

令和4年度 尼崎市体育協会「スポーツ指導者講習会」実施要項

- 1 目的 尼崎市のスポーツ振興、発展を目的とし、指導者の資質の向上・競技力の向上を図るための指導者講演会を実施する。
- 2 日時 令和5年3月16日(木) 18:30～20:00
- 3 場所 ベイコム総合体育館 研修室
(尼崎市西長洲町1-4-1 ☎06-6489-2027)
- 4 主催 尼崎市体育協会 尼崎市教育委員会
- 5 後援 (公財) 兵庫県スポーツ協会
- 6 対象 体育協会加盟団体指導者(100名)、一般公募市民(30名) 約130名
- 7 テーマ 「コンディショニング ～選手のためにできること～」
- 8 内容 コンディショニングの構成要素には、「フィジカル」「メンタル」「栄養」「休養」「外部環境」「トレーニング」などがあると言われています。このように、選手のベストコンディションやピークパフォーマンスを作るためには非常に多くのことが関わっています。本講習会では、スポーツ現場で実戦しているフィジカル面のアプローチ(トレーニング・ストレッチ・障害予防・リハビリ)、栄養・休養のとり方、ピーキング(1年間の競技プラン)を中心にわかりやすく紹介します。
- 9 講師 小山 智士 氏 (アスレチックトレーナー/理学療法士/鍼灸師/スポーツメディカル整体院院長)
- 10 参加料 無 料
- 11 問合せ先 尼崎市教育委員会事務局 スポーツ推進課内
尼崎市体育協会事務局(☎06-4950-0406)

小山 智士 氏 プロフィール

○経歴

岡山県立玉島高校→広島大学医学部→神戸東洋医療学院→ミシガン州立大学オステオパシー学部卒業後教育プログラム修了→兵庫医療大学大学院修士課程修了→西川整形外科リハビリクリニックリハビリテーション課統括部長→東京オリンピックトレーナー(ホッケー競技)→関西学院大学アメリカンフットボール部トレーナー(現在)→スポーツメディカル整体院院長(現在)

○紹介

医療現場とトレーナー現場で約20年間、活動を続けている。医療現場では、理学療法士として患者に向き合い、沢山の手術療法・保存療法のリハビリを担当。スポーツ現場では、アスレチックトレーナーとしては、日本代表男子ホッケーチーム、東京2020オリンピック(ホッケー競技)に帯同し、多くの選手のコンディショニングを行っている。現在は、関西学院大学アメリカンフットボール部(5年連続日本一)のトレーナーとして、シーズンを通して選手のコンディションをベストに保つための多方面の取り組みを行っている。

