

日ス振メ推第51号

平成30年10月12日

公益財団法人日本オリンピック委員会  
JOC 加盟・承認競技団体  
公益財団法人日本障がい者スポーツ協会日本パラリンピック委員会  
JPC 加盟・承認競技団体 御中  
公益財団法人日本体育協会  
都道府県体育協会  
都道府県教育委員会  
体育系大 学

独立行政法人日本スポーツ振興センター

ハイパフォーマンスセンター長

勝 田 隆

(公印省略)

スポーツ庁委託事業 平成30年度女性アスリートの育成・支援プロジェクト

「女性アスリートの戦略的支援プログラム」

『第2回女性ジュニアアスリート指導者講習会（応用編）』の開催について（案内）

平素から、独立行政法人日本スポーツ振興センター（以下「JSC」という。）の各種事業に御協力いただき、誠にありがとうございます。

この度、JSCでは標記講習会を別添「開催要項」のとおり開催することとなりました。

については、貴機関内での周知に御協力くださるようお願いいたします。

[本件に関する問合せ]

スポーツメディカルセンター（担当：松永、香川、村上）

TEL:03-5963-0202 / FAX:03-5963-0244

E-mail: josei.shien@jpnспорт.go.jp

## 平成 30 年度 第 2 回 女性ジュニアアスリート指導者講習会 (応用編) 開催要項

### □概 要□

スポーツ庁委託事業 平成 30 年度女性アスリートの育成・支援プロジェクト「女性アスリートの戦略的支援プログラム」の一環として、成長期の女性アスリートに関わる指導者等を対象に講習会を開催します。本講習会は、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てより効果的なサポート活動を実現することを目的としています。

平成 25-27 年度に実施した「女性特有の課題に対応した支援プログラム『女性ジュニアアスリート指導者講習会』」は基礎編として、『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。)] を活用した基本的な内容の講義を行いました。平成 28 年度より応用編として発展させ、基礎編で得た知識を実際に現場で役立てることができるよう、女性ジュニアアスリートを指導する上で発生する課題や疑問に対する事例や症例を提示しその解決策を探り、指導者の理解をより深めることを目指して実施しています。

□主 催□ 独立行政法人日本スポーツ振興センター

□日 時□ 平成 30 年 12 月 8 日 (土) 10:30~16:10 (10:00~受付開始)

平成 30 年 12 月 9 日 (日) 10:30~16:30 (10:00~受付開始)

※共に 2 日間開催となります

□場 所□ 国立スポーツ科学センター (JISS) 2 階 研修室 A、B

〒115-0056 東京都北区西が丘 3-15-1

□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

### □内容及びスケジュール□

詳細は別紙「タイムテーブル」参照

講習会は「応用編」となっておりますので、基本的な講義内容が掲載されている「ハンドブック」は、事前に必ずご確認ください。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。

また、平成 27 年 6 月 13 日 (土) に開催された「女性ジュニアアスリート指導者講習会」の様子をストリーミングにて配信しております。こちらも合わせて事前に必ずご確認ください。なお、閲覧にはユーザー名及びパスワードが必要となります。

※「JISS 指導者講習会 ストリーミング配信」で検索することができます。

### □女性ジュニアアスリート指導者講習会に関する申込み方法・締め切り□

WEB : <http://www.jpnsport.go.jp/jiss/tabid/1137/Default.aspx> こちらをご覧ください。

※「JISS 指導者講習会」で検索する方法で、アクセス可能です。

※インターネットへアクセスできない方、FAX やメールでの申込みを希望される方は、上記問い合わせ先 (WEB) までご連絡ください。

※当日参加されるご本人様が申込み手続きをおこなってください。

第2回女性ジュニアアスリート指導者講習会 申込み締め切り：平成30年11月16日（金）

□補 足□

1. 定員は100名となっており、お申し込みの方の数が定員を超えた場合は、2日間ともに受講できる等を基準とし参加者を決定します。  
また指導者でない、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、参加をご遠慮いただく可能性がございます。お断りをする場合は11月22日（木）、までにご連絡をします。なお、申し込み後にキャンセルする場合は、必ず下記問い合わせ先までご連絡ください。
2. 当日、駐車場はご用意できません。お越しの際には公共交通機関をご利用ください。
3. 撮影、録画、録音は禁止になります。
4. トレーニング講義では実技を伴いますので、当日は動きやすい服装でお越しください（更衣室がありません）。また室内用運動靴をご用意ください。
5. 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。
6. 託児室（0～6歳未満の未就学児対象／有料）のご利用を希望される方は、参加申込フォームにてその旨をご記載ください。あらためて担当者よりご連絡します。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。
7. 昼食は、JISSのレストラン（7階）やアスリートヴィレッジのサクラダイニングはご利用いただけません。お弁当等をご持参いただくか、もしくは各自で周辺施設等をご利用ください。
8. 宿泊については、インターネットなどでお調べいただき、各自で手配をお願いします。

□問い合わせ先□

国立スポーツ科学センター(JISS) スポーツメディカルセンター

女性アスリートの育成・支援プロジェクト（松永/香川/村上/新宮）

TEL：03-5963-0202 / FAX：03-5963-0244 / E-mail：[josei.shien@jpnssport.go.jp](mailto:josei.shien@jpnssport.go.jp)

