

# 運動・スポーツ障害に対する メディカルリハビリテーションとアスレチックトレーニングの実際

～フィットネストレーニングに活かすリハビリテーションの学習～【体 幹】

幅広い年代の“受傷からスポーツ復帰まで”をトータルにサポートする「八王子スポーツ整形外科」で実施している段階的リハビリテーション（メディカル&アスレチック）の内容を中心に、健康・体づくり及びスポーツ活動をサポートするうえで欠かせない、スポーツ疾患の知識や評価の仕方、障害予防の現状、実際に指導しているトレーニング方法（自体重によるファンクショナルエクササイズ）について、ご紹介します。

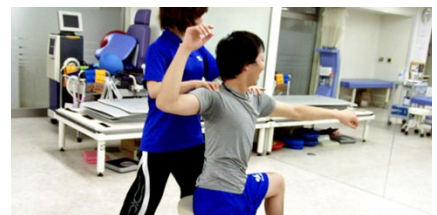
本講習会にご参加いただき、医科学的理論に基づいたトレーニングの実際を学習して、子供から高齢者までのより良いコンディショニング指導にお役立てください。

## ● 開催概要

- 開催日：平成28年9月25日（日） 10:00～16:00 ※1h休憩あり
- 会場：レンタルスペースサニ（東京都八王子市東町12-8）※JR中央線・八王子駅・北口出口徒歩3分
- 受講資格：健康運動指導士・健康運動実践指導者を保有した健康増進及びスポーツ振興事業に携わる方全般
- 定員：20名
- 受講料：お一人様 13,500円（税込）

## ● 講習内容

- ◆10:00～11:00 スポーツ障害の基礎知識（講義）
- ◆11:00～12:30 アライメントの評価と治療（実習）
- ◆13:30～16:00 アスレチックトレーニングの実際（実技）  
「腰椎分離症」「腰椎椎間板ヘルニア」「コアトレーニング」



※本講習会は、健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録更新単位（講義：1.0）（実技：4.0）となります。

## ● 講師紹介

### 医療法人社団スポーツメディカル 八王子スポーツ整形外科

スポーツ医学に関するプロの職人たち（スポーツドクター、アスレチックトレーナー、コンディショニングトレーナー、理学療法士、看護師、放射線技師、鍼灸マッサージ師、管理栄養士、メンタルセラピストなど）が連携し、ケガをしたスポーツ選手がベストの治療を受け早期に現場復帰が出来るよう、受傷からスポーツ復帰までトータルでサポートしています。

<http://sports-medical.net/>

★当日は、理学療法士、アスレチックトレーナーが担当いたします。

主催：公益財団法人日本健康アカデミー

〒192-0032 東京都八王子市石川町2974-23 コスモビル2F

<http://www.jp-kenko.org/index.html>

お問合せ

TEL：042-644-8688

FAX：042-645-6565

Eメール：[seminar@jp-kenko.org](mailto:seminar@jp-kenko.org)

担当：古瀬（ふるせ）



公益財団法人 日本健康アカデミー  
Japan Health Academy

## 《 申込方法 》

### ■メールの場合

- ①件名に 9月25日「リハ体幹」参加申込 と記載ください
- ②下記の申込用紙の必要事項をお知らせください。
- ③受講料ご送金確認後に受講票をご送信（メール）いたします。

E-mail : [seminar@jp-kenko.org](mailto:seminar@jp-kenko.org)

### ■FAXの場合

- ①下記の申込用紙に必要事項を記載してFAX送信ください。
- ②受講料ご送金確認後に受講票をご送信（FAX）いたします。

FAX番号 : **042-645-6565**

#### 《受講料振込先》

銀行名：みずほ銀行  
支店名：八王子支店  
口座番号：普) 1499889  
公益財団法人日本健康アカデミー

※定員になり次第、申込受付を締め切りとさせていただきますので、ご了承ください。

### 9月25日リハビリテーションの学習(体幹) 申込用紙

記入日 月 日

氏名	フリガナ	年齢 ( 歳)
住所	〒 (      -      )	
電話番号	(                      )	
FAX番号	(                      )	
携帯番号	(                      )	
メールアドレス	@  ※PC送信対応可能アドレスをご記載ください	
健康運動指導士 登録番号		
健康運動実践指導者 登録番号		
勤務先名称等		

FAX / **042-645-6565**