**スポーツ医・科学　普及・啓発事業　実施要項**

１　趣旨　　スポーツ医・科学知識を活用し、生涯スポーツの推進に向けて、県民の健康・体力の向上と保持増進及び安心・安全で充実したスポーツ実践の実現を図る

２　会場　　各施設や学校等

３　対象　　行政機関、スポーツ指導者協議会、総合型地域スポーツクラブ、学校行事・授業等

４　内容　 フィジカルトレーニング、スポーツ傷害予防、メンタルトレーニング、スポーツ栄養、出前講座の中から希望するプログラムを実施（組み合わせ可）

　　　　　（１）フィジカルトレーニング

発育発達段階に応じた身体の使い方やトレーニング方法の紹介

　　　　　（２）スポーツ傷害予防

競技や年代ごとに起こりやすいスポーツ傷害の予防方法の紹介

日々のコンディショニング方法の実践指導

　　　　　（３）メンタルトレーニング

メンタルトレーニングにおける心理的スキルの紹介

選手（子ども）との関わり方や指導の仕方に関する相談・アドバイス

　　　　　（４）スポーツ栄養

成長期やスポーツ活動・運動を支える栄養の基礎知識と食事

からだづくりやコンディショニング、試合前後など目的に合わせた食事法の紹介

　　　　　（５）出前講座

安心・安全で充実したスポーツ実践のために必要なスポーツ医・科学の知識を90～120分にまとめて提供。出前講座Ⅰか出前講座Ⅱを選択。

※ 詳しくはＨＰをご参照ください。

５　費用　　使用施設の予約、使用料の支払いは実施団体が行ってください

講師の旅費等が必要となります（詳しくはお問い合わせください）

　　　　　（１）申込書を記入し、FAXまたはE-MAILでやまぐちスポーツ医・科学サポートセンターに提出（申込書は別紙参照）

　　　　　（２）日程を調整し、実施日を決定（実施希望日の１か月前までに申込む）

　　　　　（３）講師派遣依頼文書を下記住所に郵送

６　注意事項・留意点

（１）1団体につき、年2回実施できます。（日程等の関係で希望に添えない場合があります）

（２）事業中に撮影した写真は当会のFacebookや印刷物に使用することがあります。

（３）事業中のケガ等に関しては、やまぐちスポーツ医・科学サポートセンターは一切の責任を負いません。



　申込先

やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター（本部サポートセンター）

〒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

E-MAIL　yamaguchi.ikagaku@yamaguchi-sports.or.jp

担当　栗原　啓

ホームページQRコード

スポーツ医・科学 普及・啓発事業　申込書

申込者

|  |  |
| --- | --- |
| 団体名 |  |
| 担当者 |  |
| 住所 | 〒 |
| 連絡先 |  |
| メール |  |

申込内容

|  |  |
| --- | --- |
| 事業名  （催し名） |  |
| 事業（催し）  の内容 |  |
| 希望日 | 年　　　　　月　　　　　日（　　　　） |
| 希望時間 | 時　　　　　分　　～　　　　　　時　　　　　分　（　　　　時間　　　　　分） |
| 場所 |  |
| 対象（人数） |  |
| 希望内容 | □　フィジカルトレーニング  　□　スポーツ傷害予防  　□　メンタルトレーニング  　□　スポーツ栄養  　□　出前講座　　（　□　出前講座Ⅰ　　　　□　出前講座Ⅱ　）  ※出前講座について詳しくは、ＨＰをご参照ください |
| 希望内容  の詳細 |  |

　　　　　　　申込先

やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター（本部サポートセンター）

〒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

E-MAIL　yamaguchi.ikagaku@yamaguchi-sports.or.jp

担当　栗原　啓