



すぎなみスポーツアカデミーとは

誰もが安全に楽しくスポーツに親しむことができるように、スポーツに関する知識や技術を学ぶ多様なプログラムを提供しています。また、受講者同士や関係団体との交流の場、学んだことを実践する場を設け、地域における相互のつながりの輪を広げます。すぎなみスポーツアカデミーの取り組みにより、スポーツをするだけでなく、観る・支える・育てる・誘うなど、さまざまな形でスポーツに関わる人が増えることを目指しています。



一般 誰もが受講できる講座

スポーツ・レクリエーション指導者養成講習会

誰もが楽しく体を動かすことができる「スポーツ・レクリエーション活動」を学びます。世代に応じた運動について、生理学などの理論に関する講習に加え、スポーツ・レクリエーションの実技実習も充実しています。また、オンデマンドによる事前学習の併用で、柔軟に学習できます。

資格取得「(公財)日本レクリエーション協会公認スポーツ・レクリエーション指導者」の資格が取得できます。

※資格取得には所定の条件があります。

【開催日】 令和8年1月11日(日)・25日(日) / 2月11日(水・祝) / 3月8日(日)

※予定は変更になる場合があります。

ユニバーサルタイム サポーター養成講座

障害のある方が好きなスポーツを選んで楽しむ「ユニバーサルタイム」(区主催)のサポーターとして、参加者と一緒に安全に楽しくスポーツ・運動するために必要な知識を学ぶ講座です。受講後は、サポーターとして活動します。

【開催日】 令和7年6月28日(土)・29日(日)

子どものスポーツ応援講座・出張講座

子どもが専門家からスポーツを学ぶ講座です。小学生対象の講座は、学校支援本部と連携して開催しています。また、子どものスポーツについて学ぶ、大人向けの講座も開催しています。



専門 アカデミー修了者などを対象とした専門的な講座

子どものスポーツ応援講座・健康相談

運動習慣の少ない子どもとその保護者に対して、無理なく楽しく継続できる運動指導を学ぶ講座です。受講後は、健康相談に参加した子どもと保護者を対象に、運動指導員として活動します。

フォローアップ講座

杉並区公認スポーツリーダー、ジュニアスポーツ指導員、スポーツコーディネーター認定・登録者、スポーツ・レクリエーション指導者養成講習会修了・登録者を対象とした、学びと交流が目的の講座です。

地域スポーツ関連団体専門科目

杉並区スポーツ協会、杉並区スポーツ少年団、杉並区スポーツ・レクリエーション協会、杉並区スポーツ推進委員の4団体が、団体内の知識やノウハウの向上のために希望する内容を、講座として企画し、開催しています。

Voice 受講者の声



令和6年度 スポーツ・レクリエーション指導者養成講習会受講者の『Kさん』は、同期の仲間とともに、スポーツ・レクリエーション体験教室などの指導者、ボランティアとして活動をしています。

やったあ！ ナイス！ うれし～！
そんな言葉であふれるスポ・レク体験教室は、小さい子供から高齢者の方々、障害の有無にかかわらず、みんなと一緒にできる喜びで「心が元気」になります。これからも、スポ・レクの楽しさを多くの方々に伝え、感じていただけることを思うと心がワクワクする毎日です。