

N I F S サテライト通信

第30号 平成24年11月30日

短い秋からあっという間に冬になったような11月、ここ東京サテライトキャンパスでは『貯筋運動教室』をはじめ『はっぴ〜教室』、関係団体の指導者養成講習会など運動の秋にふさわしい体を動かす講習会が多数開催されています。そんな中、18日に開催しました「第5回大学説明会」には久しぶりに現役学部学生が応援にかけつけてくれました。“鹿屋の今”を自分の言葉で話してくれる3年の金田君の周りには常に参加した高校生が陣取り、生活のこと、受験の体験談、金田君の今後の進路など、いろんな質問が飛び交いました。一つ一つ丁寧に答えてくれる様子は大変頼もしくありがたかったです！「金田君ありがとう。卒業してからもまた助っ人よろしく願いますね」！！



『はっぴ〜教室』順調に終盤へ・・・・・・→

9月から12回の開催予定でスタートした「女性のためのアンチエイジングトレーニング講座」は介入後の測定も無事終わり、あと1回の開講を残すのみとなりました。

日頃あまり運動に親しみのない方々が、初めて会う者同士で、運動教室に参加するということで、後から聞くとかなり皆さん緊張して参加されていた様ですが、回を重ねるごとに緊張がほぐれ、“一緒に汗を流すことで仲間意識が強まっていく”様子が垣間見られました。先生方に教えていただいた知識を確認しあい、1週間の食事・運動記録に対してのフィードバック。悲喜交々ありながらも着実に意識が変化し、自分の体をいろんな面から考えそれぞれの理想に向けて頑張る姿は、皆さん真剣そのものでした。

“あと1回では淋しい”“一人では続くか不安”などの声も聞かれますが、「この教室をきっかけに運動習慣が身につく、ずっと健康でいられる自分の体を、保っていただけたら」、今回の教室の成果は大きなものになる、と願う気持ちで、最後の教室開催を見届けようと思います。



インカレ観戦記『鹿屋体育大学バスケット部を応援してきました』



11月20日(火)に東京墨田区総合体育館で行われた“全日本インカレバスケットボール(女子)”を観戦してきました！墨田区体育館は東京サテライトキャンパスから電車で10分程度。錦糸町駅からすぐの立派な体育館です。先日サテライト通信でもご紹介した応援グッズを持って、行ってきました。サテライトキャンパスは鹿屋と違いオフィスビルの中にあるキャンパスのため学生の汗だくな姿を見ることはまずありません。

なので試合会場での大きな歓声やボールを追いかけて走る姿、一丸となって競技する姿、どれもこれも熱く、また羨ましくもある学生達の姿でした。残念ながら試合は敗れてしまいましたが、こんな近くで鹿屋の学生を応援できとても満足でした。まだまだインカレ競技続きます・・・・・・。

12月の主な行事

12月1日(日) 日本フィットネス協会講習会
12月3、10、17日(月) 貯筋運動教室
12月6日(木) 女性のためのはっぴ〜教室
12月6日(木)、23日(日) 集中講義
12月21日(金)、22日(土) 教員免許更新講習会

編集後記

いよいよ明日から師走。サテライトでは貯筋教室の他、冬休みを利用した講習会や集中講義、会議等の予定が入ってきています。14日、15日には鹿屋で開催される貯筋の国際フォーラムに文京貯筋サークルの皆さんと参加する予定です。風邪などひいている暇はなさそうです！元気に今年をしめくくり、新年を迎える準備をしたいと思います。 通信スタッフ 岩崎

国立大学法人鹿屋体育大学東京サテライトキャンパス (小川, 岩崎) [開所時間] 平日 9時00分～18時00分
〒113-0033 東京都文京区本郷3丁目15-9 SWTビル5階 *夜間授業時間開所
TEL 03-5840-9428 FAX 03-5840-9429 E-mail satellite@nifs-k.ac.jp

ご質問、ご要望等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。
たくさんの卒業生・在校生・大学関係者の皆さんのお越しをお待ちいたしております。