

10/20(日)の行事

報道発表資料の配付日時 2024年10月2日(水)14時00分

発表項目 (行事名)	「北海道スポーツ医・科学フェスタ 人がつながる・人をつなげる スポーツ医科学サポート ～未来に向けた女性アスリートサポートとセルフチェックの 重要性～」の開催について
開催概要	<p>【開催趣旨及び開催概要】</p> <p>アスリートや学生、指導者の皆様や医科学専門家などの皆様を対象に、女性アスリートをとりまく医・科学サポートの現状と課題に焦点を当てながら、スポーツ医・科学の知識と技術をお伝えすることを目的に開催します。主催者である北海道スポーツ医・科学コンソーシアムは、令和5年7月に、札幌医科大学、北海道、札幌市、北海道スポーツ協会を中核団体として設立し、北海道内のスポーツ選手の皆様をサポートするための活動を行っています。</p> <p style="text-align: center;">記</p> <ol style="list-style-type: none"><li>日時 令和6年10月20日(日) 9:30～17:40</li><li>会場 北翔大学 北方圏学術情報センター／札幌円山キャンパス (札幌市中央区南1条西22丁目)</li><li>主催 北海道スポーツ医・科学コンソーシアム (中核団体：札幌医科大学、北海道、札幌市、北海道スポーツ協会)</li><li>参加対象 スポーツ医・科学の支援に関わるすべての人(アスリート、学生、指導者、医科学専門家等)</li><li>参加費 無料</li><li>申込方法・期間 下記、URLにアクセスし、お申込みください。 申込URL：<a href="https://h-smssc.jp/event/20240808/">https://h-smssc.jp/event/20240808/</a> ※ 詳細は、別紙チラシ、プログラムを参照してください。 ※ 新聞掲載の問合せ先：北海道スポーツ協会競技スポーツ課 TEL:011-820-1704</li></ol>
報道(取材) に当たって のお願い	貴紙面、WEB、番組等にて参加募集の報道、当日取材等をお願い申し上げます。
本件に関する 問い合わせ 先	札幌医科大学事務局経営企画課 森下 TEL:011-611-2111(内線22180) / FAX:011-611-2237 メールアドレス： <a href="mailto:kikakukouhou@sapmed.ac.jp">kikakukouhou@sapmed.ac.jp</a> 北海道スポーツ協会競技スポーツ課 千葉 TEL:011-820-1704

# 北海道スポーツ 医・科学フェスタ

## Hokkaido Sports Medical & Science Festa

人がつながる・人をつなげる スポーツ医科学サポート

～未来に向けた女性アスリートサポートとセルフチェックの重要性～

**開催日時:** 2024年10月20日 (日) 9:30 開場

**会場:** 北翔大学 札幌円山キャンパス

札幌市中央区南1条西22丁目

**参加費:** 無料

### 参加対象者

スポーツ医・科学の支援に関わるすべての人  
(アスリート, 学生, 指導者, 医科学専門家など)



主催: 北海道スポーツ医・科学コンソーシアム

詳細はこちら

# Program

## シンポジウム1 | 女子アスリートの健康を守るために理解しておくこと

成長期以降の女子アスリートが安全にスポーツを行っていくために知っておいてほしい月経や栄養摂取のための食事や体調（コンディションやケガ）についてスポーツ現場でサポート経験豊富な専門家からお話をいただき、また元選手の方から実際のスポーツ現場での経験を伺います。

## シンポジウム2 | アスリート競技力向上に向けた多職種連携

最近では、アスリートの競技力向上の為、チーム形式で強化を図る事が多くなってきています。今回はその中でも、様々な資格が存在するトレーナー界において連携の可能性について、各トレーナー団体等の代表者に出席してもらい意見交換を行います。

## シンポジウム3 | スポーツ医科学のキャリアトラック

実際のスポーツ現場で活躍している医師、薬剤師、理学療法士、アスレティックトレーナー、栄養士が集まり、スポーツ医科学の分野でキャリアを築き、発展させるための方法について発表や意見交換を行います。

