

2019年度埼玉パラドリームアスリート事業 スポーツ医科学講習会 開催要項

1. 目的

スポーツ医科学に関する専門家による講義を行うことにより、埼玉パラドリームアスリート事業対象者が国際大会で活躍するために必要な技術や知識を獲得し、資質の向上を図ることを目的とする。

2. 主催

埼玉県、一般社団法人埼玉県障害者スポーツ協会

3. 協力

公益財団法人埼玉県スポーツ協会、公益社団法人埼玉県理学療法士会、一般社団法人埼玉県薬剤師会

4. 期 日

2019年12月～2020年2月の設定する日

5. 日時、会場、内容

別紙のとおり

6. 対象者

次の①～③いずれかに該当する者

①埼玉パラドリームアスリート事業 選手（保護者・コーチ等含む）・指導者等スタッフ

②埼玉パラドリームアスリート事業競技団体関係者

③その他主催者が認めた者

7. 参加費

無料

8. 申込み期限・方法

1) 申込み期限 各講習会7日前 ※期日厳守

2) 申込み方法 申込み方法①または②で埼玉県障害者スポーツ協会に申込みください。

①web 入力フォーム

②申込書に必要事項をご記入の上、FAX またはE-mail

9. 会場のご案内

①彩の国すこやかプラザ 所在地：さいたま市浦和区針ヶ谷 4-2-65

JR 京浜東北線「与野駅」西口から徒歩約10分

②埼玉県障害者交流センター 所在地：さいたま市浦和区大原 3-10-1

JR「さいたま新都心駅」東口からセンター送迎バス（無料）あり

10. 問合せ・申込み先

一般社団法人埼玉県障害者スポーツ協会

TEL: 048-822-1120 FAX: 048-822-1121

E-mail: 2004.paradream@sainokuni-sasa.or.jp

ホームページ <http://sainokuni-sasa.or.jp> 「選手育成強化事業」ページに掲載



Web 入力フォーム
QRコード

2019 年度埼玉パラドリームアスリート事業 スポーツ医科学講習会 会場・日程及び内容

*No.4 とNo.6、No.5 とNo.7 は同じ内容を実施

No.	会場	日程	時間	テーマ・内容 / 講師名(敬称略)	申込期限
1	彩の国すこやかプラザ 2階 研修室1・2・3	12/22 (日)	15:30 - 17:00	■女性アスリート講習会 [女性アスリートに起こりやすい症状、月経周期とコンディショニングの関係等] 上智大学文学部 保健体育研究室講師 中村 有紀	12/15 (日)
2			17:30 - 19:00	■アスリートと睡眠 [睡眠とパフォーマンス、睡眠リズム、良質な睡眠、海外遠征時対応等] 公財)埼玉県スポーツ協会 メンタル指導協力 / すなおクリニック 院長 内田 直	
3	彩の国すこやかプラザ 2階 ホール	1/13 (月祝)	13:30 - 15:00	■アスリートの栄養・食事 [栄養食事の基本、体重管理、水分補給等] 女子栄養大学 教授 上西 一弘	1/6 (月)
4			15:30 - 17:00	■アスリートのメンタルトレーニング① [メンタルマネジメント 気持ちのコントロール] 慶應義塾大学 体育研究所・専任講師 永田 直也	
5	彩の国すこやかプラザ 2階 研修室1・2・3	1/18 (土)	13:00 - 16:00	■アスリートのコンディショニング① 実技含む [パフォーマンス向上や怪我予防のためのコンディショニングについて、ストレッチなどセルフケア] 公社)埼玉県理学療法士会 国際スポーツ競技対策委員会 倉澤 哲(伊奈病院、障がい者スポーツトレーナー、JPC 公認国内クラシファイヤー)	1/11 (土)
6	埼玉県障害者交流センター 1階 ホール	2/1 (土)	10:00 - 11:30	■アスリートのメンタルトレーニング② [メンタルマネジメント 気持ちのコントロール] 慶應義塾大学 体育研究所・専任講師 永田 直也	1/25 (土)
7			13:00 - 16:00	■アスリートのコンディショニング② 実技含む [パフォーマンス向上や怪我予防のためのコンディショニングについて、ストレッチなどセルフケア] 公社)埼玉県理学療法士会 国際スポーツ競技対策委員 浦川 幸(埼玉医科大学病院、障がい者スポーツトレーナー)	
8			16:30 - 17:30	■アンチ・ドーピング [アンチ・ドーピングとは、必要とされる知識、ドーピング検査の手順、事例紹介等] 一社)埼玉県薬剤師会 スポーツファーマシスト 森田 元	

各回、講習会 20 分前から受付を行います。
実技を含む講習会は、動きやすい服装でご参加ください。