

平成26年度

第5回スポーツ医・科学相談室

選手の悩みを解決する！

☆スポーツ選手の健康管理、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、効果的な栄養摂取や食事などの相談に応じます。

平成26年度

★第5回相談日 8月9日(土) 岩手県営スケート場 スポーツ健康科学担当事務室

①14:00~14:45 講習会「スポーツにおけるケガの防止」

講師 足澤 輝夫 先生 玉川温泉研究会附属診療所 医師

②14:45~15:30 講習会「スポーツと薬およびアンチ・ドーピング」

講師 本田 昭二 先生 (有)かたくり薬局 薬剤師

③15:40~18:00 相談コーナー (受付終了17:30)

スポーツ医学 足澤 輝夫 先生 玉川温泉研究会附属診療所 医師

「安全かつ効果的にスポーツに取り組むには・・・。スポーツ選手の身体の悩みやコンディショニングについて、ドクターの視点からアドバイスをします。」

スポーツ栄養 吉岡 美子 先生 青森県立保健大学 教授

「日常の食事がスポーツ選手の身体をつくります。食事摂取のポイントなどスポーツ選手の食事スタイルについてアドバイスをします。」

スポーツ薬学 本田 昭二 先生 (有)かたくり薬局 薬剤師

「知らずに使用してもドーピング(ルール違反)になります。スポーツに関わるみなさんに、ドーピング防止に関する適切な情報を提供します。」

コンディショニング 志村 雄太 先生 菅整形外科 理学療法士(日体協公認アスレティックトレーナー)

「ケガからのスポーツ復帰のためのリハビリテーション、パフォーマンスを高めるためのコンディショニングなど、選手の競技力向上のためのアドバイスをします。」

※第6回スポーツ医・科学相談

9月25日(木) 18時~ いわて県民情報交流センター「アイーナ」

講習会「運動・スポーツと外傷・傷害の予防」 鈴木 正弘先生 鈴木整形外科
相談コーナー(19時~) スポーツ医学、スポーツ栄養、コンディショニング

スポーツ医・科学相談室：申込先

主催：岩手県教育委員会

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

※ 準備の都合上、可能な限り事前の申し込みをお願いします。
なお、当日参加も可能です。不明な点がありましたら、スポーツ健康科学担当までお問い合わせください。