## パネルディスカッション | チームサポートの実践例

トップアスリートに対するスポーツ医科学サポートの実践報告  
～ スキージャンプ 伊藤有希選手(土屋ホームスキー部) ～ ※ビデオ出演

## ワークショップ | フィジカルアセスメントのトリセツ

ナショナルレベルのスキージャンプおよびスケート選手が実際に行っているスポーツ医科学測定を実践・体験することができます

※基本フリー参加。専門スタッフによる説明付きガイドツアーあり（定員あり、事前登録制）

## 北海道スポーツ協会 企画イベント

新しい地域スポーツ振興のカタチ  
～部活動地域移行が目指すもの～

## 身体セルフチェック体験会

スポーツ庁・室伏長官が考案された  
身体機能セルフチェック動画に基づき、  
身体セルフチェックを体験できます

## 体験・相談会

### 女性アスリート 身体機能チェック

コンディションやケガに関わる  
柔軟性や筋力の簡易チェックを体験

### スポーツ栄養

普段の1日の食事内容のチェック  
とアドバイスが受けられます

### スポーツメンタル

※定員ありの事前登録制

ミニレクチャーとメンタル  
チェック・トレーニング体験

### コンディショニング

※定員ありの事前登録制

アスリートにおける睡眠  
コンディショニングについて、  
ミニレクチャーと自律神経測定体験

	大ホール	ギャラリーA	ギャラリーB	会議室A	会議室B	会議室D
9:30	受付開始					
9:50	開会式					
10:00	シンポジウム1					
12:00	休憩					
12:10						
13:00	パネルディスカッション	ワーク ショップ	企業展示	体験・相談会 (女性アスリートの 身体機能と栄養) *15:30に終了	体験・相談会 (スポーツメンタルと コンディショニング)	身体セルフ チェック体験会
13:30	シンポジウム2					
15:00						
16:00	北海道スポーツ協会企画			シンポジウム3		
17:00						
17:30	閉会式					



申し込みフォーム

北海道スポーツ医・科学コンソーシアム  
北海道スポーツ医・科学フェスタ

プログラム

会期：2024年10月20日（日）

会場：北翔大学 北方圏学術情報センター/札幌円山キャンパス

主催：北海道スポーツ医・科学コンソーシアム

	大ホール	ギャラリーA	ギャラリーB	会議室 A	会議室 B	会議室 D
9:30	受付開始					
9:50	開会式					
10:00	<b>シンポジウム1</b> 女子アスリーートの健康を守るために 理解しておくこと					
12:00	休憩					
12:10						
13:00	<b>パネルディスカッション</b> チームサポートの具体例	<b>ワークショップ</b> フィジカルアセス メントのトリセツ	<b>企業展示</b>	<b>体験・相談会</b> (女性アスリーートの身体 機能、スポーツ栄養、 自律神経系活動測定)	<b>体験・相談会</b> (スポーツメンタル、 睡眠とコンディショニング)	<b>身体セルフ チェック体験会</b>
13:30	<b>シンポジウム2</b> アスリート競技力向上に向けた 多職種連携					
15:00	<b>北海道スポーツ協会企画</b> 新しい地域スポーツ振興のカタチ ～部活動地域移行が目指すもの～			<b>シンポジウム3</b> スポーツ医学のキャリ アトラック		
16:00						
17:00						
17:30	閉会式					

## 大ホール

### 10：00～12：00 シンポジウム1：女子アスリートの健康を守るために理解しておくこと

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**内容** アスリート，医師，薬剤師，栄養士，理学療法士，トレーナーによる講演と討論

#### 1. 女性アスリートの医学的問題

北海道大学病院 婦人科 小林 範子

#### 2. 女性アスリートの栄養

日本リトルシニア中学硬式野球協会北海道連盟 高氏 千秋

#### 3. 女性アスリートのコンディショニング

北海道大学 大学院保健科学研究院／北海道スポーツ医・科学コンソーシアム専門委員  
寒川 美奈

#### 4. 現場での女性アスリートサポートの実際と課題

元スピードスケート日本代表選手 押切 美沙紀

#### 5. 女性アスリートに対する取り組み

北海道医療大学薬学部薬学教育推進講座／北海道スポーツ医・科学コンソーシアム専門委員  
笠師 久美子

### 13：00～13：30 パネルディスカッション：チームサポートの実践例

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**内容** スキージャンプトップアスリートに対するスポーツ医科学サポート実践例の紹介

#### スキージャンプトップアスリートに対するサポート実践例の紹介

土屋ホームスキー部 伊藤 有希（動画出演）

株式会社 トレリハ 綿谷美佐子

**13：30～15：00 シンポジウム2：アスリート競技力向上に向けた多職種連携 ～各団体の壁を越えて連携・連動をすすめるためには～**

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**内容** アスリート競技能力の向上のための多職種連携に関する講演と討論

