

# 特別公開講座

■平成27年2月15日(日) つくば国際会議場 3階 中ホール

目的：各種スポーツを通して健康な心身を養うことは大切なことですが、成長期に運動やスポーツを続けていると必ず悩まされるのがケガや体の痛みであり、その痛みの原因が思い当たらなくても症状に悩まされている例が多数報告されている。特に近年は、スポーツ界の若手選手の活躍が脚光を浴びていることもあり、それらの影響からスポーツを始める低年齢化が進んでおり、身体に及ぼす影響が大変懸念される。

よって、スポーツを行うことにより起きる身体の故障など正しい知識を認識し、スポーツ障害といわれる症状等の予防法を習得してもらうことが目的である。

講師：筑波大学体育系教授 白木 仁 氏

参加人数：200名

## 特別公開講座

### 「成長期のスポーツ障害と予防」

—スポーツ外傷・障害を予防するためのトレーニング—

受講定数 **300名** 募集  
参加費無料

平成27年  
**2月15日(日)**  
午前9時30分～

**【会場】**  
つくば国際会議場 3階 中ホール  
〒305-0032 つくば市竹園2丁目20番3号  
TEL 029-861-0001

講師：筑波大学体育系 教授 **白木 仁** 先生

対 象 者：小中学校の体育指導者及びスポーツ少年団などの指導者  
小学4年生(10歳)から中学3年生(15歳)位までのアスリートと保護者  
大学生など  
募集人数：先着300名  
募集期間：平成27年1月6日～平成27年2月5日まで

参加希望の方は事前申し込みが必要です  
「郵便番号」「住所」「氏名」「電話番号」「職業」を明記の上、  
FAXまたはメールにて公益社団法人 茨城県柔道接骨師会  
までお申し込みください。

E-mail: shiraume08@ibaraki.email.ne.jp  
〒310-0804 水戸市白梅二丁目2番39号  
TEL 029-247-8111 FAX 029-247-8126  
ホームページ <http://www.shadan-ibaraki.or.jp>

主催：公益社団法人 茨城県柔道接骨師会  
後援：茨城県教育委員会・公益財団法人 茨城県体育協会・つくば市

