

学校・地域・家庭がひとつになって、
子どもの主体性を輝かせる！
指導者、先生、行政、そして保護者が共に学ぶ
「大人のあり方」

120分で心が軽くなる！

子どもと笑顔で向き合うための
メンタル・ワークショップ

子どもの可能性を100%引き出す『フロー』の法則

子どもたちの主体性や個性を輝かせるために、大人はどうあるべきでしょうか？
昨年大好評を博した辻秀一氏が、今年はさらに一歩踏み込み、心が軽くなる「メンタル・
ワークショップ」を開催します！最新の応用スポーツ心理学に基づいた『フロー（ごきげんな心）』の法則を学び、子どもの潜在能力を100%引き出す具体的なヒントを体感して
みませんか？地域で子どもに関わるすべての方のご参加をお待ちしています。

参加費
無 料

このような方におススメのワークショップ

- ☒ 先生・スポーツ指導者
子どもの主体性を引き出し、個性を活かす指導法に悩んでいる方
- ☒ 行政・地域職員
スポーツや教育を通じて、地域全体で子どもを育む環境を作りたい方
- ☒ 保護者
我が子の潜在能力を伸ばし、家庭でも笑顔で「ごきげん」に向き合いたい方
- ☒ 立場を超えて、子どもに関わる大人同士でリアルな意見交換・情報共有をしたい方

医師・応用スポーツ心理学者
株式会社エミネクロス 代表

講師

辻 秀一 つじしゅういち



【著書】

37万部突破の『スラムダンク勝利学（集英社インターナショナル）』をはじめ、『自分を「ごきげん」にする方法（サンマーク出版）』、『Play Life, Play Sports〜 スポーツが教えてくれる人生という試合の歩み方〜（内外出版）』、『個性を輝かせる子育て、つぶす子育て（フォレスト出版）』、『チームワークの大原則「あなたが主役」で組織が変わる（WAVE出版）』など著書多数。

開催日 2026年 9月4日(金)
13:30～16:00

会 場 東御市中央公民館 3階講堂
(長野県東御市県288-4)

対 象 子どもに関わる全ての方

スケジュール

13:00	受付開始
13:30	開 会
13:40	講 演
15:10	休 憩
15:20	質疑応答
15:50	閉 会

お申込み

QRコードをスマートフォンで読み込み、
必要事項を入力の上、お申込みください。

申込締切
8月21日(金)



総合型地域スポーツクラブとは？

- ★子どもから大人まで
- ★色々なスポーツを
- ★それぞれのレベルに合わせて

身近な地域でスポーツ活動に
親しむことのできる
スポーツクラブです！



東信地域だけでも 13 クラブある「総合型地域スポーツクラブ」。そのクラブで定期的に協議をしている東信ブロック連絡協議会主催の「長野県東信ブロック総合型地域スポーツクラブネットワークアクション」は、地域のスポーツ・運動促進をしている総合型地域スポーツクラブがどのような形で地域課題に向き合えるかを様々な角度から考え、解決に向けて意見交換をしたいという想いで毎年開催をしています。