

かちまい・札幌医大 医療セミナー

人生100年時代を健やかに

札幌医科大学創基80周年を記念し、毎年恒例のセミナーがパワーアップ！
長い人生を健康で過ごす秘訣をお伝えします。

参加
無料

日時

2025.6.13(金)

14:30～16:20(開場14:00)

場所

北海道ホテル(帯広市西7条南19丁目1)

申込方法は
チラシの
裏面へ



第1部
14:30
～15:10

北海道の元気のために 札幌医大の最新医療

山下敏彦 氏 札幌医科大学 理事長・学長

人生100年時代は、元気で健やかな「健康寿命」を伸ばすことが重要。その実現のために、札幌医大はスポーツ医学や再生医療、医療DXなど最新の医療・医学研究を展開し、その成果を道民の健康維持・増進に応用することを目指しています。取り組みの一端を紹介します。



第2部
15:20
～16:20

スポーツ医学が導く 健やかで元気なライフパフォーマンス

片寄正樹 氏 札幌医科大学 保健医療学部長

スポーツ医学はトップアスリートだけでなく、健康維持やケガの予防にも活用できます。札幌医大は、オリンピック選手への医学的サポートの実績をもとに、「スポーツ医学 × ライフパフォーマンス」として、健やかに動ける身体づくりを支えています。今回はスポーツ医学の知見を日常に生かすポイントと、今日から実践できる身体コンディショニングの方法を紹介。人生100年時代をアクティブに楽しむヒントをお届けします。



会場で一緒に
エクササイズに
チャレンジ♪

良い姿勢の重要性 あなたの背中丸まっていませんか？

戸田創 氏 札幌医科大学 保健医療学部
理学療法学第二講座講師

自分の姿勢、意識していますか？座ってできる「背骨曲げ伸ばし運動」「背骨回旋ストレッチ」を通じて、姿勢を改善するコツをお伝えします。



当日は、帯広協栄病院と帯広整形外科の理学療法士さんにもご参加いただき、会場で皆さんの動きをサポートします。

講師プロフィール

山下敏彦 氏

札幌医科大学 理事長・学長

1983年札幌医科大学医学部卒、87年同大学院卒、医学博士。88年ウェイン州立大学（米国）にポスドク（博士研究員）として留学、99年にカルガリー大学（カナダ）にて在外研究。2002年に同大整形外科教授、14年に同大附属病院長。22年から同大理事長・学長を務める。主な専門分野は、整形外科（脊椎・脊髄外科）、神経再生医療、スポーツ医学。

片寄正樹 氏

札幌医科大学 保健医療学部長

1963年、帯広市生まれ。1999年カナダ アルバート大学大学院理学療法士課程修了。2007年札幌医科大学保健医療学部理学療法第二講座教授。オリンピック選手のリハビリ指導などに長年従事し、20年に公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会・選手村医療担当課長。22年から同大学理事・保健医療学部長。23年からは北海道スポーツ医・科学コンソーシアム運営委員会委員長を担う。

戸田 創 氏

札幌医科大学

保健医療学部 理学療法学第二講座 講師

2008年札幌医科大学保健医療学部理学療法学科卒、17年に博士課程（理学療法学）修了。08年から現在までNTC競技別強化拠点施設活用事業（スキー・ジャンプ）の理学療法士、11年にNTC競技別強化拠点施設活用事業（スピードスケート）の理学療法士。17年に第8回アジア冬季競技大会医療スタッフ、21年東京オリンピック・パラリンピック競技大会選手村総合診療所の理学療法士を担う。23年から北海道スポーツ医・科学コンソーシアムのアドミニストレーター。日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー。

参加お申込方法

■「整理券」の場合

以下で配布している整理券を手に入れて、会場にお越しください。

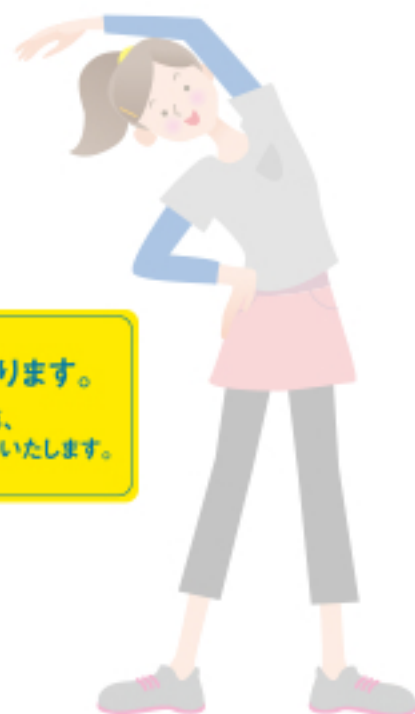
- 十勝毎日新聞社 本社受付（帯広市東1条南8丁目）
- かちまい緑西販売店（帯広市西17条南4丁目8-17）
- かちまい札内販売店（幕別町札内桜町83-3）
- かちまい木野東販売店（音更町宝来東町北1丁目1-42）
- OCTVサービスセンター（帯広市西17条南4丁目8-17）
- 帯広市民文化ホール（帯広市西5条南11丁目48-2）
- 音更町文化センター（音更町木野西通15丁目8）
- 幕別百年記念ホール（幕別町字千住180）

■ Googleフォームの場合

右記専用フォームにアクセスし、必要事項を入力して送信ください。
※お申込み後の確認メールは送信いたしません。

先着順となります。

定員に達し次第、
受け付けを終了いたします。



お問い合わせ

十勝毎日新聞社 社長室 ☎0155・22・2121（代表）

※十勝毎日新聞社は札幌医科大学と包括連携協定を締結、十勝の住民の健康増進につながる事業を展開しています。