

平成27年度 第3回スポーツ医・科学講座

夏場に気をつける病気は！

夏場に良好な体調を保つには！

選手や指導者などの悩み相談に応じます！

☆スポーツ選手の健康状態、スポーツのケガや障害予防対策、ケガからの競技復帰、安全で効果的な運動やトレーニング、貧血などを防ぐ栄養摂取や食事などの相談にも応じます。

第3回講座 6月27日(土) 岩手県営スケート場 スポーツ健康科学室

① 15:00~15:45 講習会 ①「夏場にむけて気をつける病気」

講師 足澤 美樹 先生 八幡平市国保西根病院 内科長
(日体協公認スポーツドクター)

② 15:50~16:35 講習会 ②「夏場にむけてのコンディショニング」

講師 高橋 一男 AT 岩手県教育委員会事務局スポーツ健康課
スポーツ健康科学担当 上席スポーツ医・科学専門員
(日体協公認アスレティックトレーナー)

③ 16:35~18:20 相談コーナー

スポーツ医学 足澤 美樹 先生 八幡平市国保西根病院 内科長

「安全でしかも効果的にスポーツ活動に取り組むには……。スポーツ選手の身体に関する悩みや疑問、健康管理などについて、ドクターの視点からアドバイスします。」

コンディショニング 高橋 一男 AT 岩手県教育委員会事務局スポーツ健康課

スポーツ健康科学担当 上席スポーツ医・科学専門員

「体のケアは、ケガからの復帰の際の留意点など、日体協公認アスレティックトレーナー (AT) の立場から、コンディショニングに関する相談に応じます。」

※平成27年度のスポーツ医・科学講座

盛岡市内のほか、沿岸地域や内陸地域など各地で開催します。

ご不明な点は下記までお問い合わせください。

岩手県教育委員会事務局 スポーツ健康課 スポーツ健康科学担当

TEL 019-641-1535 FAX 019-641-1537

※相談受付は18:00までとします。定員は40名です。準備の都合上、事前に申し込みをお願いします。申し込み先は、当スポーツ健康科学担当までお願いします。