

## 令和2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習得し、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

### 4. 日時、会場、内容

別紙のとおり

### 5. 形式

「会場で受講」「オンライン会議システム (Zoom)」の二つの形式で実施します。

※会場で受講は、対面で講義を行いますが、「アスリートのコンディショニング」は映像放送にて行います。

申込み時に、①または②どちらかを選択ください。

①会場で受講 ※各回定員あり ②オンライン会議システム (Zoom) で受講

### 6. オンライン会議システム (Zoom) での受講にあたり

- 1) パソコンまたはタブレット/スマートフォン、インターネット環境を各自ご準備ください。通信機器、利用環境等の確認・設定は各自において対応をお願いします。
- 2) 事前に、参加用 Zoom URL、資料をE-mail 等で送付いたします。
- 3) 各講習会内容の録画・録音はご遠慮願います。

### 7. 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

### 8. 参加費

無料

### 9. 申込み期間・方法

- 1) 申込み期間 10月20日 ～ 各講習会10日前まで ※会場で受講は先着順
- 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



Web 入力フォーム QRコード

### 10. 新型コロナウイルス感染症の対応

会場で受講を希望する場合は、別紙「申込みにあたっての留意事項」をご確認のうえ、お申込みください。

なお、新型コロナウイルス感染症拡大状況により、やむを得ず中止・延期、実施方法等に変更が生じる場合がありますので、予めご了承ください。

1 1. その他

- 1) 申込み後、受講決定の通知はいたしません。ただし、「会場で受講」の定員を超え、受講をお断りする場合のみご連絡いたします。
- 2) 講習会で撮影する写真等は、主催者の会報・ホームページ等に掲載する場合及び、障害者のスポーツに関する広報用として使用する場合がありますので、予めご了承ください。

1 2. 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

当日の連絡先: 090-3801-4639

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

## 令和2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.	日程・時間	会場	オンライン	テーマ・内容 / 講師名(敬称略)	会場	会場定員	申込期限
1	11/23(月祝) 10:30-12:00	○	○	<b>■メンタルマネジメント 気持ちのコントロール</b> 競技活動に有用な気持ちをコントロールする方法について、実技を踏まえながら学んでいきます。特に今回は、コロナ禍における競技活動、ストレスとの付き合い方について一緒に考えていきます。  慶應義塾大学 体育研究所・専任講師 永田 直也 日本スポーツ心理学会認定スポーツメンタルトレーニング上級指導士 日本パラリンピック委員会医・科学・情報サポート 心理領域スタッフ	埼玉県障害者 交流センター 2階 研修室1・2	20	11/13 (金)
2	1/17(日) 14:00-15:30	○	○	<b>■アスリートの栄養・食事</b> 栄養食事の基本、体重管理、水分補給等を学んでいきます。  女子栄養大学 教授 上西 一弘	埼玉県障害者 交流センター 2階 研修室1・2	20	1/7 (木)
3	1/17(日) 16:00-17:30	○	○	<b>■女性アスリート講習会</b> 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実際を学んでいきます。  上智大学文学部 保健体育研究室講師 中村 有紀	埼玉県障害者 交流センター 2階 研修室1・2	20	1/7 (木)
4	1/30(土) 10:30-12:00	○ ※映像	○	<b>■アスリートのコンディショニング</b> ウォーミングアップ、クールダウンを中心に学んでいきます。  埼玉医科大学病院 理学療法士 浦川 宰 障がい者スポーツトレーナー 伊奈病院 理学療法士 倉澤 哲 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	埼玉県障害者 交流センター 2階 研修室2	10	1/20 (水)

入室【会場に対面受講】開始 30 分前から会場に入室できます 【オンライン(Zoom)で受講】開始 15 分前から入室できます

会場 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