□ハンドブック・ストーリーミング□

ハンドブック：<http://www.jpnsport.go.jp/jiss/gaiyou/jigyoku/houkoku/nenpo/tabid/1112/Default.aspx>

ストーリーミング：<https://www.jpnsport.go.jp/jiss/tabid/1161/Default.aspx>

# 【第2回女性ジュニアアスリート指導者講習会（応用編）】

JISS2F 研修室AB

12/8 (土) タイムテーブル

10:00	10:00~ 受付 (2F 研修室前)
10:10	
10:20	10:30~ 挨拶
10:30	
10:40	<p>10:40~12:45 ①婦人科/コンディショニング編</p> <p>講師 高尾 美穂 (イク表参道 副院長) 中村 真理子 (JISSスポーツ科学部研究員)</p> <p>「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」</p> <p>&lt;途中、5分休憩をはさむ&gt;</p>
10:50	
11:00	
11:10	
11:20	
11:30	
11:40	
11:50	
12:00	
12:10	
12:20	
12:30	
12:40	
12:50	
13:00	
13:10	
13:20	
13:30	<p>13:45~14:45 ②小児科編</p> <p>講師 友利 杏奈 (東京女子医科大学東医療センター小児科)</p> <p>「子供の発育・発達、成長期特有の病気について (症例を交えて)」</p>
13:40	
13:50	
14:00	
14:10	休憩
14:20	
14:30	<p>15:00~16:10 ③栄養編</p> <p>講師 石井 美子 (JISS栄養グループ協力者) 大野 尚子 (JISS栄養グループ協力者)</p> <p>「女性ジュニアアスリートの食事と栄養について」</p>
14:40	
14:50	
15:00	
15:10	
15:20	
15:30	
15:40	
15:50	
16:00	16:10終了
16:10	
16:20	
16:30	

12/9 (日) タイムテーブル

10:00	10:00~ 受付 (2F 研修室前)
10:10	
10:20	<p>10:30~12:40 ④心理編</p> <p>講師 真石 万衣子 (JISS心理グループ専門職員) 西園マール文 (白梅学園大学 教授)</p> <p>「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 摂食障害の発見と早期の対応について」</p> <p>&lt;途中、5分休憩をはさむ&gt;</p>
10:30	
10:40	
10:50	
11:00	
11:10	
11:20	
11:30	
11:40	
11:50	
12:00	
12:10	
12:20	
12:30	
12:40	昼食・休憩
12:50	
13:00	
13:10	
13:20	<p>13:40~16:15 ⑤外傷・障害/トレーニング編</p> <p>講師 半谷 美夏 (JISSスポーツメディカルセンター副主任研究員) 古屋 あゆみ (JISSトレーニンググループ指導員)</p> <p>「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」</p> <p>&lt;途中、部屋移動あり&gt;</p>
13:30	
13:40	
13:50	
14:00	
14:10	
14:20	
14:30	
14:40	
14:50	16:15~ 挨拶
15:00	
15:10	
15:20	16:30終了
15:30	
15:40	
15:50	
16:00	
16:10	
16:20	
16:30	



第2回 主催：独立行政法人日本スポーツ振興センター

参加  
無料

# 女性ジュニア アスリート 指導者講習会 応用編

女性ジュニアアスリートを指導する上で発生する課題や  
疑問に対する事例や症例を提示し解決策を探り、  
指導者の理解をより深めることを目的としています。

日時

2日間開催 < 10:00から受付開始 >

平成30年12月8日(土) 10:30~16:10 / 9日(日) 10:30~16:30

場所

国立スポーツ科学センター (JISS) 2階 研修室AB 東京都北区西が丘3-15-1

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

申込締切

平成30年11月16日(金)



## 講義内容

1日目 12月8日(土)

#1 婦人科 / コンディショニング編 10:40~12:45

講師 高尾 美穂 (イク表参道 副院長)  
中村 真理子 (JISSスポーツ科学部研究員)

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

#2 小児科編 13:45~14:45

講師 友利 杏奈 (東京女子医科大学東医療センター小児科)

子供の発育・発達、成長期特有の病気について(症例を交えて)

#3 栄養編 15:00~16:10

講師 石井 美子 / 大野 尚子 (JISS 栄養グループ協力者)

女性ジュニアアスリートの食事と栄養について

2日目 12月9日(日)

#4 心理編 10:30~12:40

講師 真石 万衣子 (JISS心理グループ専門職員)  
西園 マーハ 文 (白梅学園大学 教授)

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、摂食障害の発見と早期の対応について

#5 外傷・障害 / トレーニング編 13:40~16:15

講師 半谷 美夏 (JISSスポーツメディカルセンター副主任研究員)  
古屋 あゆみ (JISSトレーニンググループ指導員)

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

申込  
方法

右記のQRコードをご利用ください。もしくは下記サイトをご覧ください。

<http://www.jpnsport.go.jp/jiss/tabid/1276/Default.aspx>

QRコードを読み込めない方、FAXやメールでの申込を希望される方の問い合わせ先  
国立スポーツ科学センター (JISS) スポーツメディカルセンター 村上/松永/新宮/香川  
TEL : 03-5963-0202 / FAX : 03-5963-0244 / E-mail : josel.shien@jpnsport.go.jp



JAPAN SPORT  
COUNCIL

