

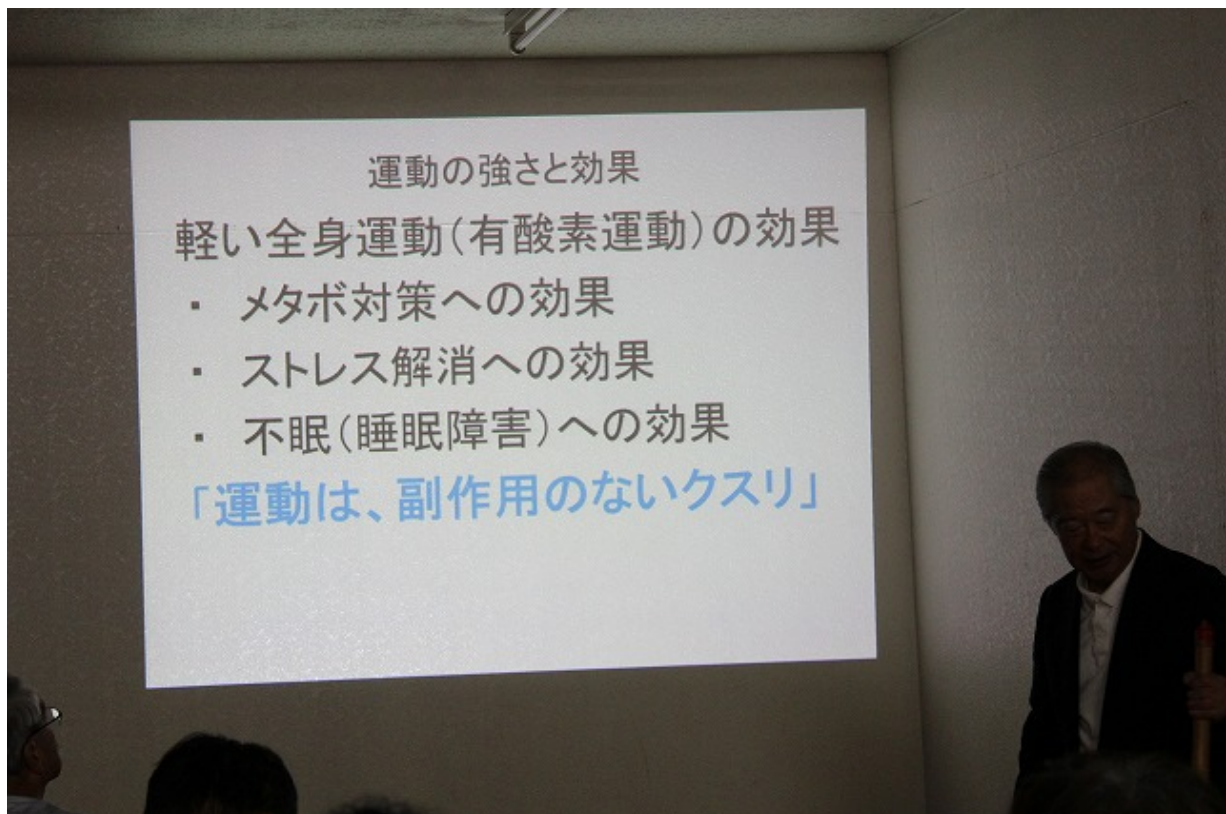
## 第3回広大マスターズ友の会主催講座 「学びと実践」 2019 報告

広大マスターズ友の会主催講座「学びと実践」を西条町寺家Tera賀茂塾卓球道場に於いて開催致しました。第1部では渡部和彦先生をお招きし、「**スポーツと健康・身体 ころ コミュニティ**」と題して講演と実技指導をして頂き、第2部では「**3歳から80歳を超えても楽しめる卓球をしてみませんか**」と題し、茂谷幸弘塾長さんから卓球の実技指導と解説をして頂き、広島県を代表する選手達による実戦デモンストレーションも見せて頂きました。参加者はマスターズ2名、友の会11名、一般23名の計36名で、最後に皆で1階と2階に分かれて実戦ゲームを楽しんだ後にも渡部先生への質疑と応答が続きました。

### 第1部「学び」



パワーポイントの映像を交えながら、小学生から壮年及び高齢者までの幅広い年齢層を対象に「スポーツと健康」について講演される渡部先生。



演題「スポーツと健康・身体 ころこ コミュニティー」の講演に加えて、これまで日本の国をはじめ東広島地域にも数々の貢献をしてこられた渡部先生の貴重なお話も聞くことが出来ました。



渡部先生による毎日続けると良い基礎運動の実技指導を受け、老若男女みんなで実践もしました。

## 第2部「実践」



茂谷幸弘塾長による卓球実技の解説と指導



パラ卓球選手も交えて実戦の指導もして頂き、ユニバーサルな講演会となりました。