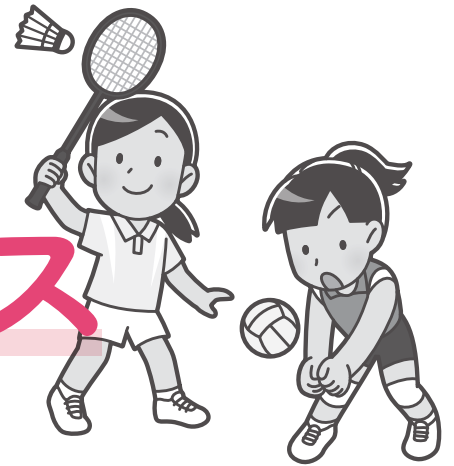


# 第13回 スポーツ傷害予防教室

sozo 豊橋創造大学  
— 地域の健康を支える大学 —



# スポーツと ウィメンズヘルス

参加無料

～私たちが今できること～

令和  
4年 11/27日

■時間/受付 9:00～  
講座開始 9:30～12:00  
(休憩15分ほど含む)

■場所/豊橋創造大学 E棟

■定員/60名

■対象/●中高生とその保護者(女子対象)  
●スポーツ指導者、理学療法士に  
興味のある高校生(性別不問)

■持ち物/筆記用具、室内履き、飲み物、  
動きやすい服装

※COVID19感染防止対策を十分に行った上で実施しますが、感染の状況によっては変更となる場合があります。また悪天候により暴風警報等が発令された場合等にも、時間変更または中止となる場合があります。(本学HP参照)

第1部 <講師による講演> 9:40～10:30

今、伝えたい!スポーツをする女子たちへ

講師: 青山総合病院 婦人科 宮本由記 医師

【講師プロフィール】

2022年6月より総合青山病院産婦人科(豊川市)にて勤務。2015年より勤務先で思春期スポーツ外来を担当し、産婦人科医、スポーツドクターとして中高生からトップアスリートまでサポート。

【資格】

日本産婦人科学会専門医  
日本体育協会公認スポーツドクター  
日本障がい者スポーツ協会公認障がい者スポーツ医  
女性医学学会女性ヘルスケア専門医

- 思春期の身体変化について
- 月経とスポーツの関連
- 無月経はなぜいけないのか、傷害予防の観点から
- 月経随伴症状の対処法と受診基準
- 保護者、指導者に知ってもらいたいポイント

第2部 <整友会スポーツ班による講演と実技> 10:45～11:35

ケガをしにくい身体をつくろう

講師: 医療法人整友会 スポーツ班 理学療法士

- 自分の身体チェックとその対策
- チームのみんなのできるトレーニング

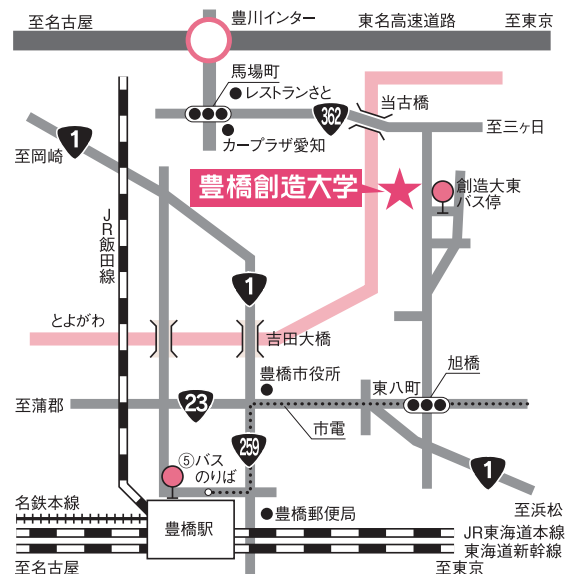
お申し込み方法 下記①～④のいずれかでお申し込みください。

- ①本学ホームページ  
[http://www.sozo.ac.jp/exchange/ec\\_current\\_year](http://www.sozo.ac.jp/exchange/ec_current_year)
- ②FAX.050-2017-2112(裏面申込書)
- ③郵送(裏面申込書)  
〒440-8511 豊橋市牛川町松下20-1  
豊橋創造大学 公開講座受付係
- ④Email:chiren@sozo.ac.jp

※メール本文にご希望講座・必要事項をご記載の上、送信してください。  
※お申込みをいただきました個人情報は、豊橋創造大学にて厳重に管理いたします。(裏面参照)

お問い合わせ先

豊橋創造大学 地域連携・広報センター  
TEL/050-2017-2106



主催/豊橋創造大学 保健医療学部 理学療法学科

共催/医療法人整友会 江崎病院 鷹丘クリニック 向山クリニック  
公益社団法人愛知県理学療法士会

後援/豊橋市、豊橋市教育委員会、(公財)豊橋市  
スポーツ協会、中日新聞社、東愛知新聞社、  
東海日日新聞社、エフエム豊橋、豊橋ケー  
ブルネットワーク

↑ 送信方向 FAX \* 050-2017-2112

# スポーツ傷害予防教室 〈参加申込書〉

令和4年  
11月27日

◆時間 9:30~12:00  
(受付9:00~)

**参加無料**

第1部〈講師による講演〉9:40~10:30

今、伝えたい!スポーツをする女子たちへ

講師: 青山総合病院 婦人科 宮本由記 医師

第2部〈整友会スポーツ班による講演と実技〉10:45~11:35

ケガをしにくい身体をつくろう

講師: 医療法人整友会 スポーツ班 理学療法士

●ご参加の際は必ずマスクを着用してください。新型コロナウイルス感染予防対策にご協力をお願いします。

## 参加者氏名 (必要事項にご記入ください)

ふりがな		〒	-
お名前	ご住所		
	年齢( 歳)		
電話	E-mail		
区分 ○印をつけてください	①中学生 ②高校生 ③スポーツ指導者(種目: ) ④保護者 ⑤その他( )		
ふりがな		〒	-
お名前	ご住所		
	年齢( 歳)		
電話	E-mail		
区分 ○印をつけてください	①中学生 ②高校生 ③スポーツ指導者(種目: ) ④保護者 ⑤その他( )		
ふりがな		〒	-
お名前	ご住所		
	年齢( 歳)		
電話	E-mail		
区分 ○印をつけてください	①中学生 ②高校生 ③スポーツ指導者(種目: ) ④保護者 ⑤その他( )		

※3名以上での申込みは別紙にて参加者リストを送信してください。

※個人情報の収集につきましては、本学が主催する各種講座等のご案内の目的に利用いたします。また、受講者の方から収集した個人情報は厳重に管理し、特定の事情がない限りご本人の了承なく第三者に開示・提供することはありません。