
<https://hamamatsu-sports.or.jp/>

バスケ・サッカー
無料体験受付中

HMSports
バスケットボールスクール
TFS サッカースクール

2012年開校
2025年開校
初心者～上級者 基本を丁寧指導
バスケットボール U-9・U-10 募集
お気軽にスクール体験にお申し込みください

2023年3月まで小・中学校の教員をしていました。
現在は大学で、主に教員養成の授業や、体育科教育やスポーツ教育についての研究を行っています。

スクール最新情報
体験申し込み

Tel. 053-522-8525

