

2024年度 スポーツ教室スタッフ 募集のお知らせ

下記の各スポーツ教室スタッフを募集しています。楽しくできる方、お待ちしております。

教室名	受講内容	受講回数/場所	求める人材
ヨガ教室 (ピラティス教室)	呼吸法と様々なポーズによって体の歪み偏りを修正し姿勢を整える教室を実施いたします。	全8～10回 体育館 会議室	年齢:不問 学歴:不問 資格:楽しくできる方 ※詳細につきましては、 電話または窓口まで
体感トレーニング 教室	導入では体幹についての説明を行い、自身の体を知るきっかけづくりを行います。体のバランスカアップや、正しい姿勢と歩き方等により、体幹を鍛えます。また、日常生活で行える簡単なトレーニングで各自が継続できる方法の習得を目指します。		
午前ヨガ教室	体の硬い方や足腰が良くない方でも行えるプログラムになっており、ゆっくりとした動きでストレッチヨガを行い、歪んだ姿勢を正し、体のバランスを整えます。また新陳代謝の向上にもつなげます。		
夜間ヨガ教室	夜間に開講を設定することで、仕事帰りの方が気軽に運動できる場を提供します。ヨガの基本はもちろんの事、疲れた体のバランスを整えることで、一日のリフレッシュを手助けします。		
リズムストレッチ	床や椅子に座った状態でのストレッチや運動を行うため筋力の少ないシニア向けの講座になっています。体をほぐし、座った状態での下半身運動、体幹運動などを行うことで肩こりや腰痛がすっきりします。音楽に合わせての動きでは手足の調和も高めることができ、脳のリフレッシュにもつなげます。		
応募方法	・電話または窓口にてお申込みください。 電話番号098-965-5121		

2024年度 スポーツ教室スタッフ 募集のお知らせ



下記の各スポーツ教室スタッフを募集しています。楽しくできる方、お待ちしております。

教室名	受講内容	受講回数/場所	求める人材
幼児体操教室	年齢に応じたストレッチ・リズム・マット・跳び箱・平均台・なわ跳び・ゲーム・ボール等を取り入れ基本的な運動能力を身に着けると共に、体を動かすことの楽しさや協力、達成感などの習得を目指します。	全8～10回 体育館 アリーナ	年齢:不問 学歴:不問 資格:楽しくできる方 ※詳細につきましては、電話または窓口まで
少年サッカー教室	サッカーの基本的なルールや、パス、ドリブル、トラップ、シュート等の基本的な動きの習得を目指します。基本を反復練習し、教室の後半には試合(ミニゲーム)を行うことで、サッカーの楽しさや、仲間との協力、達成感の習得を目指します。	全8～10回 サフグラウンド	
午前バドミントン教室	基本的なルール、基礎技術の習得を目指します。また、ゲームの進め方を指導し、教室後半には受講者同士でのゲーム運営も行い、楽しく対戦します。	全8～10回 体育館 アリーナ	
夜間バドミントン教室	初級コースと中級コースに分かれて教室を行います。初級コースではルール理解、ゲーム進め方などの習得を目指します。中級コースではノック形式のパターン練習を行います。またそれぞれのコースでゲームも行い、楽しく対戦します。	全8～10回 体育館 アリーナ	
小学生水泳教室	泳ぎの導入段階として、水を怖からず、水に慣れ親しむというような内容を行い、水泳の楽しむという動機づけを行います。また、開講期間(回数)を増やすことで、基礎基本的な息継ぎ、浮身、キック、クロールなど習得を目指します。	全8～10回 石川プール	
夜間成人水泳教室	夜間に開講を設定することで、仕事帰りの方が気軽に運動できる場を提供します。水に慣れることから始め、浮身・キック・クロールの習得を目指します。また、ある程度泳げ、距離を伸ばしたい方の参加も可能です。	全8～10回 石川プール	
応募方法	・電話または窓口にてお申込みください。 電話番号098-965-5121		

2024年度 スポーツ教室スタッフ 募集のお知らせ



下記の各スポーツ教室スタッフを募集しています。楽しくできる方、お待ちしております。

教室名	受講内容	受講回数/場所	求める人材
体感トレーニング教室	導入では体幹についての説明を行い、自身の体を知るきっかけづくりを行います。体のバランスカアップや、正しい姿勢と歩き方等により、体幹を鍛えます。また、日常生活で行える簡単なトレーニングで各自が継続できる方法の習得を目指します。	全8～10回 体育館 会議室	年齢:不問 学歴:不問 資格:楽しくできる方 ※詳細につきましては、 電話または窓口まで
三線教室	三線を始めたいが機会がない方やかっこよく唄いながら三線を弾きたい方、そんな方達に参加して頂き、みんなで楽しく参加出来る三線入門教室を開講します。	全8～10回 体育館 会議室	
犬のしつけ教室 (ドッグラン)	犬の飼う為の責任と義務、マナー向上、しつけについてプロの訓練士による講習・実技教室を開催します。また、訓練犬によるデモンストレーションやボランティアスタッフによる爪切り・耳掃除などもあります。	全8～10回 サブグラウンド	
島くとっば教室	代の若い世代では使う人が少なくなった沖縄の言葉「うちなーぐち」本土の方言とは異なる沖縄独自の言葉を後世へ残して行く為、親子で楽しく参加出来る「うちなーぐち講座」を開催します。	全8～10回 体育館 会議室	
将棋教室	将棋の歴史や駒の並べ方から進め方まで分かりやすく教え、ルールを知ってもらうことで楽しみながら振興と発展を図ります。	全8～10回 体育館 会議室	
夏休み ワークショップ	学習支援を目的として、夏休みを利用した小学生参加できる講座を開催します。昆虫教室、つくり等クラフトバンド工作万華鏡作り、体験学習ブースを設け自由研究や工作のお手伝いをいたします。	全8～10回 体育館 会議室	
応募方法	・電話または窓口にてお申込みください。 電話番号098-965-5121		