

倉 スポ協 第 26 号

令和 8 年 8 月 12 日

倉吉市スポーツ協会加盟団体
倉吉市スポーツ少年団 各単位団
倉吉市スポーツ推進委員協議会

} 御中

倉吉市スポーツ協会
会長 小椋 勝美
(印 省 略)

令和 8 年度スポーツ指導者等研修会の開催について（御案内）

平素から、本協会の運営につきましては、格別の御理解と御協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、標記研修会を次のとおり開催いたしますので、貴所属のスポーツ指導者の方等に周知いただき、積極的な御参加を賜りますようお願い申し上げます。

記

- 1 事業名 令和 8 年度スポーツ指導者等研修会
- 2 日時 令和 8 年 9 月 6 日（日）
9 時 30 分～12 時 30 分（受付：9 時 10 分から）
- 3 会場 鳥取県立倉吉体育文化会館 中研修室
- 4 講演テーマ 「心を育てるグッドコーチング
～明日から使えるメンタルトレーニング～」
講師 つちや ひろのぶ 土屋 裕睦 さん（大阪体育大学教授、博士（体育科学））
- 5 開催要項 別添のとおり
- 6 参加申込 別紙参加申込書に必要事項を記入のうえ、8 月 28 日（金）までにメール・ファクシミリ等により下記事務局へお申込みください。
- 7 備考 本研修会は市内スポーツ指導者の資質向上を目的としております。各団体につき 2 名程度の積極的な参加をお願いいたします。

8 申込み・問合せ

倉吉市スポーツ協会事務局 担当：柘田
TEL：0858-22-8167 FAX：0858-22-8180
taiiku@city.kurayoshi.lg.jp

倉吉市スポーツ協会研修事業
令和8年度スポーツ指導者等研修会 開催要項

- 1 目的 選手の育成・強化にあたる指導者、その活動を支援する保護者等を対象に研修を行い、資質向上を図ることで、スポーツ指導者としての実践力を高めるとともに、スポーツ活動に欠かすことのできない安心安全な環境を構築する。
- 2 主催 倉吉市スポーツ協会
- 3 共催 倉吉市スポーツ少年団本部
- 4 日時 令和8年9月6日（日）
9時30分～12時30分 （受付：9時10分から）
- 5 会場 鳥取県立倉吉体育文化会館 中研修室
- 6 講師 つちや ひろのぶ
土屋 裕睦さん （大阪体育大学教授、博士（体育科学））

【略歴】大阪体育大学教授。博士(体育科学)。1964年5月岐阜県生まれ。筑波大学・大学院修了後、復旦大学へ留学。帰国後、筑波大学文部技官、助手を経て現職。これまで約35年にわたりプロスポーツチーム(野球・サッカー・ラグビー・卓球)や日本代表チームにてメンタルトレーニング指導を担当。五輪2024パリ大会には日本選手団の安全・安心を守るウェルフェアオフィサーとして帯同。公認心理師、スポーツメンタルトレーニング上級指導士。選手の心理相談の他、JSPO コーチデベロッパー(コーチのコーチ)として公認コーチ養成にも尽力。専門はスポーツ心理学、スポーツカウンセリング。

7 講演テーマ

『心を育てるグッドコーチング ～明日から使えるメンタルトレーニング～』

昨年度は競技力向上と人間力育成の両方を同時並行的に目指すグッドコーチングについて研修を行いました。本年度はさらに発展形として、スポーツ心理学の研究成果に基づくメンタルトレーニングについて、明日からの実践に役立つ具体的方法を体験を交えて紹介します。子どもたちの笑顔のために、新しい時代にふさわしいグッドコーチングを、一緒に学びましょう。(講師)

- 8 対象 倉吉市スポーツ協会加盟団体、スポーツ少年団指導者（保護者含む）
倉吉市スポーツ推進委員など
- 9 定員 70名
- 10 受講料 無料
- 11 参加申込 令和8年8月28日（金）までに、別紙参加申込書により下記事務局へお申込みください。
- 12 申込み・問合せ先 倉吉市スポーツ協会事務局 担当：栢田
TEL：0858-22-8167 FAX：0858-22-8180
E-mail：taiiku@city.kurayoshi.lg.jp

心を育てるグッドコーチング ～明日から使えるメンタルトレーニング～

【講師のプロフィール】

土屋裕睦（つちやひろのぶ）。大阪体育大学教授。博士(体育科学)。

【略歴】

1964年5月岐阜県生まれ。筑波大学・大学院修了後、復旦大学へ留学。帰国後、筑波大学文部技官、助手を経て現職。これまで約35年にわたりプロスポーツチーム（野球・サッカー・ラグビー・卓球）や日本代表チームにてメンタルトレーニング指導を担当。五輪2024パリ大会には日本選手団の安全・安心を守るウェルフェアオフィサーとして帯同。公認心理師、スポーツメンタルトレーニング上級指導士。選手の心理相談の他、JSPO コーチデベロッパー（コーチのコーチ）として公認コーチ養成にも尽力。専門はスポーツ心理学、スポーツカウンセリング。



【社会活動】

日本スポーツ心理学会会長、日本体育・スポーツ・健康学会体育心理専門領域理事。文部科学省「スポーツ指導者の資質能力向上のための有識者会議」委員、日本オリンピック委員会アントラージュ部会員・科学サポート部門員、日本スポーツ協会「NO!スポハラ」実行委員。地域では教育委員や部活動のあり方に関する有識者会議委員等を歴任。著書にスポーツ庁・スポーツ協会監修の「実践！グッドコーチング」（PHP 研究所）、また本公演に関連する新刊として「アスリートのためのこころの強化書」（草思社）他、多数。

【テーマ設定の背景】

演者は長年トップアスリートのメンタル指導に携わってきましたが、特に心理学などスポーツ科学を取り入れたコーチングの進歩は目覚ましく、そのことが国際競技力の向上にもつながっています。一方、部活動や地域クラブなどでは、不適切指導に関わる相談窓口への通報は過去最多となっており、スポハラの根絶が課題となっています。そもそも何がハラスメントで、どうすれば予防できるのかが分かりづらく、コーチとしては良かれと思ってやったことがスポハラと言われることもあります。

昨年度の研修会では「NO！スポハラ」活動を紹介し、厳しい指導とスポハラの境目について理解を深め、さらに競技力向上と人間力育成の両方を同時並行的に目指すグッドコーチングについて研修を行いました。本年度は、さらにその発展形として、スポーツ心理学の

研究成果を踏まえたメンタルトレーニングの具体的方法について紹介します。具体的には、「アスリートのためのこころの強化書」（草思社）で紹介した実際の選手に対する指導事例やメンタルトレーニングの方法をもとに、一部実習を取り入れながら研修を行います。あわせて、指導上の悩みについても Q&A でじっくり検討したいと思います。

昨年度に引き続き、面白くてためになり、かつ明日からの実践に役立つようなコーチング方法を探ります。子どもたちの笑顔のために、新しい時代にふさわしいグッドコーチングの具体的な方法について、一緒に楽しく学びましょう。どうぞよろしくお願いいたします。