**1. アスレティックトレーナーの立場から**

北海道スポーツ医・科学コンソーシアム 鎌倉 一

**2. トレーニング指導者の立場から**

合同会社エイチフォーライフ 大菅 貴広

**3. ストレngth&コンディショニング専門職の立場から**

curious health and strength 藤原 信介

**4. ボディワーカーの立場から**

Refine Body 田中 宏明

**5. 理学療法士の立場から**

Do-Clinic 整形・運動器リハビリテーション 仲澤 一也

**15：15～17：00 北海道スポーツ協会 企画イベント**

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**テーマ** 新しい地域スポーツ振興のカタチ ～部活動地域移行が目指すもの～

**1. 北海道スポーツ協会 提言・ビジョンについて**

**2. 情報提供「部活動改革の本質について」**

北海道教育大学岩見沢校 山本 理人

**3. 事例発表「新たな地域スポーツ振興の取り組み」**

- ・ 広域連携の取り組み (北空知・沼田町教育委員会 赤井 圭二)
- ・ 総合型クラブ主体の取り組み (NPO 法人アビーSC 鳥實 裕弥)
- ・ スポーツ少年団等の取り組み (中札内村教育委員会 高橋 慎)

**4. パネルディスカッション**

## ギャラリーA

### 13：00～16：00 ワークショップ1：フィジカルアセスメントのトリセツ

**内容** ナショナルレベルのスキージャンプおよびスケート選手に対して行っているフィジカルアセスメントを実践・体験する

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**実施形態** 基本はフリーで参加可能

スポーツ医科学専門家による説明付きガイドツアーあり

**所要時間** ガイドツアーは45～60分程度を予定

## 会議室A

### 12：10～15：30 体験・相談会（女性アスリート身体機能チェック）

担当：北海道大学大学院保健科学研究院 寒川 美奈

**内容** 女性アスリート特有の身体機能・コンディショニングのチェックを体験する。

女性アスリートが抱える諸問題についての個別相談会を開催する

**対象** 女性アスリート，コーチ，部活動関係者，トレーナーなど女性アスリートに関わるすべての方

**所要時間** 30～40分程度を予定

### 12：10～15：30 体験・相談会（スポーツ栄養）

担当：日本リトルシニア中学硬式野球協会北海道連盟 高氏 千秋

**内容** 一日の食事の栄養摂取についてのチェック体験とスポーツ栄養面からのアドバイスを受ける。

**対象** アスリート，コーチ，部活動関係者，トレーナーなどスポーツに関わるすべての方

**所要時間** 30分～40分程度を予定

### 12：10～15：30 体験・相談会（自律神経系活動）

担当：東海大学 国際文化学部地域創造学科 塚本 未来

**内容** 睡眠やパフォーマンスに関わる自律神経系活動のチェックの体験をする。

**対象** アスリート，コーチ，部活動関係者，トレーナーなどスポーツに関わるすべての方

**所要時間** 5分～10分程度を予定

## 16:00~17:30 シンポジウム3：スポーツ医科学のキャリアトラック

**対象** 医療専門職，トレーナー，医療専門職・トレーナーを目指す学生など

**内容** 医師，薬剤師，栄養士，理学療法士，アスレティックトレーナーによるスポーツ医科学のキャリアに関する講演と討論を予定

### 1. スポーツドクターのキャリア

札幌医科大学医学部 整形外科学講座 岡田 葉平

### 2. スポーツファーマシストのキャリア

有限会社マスト 桜町調剤薬局 阿部 忍

### 3. スポーツ理学療法士のキャリア

北海道科学大学 保健医療学部 井野 拓実

### 4. アスレティックトレーナーのキャリア

フリーランストレーナー 館山 穰

### 5. スポーツ栄養士のキャリア

北海道文教大学 人間科学部 小山 奈緒美

## 会議室 B

## 12:10~16:00 体験・相談会（コンディショニングとスポーツメンタルを交互に実施）

スポーツメンタル担当：コンディショニング・ラボ 吉田 聡美

コンディショニング担当：藤女子大学 木本 理可

**内容** ①アスリートにおける睡眠コンディショニング(トレーニング効果やパフォーマンスを高めるために)についてミニレクチャーとセルフチェック体験をする。

②試合時における身体の状態と自律神経の関係についてスポーツメンタルのミニレクチャーと対処方法を体験する。

**対象** アスリート，トレーナー，コーチ，部活動関係者などスポーツに関わるすべての方

**所要時間** 1回あたり60分程度を予定（①②あわせて）

※定員ありの事前登録制

## 会議室 D

## 13:00~16:00 身体セルフチェック体験会

**内容** スポーツ庁・室伏長官が考案された身体機能セルフチェック動画に基づき，身体セルフチェックを体験する。

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**所要時間** 1回あたり30分程度を予定