

トランポビクス

2018

VOL. 3

編集・発行 J.T.A 事務局
平成 30 年 4 月

拝啓 平素より本協会のトランポビクス普及にご理解・ご協力をいただき厚く御礼申し上げます。新役員体制がスタートして1年が過ぎようとしています。協会としても皆様を支援しつつ、皆様には協会を盛り立てていただきますよう今年もよろしくお願いいたします。

理事長 澁谷房子

§ 平成 29 年度事業報告

理事会	4月22日 新潟県上越市板倉区
会報誌発行	4月
全国研修会	6月24日(土) 25日(日) 新潟県上越市農村環境改善センター
指導員認定養成講習会	6月23日(金)~25日(日) 新潟県上越市農村環境改善センター 平成30年1月13日(土) 14日(日) 新潟県妙高市総合体育館
地区別研修会(新潟県)	平成30年3月18日(日) 新潟県上越市 農村環境改善センター

§ 平成 30 年度日本トランポビクス協会事業計画予定

理事会	4月 新潟県上越市
会報誌発行	4月
指導員認定養成講習会 (コーチ・マスターコーチ)	随時実施
チャレンジエアロ大会 (協会協力事業)	平成31年3月17日(日) 開催地 新潟県上越市板倉区 農村環境改善センター
地区別研修会	随時実施

§ 平成 29 年度新規資格取得者を紹介します。

平成 29 年 6 月 マスターコーチ： 畔上邦子 (新潟県) 小野里順子 (群馬県)
コーチ： 古海繁子 (新潟県) 河内美穂 (新潟県)
市野明美 (奈良県) 富麻純子 (奈良県)

平成 30 年 1 月 コーチ： 鷺澤栄子（新潟県） 嶋田加奈子（新潟県）
二井弥生（新潟県）

§ 年会費の納入について

平成年度年会費を下記のとおり期日までにお振込みくださいますようお願いいたします。
年会費 5,000 円
登録料 5,000 円（合計 10,000 円）・・・今年度は登録料の納入をお願いします。

振り込み方法： 同封の払込取扱票をご使用の上、郵便局にてお振込み下さい。
支払期限日：平成 30 年 月 日まで
【お問合せ】 日本トランポビクス協会事務局 澁谷房子
〒944-0142 新潟県上越市板倉区高野 1065 番地乙

～ 編集後記 ～

健康志向が高まる中、情報はたくさんあっても実施しているかどうかが問題となります。

5つの健康習慣は、禁煙・節酒・減塩・運動・適正体重と言われていますが、皆さんはいかがでしょうか？

1週間に150分運動を行っている、と、心臓病・Ⅱ型糖尿病・乳がん・大腸がんの死亡率が下がると言われています。近年増加してきている大腸がんのリスクを下げるものは運動と食物繊維だけということが実証されてきています。

現在指導資格者は75名になりました。

運動仲間を増やし国の医療費抑制のお手伝いをしていきましょう！

編集担当：海野

