

🌀 スポーツのケガについての 正しい知識とテーピング



スポーツ選手のケガの予防やケアには、たくさんの知識が必要となります。
この講座では3日間にわたり横浜市スポーツ医科学センタースタッフが
明日からすぐに使える知識と技術を紹介します！

【第1回】平成30年1月13日(土) ケガについての基礎知識

1. 簡単な解剖学の知識(足関節・膝関節)
ケガのおこる原因について
2. ケガ後の処置(RICE)
3. ケガ後のリハビリテーション

【第2回】平成30年1月20日(土) 足関節のテーピング

1. テーピングの基礎知識
2. 足関節のテーピング実習

【第3回】平成30年1月27日(土) 膝関節のテーピング

1. テーピングの基礎知識
2. 膝関節のテーピング実習

第1回～第3回のいずれか1回だけでも
ご参加いただけます

各回共通のご案内

【開催時間】

18:00～20:00(第3回のみ18:30～20:30)
(受付時間:17:30～18:00
※第3回のみ18:00～18:30)

【会場(受付場所も同じ)】

横浜市スポーツ医科学センター
MEC ルーム(第3回のみ中研修室)

【対象】下記①～③をすべて満たす方とします

- ① 横浜市内在住、在勤、在学
- ② 16歳(高校生)以上
- ③ スポーツの指導者、トレーナー、マネージャー
(選手含む)

【募集人数】

30名/回

【受講料】

無料

【当日の持ち物】

1. 筆記用具
(第2回・第3回は下記もご用意ください)
2. はさみ
3. (膝から下が出せるような)動きやすい服装

講師紹介・申込方法は裏面をご覧ください！



【講師紹介】

まつだ しょう
松田 匠生

横浜市スポーツ医科学センター 理学療法士

早稲田大学、専門学校東京医療学院、早稲田大学大学院。

修士(スポーツ科学)、理学療法士、日本体育協会公認アスレティックトレーナー

【申込期間】

平成29年12月11日(月) から各開催日の前日まで(先着順)

※定員になり次第、締め切らせていただきます。

※いずれか1回だけでもお申込みいただけます。

【申込方法】

お電話にてお申込みいただけます。電話 045-477-5050

(受付時間 平日9:00~21:00 日曜・祝日9:00~17:00)

※下記の日程は休館日となります。

12月19日(火)、12月29日(金)~平成30年1月3日(水)、1月16日(火)、1月23日(火)

【注意事項】

1. 講義・実技指導中の写真撮影、録音・録画はご遠慮ください。
2. お申込者以外の方のご参加や、お子様の同伴はご遠慮ください。

個人情報取扱いについて

- (1) 事業者の名称：公益財団法人横浜市体育協会
- (2) 個人情報の利用目的：いただいた個人情報は、連絡等事務管理のために利用します。
- (3) 個人情報の第三者提供について：いただいた個人情報について、第三者へ提供することはありません。
- (4) 個人情報の取扱いの委託について：個人情報の取扱いについて、委託することはありません。
- (5) 個人情報をご提供いただけない場合の取扱い：必要事項をいただけない場合、お申込できない場合があります。
- (6) 当協会の個人情報取扱いに関する苦情、相談等の問合せ先

個人情報保護管理責任者 公益財団法人横浜市体育協会 事務局長

お問合せ窓口 総務部総務課

電話 045-640-0011 FAX 045-640-0021

【アクセス】

■新横浜駅 徒歩 15分

- ・JR 横浜線、東海道新幹線北口下車
- ・横浜市営地下鉄下車 8番出口

■小机駅 徒歩 15分

- ・JR 横浜線下車

【お問合せ】

公益財団法人 横浜市体育協会
横浜市スポーツ医科学センター
住所：横浜市港北区小机町

3302-5 日産スタジアム内

TEL：045-477-5050

URL：<http://www.yspc-ysmc.jp>



講義内容は裏面をご覧ください！