



# 女性アスリート

## 支援のための講習会

女子選手が直面する健康課題に悩む選手は少なくありません。  
女性特有の問題について理解を深め、安心安全にスポーツを行うために必要な知識を学んでみませんか。

主催：公益財団法人山口県体育協会  
後援：山口県・山口県教育委員会  
公益社団法人山口県栄養士会  
協力：株式会社山口銀行  
株式会社ヤクルト山陽

参加無料

参加者には、  
ヤクルト商品を  
プレゼント!!

12 / 4  
(日)

時間 ▶ 13:00～16:15

会場 ▶ セントコア山口 サファイア

山口市湯田温泉3丁目2-7

対象 ▶ 競技団体指導者、スポーツ指導者、小中高教育関係者  
部活動指導者、スポーツトレーナー、栄養士  
保護者、選手（中学生以上）など

定員：70名

### ■講演

女性アスリートにおけるサポートの重要性  
～スピードスケート女子選手のサポートから～

女性アスリートをサポートする上で知っておきたいコンディショニングの基礎知識と、実際のサポート方法について学びます。



講師：鈴木 なつ未  
拓殖大学 国際学部 准教授

### ■パネルディスカッション

「女性アスリートのコンディショニング」

山口銀行ハンドボールチーム「YMGUTS」の選手をパネリストに迎え、コンディショニングにまつわるエピソードや向き合い方など選手目線からお話しいたします。



岡田 あずさ 主将



野村 歩実 選手



田中 乃愛 選手

### 新型コロナ ウイルス 感染症対策

当日は感染症対策を十分に講じたうえで開催します。手指消毒、マスクの着用、検温等にご協力をお願いします。集合形式での参加が基本ですが、健康に不安のある方や職場等で行動制限のある方はご相談ください。感染拡大の影響により、開催方法が変更になる場合がありますので予めご了承ください。

### お申込み・お問い合わせ

申込締切：11/20（日）

（定員になり次第、締め切ります）

申込みフォームから  
簡単申込み！

（公財）山口県体育協会 やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター

〒753-8501 山口市滝町1-1 山口県政資料館2階

TEL：083（933）4697 FAX：083（933）4699

URL：http://yamaguchi-taikyo.jp/ E-mail：yamaguchi.ikagaku@yamaguchi-sports.or.jp

