

A T 新聞

第 1 号
2012/3/1

浜松大学
A T ゼミ (5・6 期)
A T サークル

シティマラソンで活躍!?

ランナーヒストリッチ

二月二十六日(日)、A T (アスレティックトレーニング実践研究)ゼミの学生が「第八回浜松シティマラソン」に参加し、トレーナーブースを運営しました。当日、朝六時に四ツ池公園に集合し、設営開始しました。お陰様で本場に多くの方にブースに足を運んで頂き、一一名のゼミ生が四時間連続で、約二百人の利用者のストレッチを実施させていただきました。私達も今年度の総まとめとして、一人ひとりがしっかりとストレッチを提示することができ、有意義な活動となりました。普段は大学の各部活動で選手学生を相手に行っていることを、今回は一般の方を相手にして実施しましたが、幅広い年齢の初対面の方に対してのコミュニケーションのとり方や、ストレッチの強度、安全への配慮、個々の対応の仕方など、多くを学ぶ事が出来ました。

終了後のアンケート結果から、参加者の皆さんにも満足して頂けたことも確認でき、企画が成功して一安心しました。

また、今回のサポート活動を通して多くの方に「アスレティックトレーナー」の存在や役割を少しでも知って頂けたことも成果の一つです。

六期生・サークル生がデビュー!

浜松大学の学生トレーナーとして、デビューを飾った二年生。そしてトレーナーサークルの学生も企画に参加し、一緒に活動しました。初めての企画で始めは緊張していましたが、徐々に会場の雰囲気にも慣れ笑顔で対応してくれました。二年生はストレッチを行いませんでしたが、声掛けやビラを配ってもらい三年生の補助をしてくれました。

「一人ひとりが自分の仕事を見つけて動けた。しかもっと周りに気を配っていききたい。先輩たちはランナーの皆さんに話しかけながらも、ストレッチについて説明していたので見習いたい。」と話してくれた六期生の齋藤春奈さん。多くの利用者が列を成し混雑する中、後輩たちも自分たちが出来る仕事をしっかりと行ってくれたと思います。五期生は先輩として後輩たちの見本となれたでしょうか？

今後ゼミ・サークル活動をみんなで盛り上げていきたいと思えます!



傷害予防のポスターを作成しました!

パァー!と打ち上げ

マラソン大会の後、宮村先生・吉田先生・A T ゼミ五期生・六期生で打ち上げを行いました。朝早く体がキツかったと思いますが、皆ちゃんと参加してくれて良かったです。打ち上げの幹事は、私、鈴木宏肇(三年)が担当させて頂きました。皆さんお疲れのところ御協力ありがとうございました。

初めて先生方・五期生・六期生で飲んだり食べたりしましたが、皆で頑張った後だったのでなにより、皆で楽しい時間を共有できたと思います。今後このような息抜き?みたいな企画も行っていこうと思います。普段学校では聞けない話や笑い話、あの人の意外な一面など・・・(笑)打ち上げだけでも色々な発見があり、日頃の活動とのオン・オフを使い分け、有意義なひとときを過ごせました。

その後・・・吉田先生と松野君と私で二次会を行いました。皆朝も早く疲れていたはずですが、先生の本音トークを聞かせていただき、改めて「頑張らないと!」という気持ちになりました。吉田先生、熱くて貴重なお話をありがとうございました。

編集後記

作成する事で良い振り返りになりました。今後出版するかもしれないのでお楽しみに!

五期生 鈴木宏肇

ストレッチ

痛くないですか？

ストレッチ
いかがですか？

伸びていますか？



みんなで頑張りました (^^) ☆

これお尻の
ストレッチですよ！



★1・2年生も大活躍★

めちゃ可愛工工(*^^*)

陽紀君、
大るよ！(笑)



打ち上げ◎！

