

平成28年度 うえだミックススポーツクラブ 事業内容

不定期講座・連携事業

・企業との連携

HIOKI電機株式会社様(フォレストプラザ)への講師派遣(週に2回)
(株)アヴァシス様の昼休みスポーツサークルへの出張講座(週に1回)
東郷堂様 社員様への定期的な運動支援(月に1回)

・保育園、学校との連携

チャレンジキッズ(保育園運動プロジェクト(川辺・泉田・東塩田保育園巡回指導)4回
中塩田運動会練習の補助・マラソンの提案
中塩田小学校PTA主催の講座への指導者派遣(2講座)
塩田中学校での部活動運動支援(しおだっ子応援団として)冬季2回
長野大学での寄附講座(授業)の開催(2回)

・指導者の育成・スキルアップ

指導者連絡講習会の開催(8月・2月)
安全講習会の開催(消防署に依頼10月)
高齢者介護に関するレクを中心とした講座(3月)

・NPOとの連携

侍学園スクオーラ今人の体育授業支援
やまぼうし自然学校とのコラボレーション(MIXフェスタ・親子ウォーキングの連携)
健康サポートまごの手との連携講座(音楽レクリエーション認定講座の運動講座)

・行政との連携

上田市健康推進課 各種健康支援業務 指導者派遣
上田市健康推進課 あたま・からだ元気体操 委託事業
上田市高齢者介護課 介護予防教室の担当
上田市高齢者介護課 地域リハビリテーション事業 指導者派遣
立科町保育園園児・児童館親子運動あそび指導委託
(東御市身体教育医学研究所との協力連携事業)
東御市助産所への出張指導 産後の母親に対する運動指導委託
長和町高齢者介護予防連続講座
諏訪市・茅野市・長野市・松本市町村子育て支援事業

・別所温泉での健康促進授業

週に1度のウォーキング講座(あいそめの湯)
別所温泉旅館組合との連携による早朝ヨガ講座

定期講座: 運動遊び教室・バレエ教室・キッズ英会話教室・元気ママ講座・シニア筋力アップ教室
・楽椅子健康体操・健康ウォーキング・ストレッチ&セルフケア・ほぐしヨガ・夜ヨガ
硬式テニスクラブ・ランニングクラブ・バスケットサークル・フットサルサークル
・チアリーディングチーム 上田エンジェルス(リトル・ジュニア・シニア)
(後期より追加)スロージョギング・午後ヨガ・バランスボール・ピククルボールサークル

○プログラム(教室)の延べ開催数 3002回 ○広報活動(チラシ・月報の作成枚数)40,000枚
○指導者謝金延べ支払人数 1032人(件) ○延べ参加人数 19,700人

