

女性ジュニアアスリート指導者講習会 開催要項

□概要□

本講習会は、文部科学省委託事業 平成 27 年度女性アスリートの育成・支援プロジェクト「女性特有の課題に対応した支援プログラム」の一環として、成長期の女性アスリートに関わる指導者を対象に開催するものです。

成長期の医・科学的課題の解決に向け、成長期に起こりやすい各種障害についての理解を深めるとともに、障害防止の一助とし、より効果的なサポート活動の実現を目的としております。平成 25 年度に作成した『成長期女性アスリート 指導者のためのハンドブック（以下「ハンドブック」という。）』を活用し関連性のある分野をまとめ焦点を絞った内容にしました。

□主催□

独立行政法人日本スポーツ振興センター 国立スポーツ科学センター (JISS)

□日時□

第 1 回：平成 27 年 6 月 13 日（土） 9:30～17:30（9:00 受付開始）

第 2 回：平成 28 年 2 月（平日） 予定 *詳細が決まり次第改めてお知らせします。

*両日とも同じ内容を実施します。

□場所□

国立スポーツ科学センター 2F 研修室 A & B

〒115-0056 東京都北区西が丘 3-15-1

□内容及びスケジュール□

今回の講習会はハンドブックに書かれている内容に沿って行います。内容は各分野における基本的なものになります。ハンドブックは国立スポーツ科学センターのホームページでご覧いただけますので、(<http://www.jpnsport.go.jp/jiss/tabid/1112/Default.aspx>) 事前にご確認ください。

9:30～9:45 あいさつ 川原貴(JISS センター長)

9:45～10:25 小児科編

講師：友利杏奈(東京女子医科大学東医療センター小児科)

成長期に見られる女性特有の第二性徴について

10:40～11:55 外傷・障害／トレーニング編

講師：半谷美夏(JISS メディカルセンター研究員)、小川将司(JISS トレーニング指導員)

成長期及び女性の運動器の特徴、成長期に起こりやすいスポーツ外傷や障害を踏まえた、女性ジュニアアスリート向けのトレーニングについて

13:00～14:15 婦人科／コンディショニング編

講師：高尾美穂(イーグ表参道 副院長)、中村真理子(JISS コンディショニンググループ研究員)

女性特有の第二性徴、女性アスリートの三主徴及び月経周期とコンディショニングについて

14:30～15:45 栄養編

講師：金子香織(JISS 栄養グループ専門職員)

基本的なアスリートの栄養・食事の内容に加え、女性ジュニアアスリートに注意が必要なウエイトコントロール、骨粗しょう症や貧血予防の食事について及び事例紹介

16:00～16:55 心理編

講師：奥野真由 (JISS 心理グループ研究員)、関口邦子 (JISS 心理グループ協力者)

女性アスリートの成長期におけるこころの発達や、心理サポートの事例について

*事例に関しては『ハンドブック』に掲載されていない内容を紹介します。

□対象□

女性ジュニアアスリート (9～18 歳) に関わる指導者、スタッフ及び関係者

□参加費用□

無料

□申し込み方法・締切□

WEB : <http://www.jpnsport.go.jp/jiss/tabid/1096/Default.aspx> こちらをご覧ください。

締切：平成 27 年 5 月 25 日 (月)

*FAX やメールでの申し込みを希望される方は下記問合せ先までご連絡ください。

□補足□

1. 当日はハンドブックを配布いたします。

スライドの資料等は配布しませんので、ご了承ください。

2. 定員は 100 名となっております。申し込みが多数の場合は締め切り前に申し込みを締め切らせていただきます。また指導者や関係者でないなど、受講対象に当たらない方とこちらが判断した場合、参加をお断りする可能性がございます。ご了承ください。お断りする場合は 5 月中にご連絡します。

3. 撮影、録画、録音は禁止になります。また本講習会はストリーミング用の撮影が入ります。ストリーミングは後日 JISS HP (<http://www.jpnsport.go.jp/jiss/>) で配信を行います。

4. 本講習会では、障がいをお持ちの方への特別な配慮 (手話通訳の手配など) は行っておりません。

また、会場である JISS はバリアフリー対応となっていない部分がございます。ご了承ください。

なお、優先座席のご用意などは対応可能ですので、希望される方は下記までご連絡ください。

5. 託児室 (0～6 歳未満の未就学児対象/有料/先着順) のご利用を希望される方は、下記問合せ先までご連絡ください。なお利用希望者多数の場合はお受けできない可能性もございますので、ご了承ください。

6. 本事業は平成 27 年度が最終年度となる予定ですので、ぜひこの機会ご参加ください。

□講習会に関する問い合わせ先□

国立スポーツ科学センター(JISS) スポーツ科学研究部 研究・支援協力課 (松永/中村)

TEL : 03-5963-0202 / FAX : 03-5963-0232 / E-mail : josei.shien@jpnsport.go.jp