

北海道スポーツ医・科学コンソーシアム  
北海道スポーツ医・科学フェスタ

プログラム

会期：2024年10月20日（日）

会場：北翔大学 北方圏学術情報センター/札幌円山キャンパス

主催：北海道スポーツ医・科学コンソーシアム

	大ホール	ギャラリーA	ギャラリーB	会議室 A	会議室 B	会議室 D
9 : 30	受付開始					
9 : 50	開会式					
10 : 00	<b>シンポジウム 1</b> 女子アスリートの健康を守るために 理解しておくこと					
12 : 00	休 憩	<b>ワークショップ</b> フィジカルアセス メントのトリセツ	<b>企業展示</b>			
12 : 10						
13 : 00	<b>パネルディスカッション</b> チームサポートの具体例			<b>体験・相談会</b> (女性アスリートの身体 機能、スポーツ栄養、 自律神経系活動測定)	<b>体験・相談会</b> (スポーツメンタル、 睡眠とコンディショニング)	<b>身体セルフ チェック体験会</b>
13 : 30	<b>シンポジウム 2</b> アスリート競技力向上に向けた 多職種連携					
15 : 00	<b>北海道スポーツ協会企画</b> 新しい地域スポーツ振興のカタチ ~部活動地域移行が目指すもの~					
16 : 00						
17 : 00						
17 : 30	閉会式			<b>シンポジウム 3</b> スポーツ医科学のキャリ アトラック		

## 大ホール

10:00~12:00 シンポジウム1：女子アスリートの健康を守るために理解しておくこと

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**内容** アスリート，医師，薬剤師，栄養士，理学療法士，トレーナーによる講演と討論

### 1. 女性アスリートの医学的問題

北海道大学病院 婦人科 小林 範子

### 2. 女性アスリートの栄養

日本リトルシニア中学硬式野球協会北海道連盟 高氏 千秋

### 3. 女性アスリートのコンディショニング

北海道大学 大学院保健科学研究院 / 北海道スポーツ医・科学コンソーシアム専門委員  
寒川 美奈

### 4. 現場での女性アスリートサポートの実際と課題

元スピードスケート日本代表選手 押切 美沙紀

### 5. 女性アスリートに対する取り組み

北海道医療大学薬学部薬学教育推進講座 / 北海道スポーツ医・科学コンソーシアム専門委員  
笠師 久美子

13:00~13:30 パネルディスカッション：チームサポートの実践例

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**内容** スキージャンプトップアスリートに対するスポーツ医科学サポート実践例の紹介

### スキージャンプトップアスリートに対するサポート実践例の紹介

土屋ホームスキー部 伊藤 有希（動画出演）  
株式会社 トレリハ 綿谷美佐子

13:30~15:00 シンポジウム2:アスリート競技力向上に向けた多職種連携 ~各団体の壁を越えて連携・運動をすすめるためには~

対象 コーチ,アスリート,学生部活動関係者,医療専門職,トレーナーなど

内容 アスリート競技能力の向上のための多職種連携に関する講演と討論

1. アスレティックトレーナーの立場から

北海道スポーツ医・科学コンソーシアム 鎌倉 一

2. トレーニング指導者の立場から

合同会社エイチフォーライフ 大菅 貴広

3. ストレngth&コンディショニング専門職の立場から

curious health and strength 藤原 信介

4. ボディワーカーの立場から

Refine Body 田中 宏明

5. 理学療法士の立場から

Do-Clinic 整形・運動器リハビリテーション 仲澤 一也

15:15~17:00 北海道スポーツ協会 企画イベント

対象 コーチ,アスリート,学生部活動関係者,医療専門職,トレーナーなど

テーマ 新しい地域スポーツ振興のカタチ ~部活動地域移行が目指すもの~

1. 北海道スポーツ協会 提言・ビジョンについて

2. 情報提供「部活動改革の本質について」

北海道教育大学岩見沢校 山本 理人

3. 事例発表「新たな地域スポーツ振興の取り組み」

- ・広域連携の取り組み (北空知・沼田町教育委員会 赤井 圭二)
- ・総合型クラブ主体の取り組み (NPO 法人アビーSC 鳥實 裕弥)
- ・スポーツ少年団等の取り組み (中札内村教育委員会 高橋 慎)

4. パネルディスカッション

## ギャラリーA

### 13:00~16:00 ワークショップ1：フィジカルアセスメントのトリセツ

**内容** ナショナルレベルのスキージャンプおよびスケート選手に対して行っているフィジカルアセスメントを実践・体験する

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**実施形態** 基本はフリーで参加可能

スポーツ医科学専門家による説明付きガイドツアーあり

**所要時間** ガイドツアーは45~60分程度を予定

## 会議室A

### 12:10~15:30 体験・相談会（女性アスリート身体機能チェック）

担当：北海道大学大学院保健科学研究院 寒川 美奈

**内容** 女性アスリート特有の身体機能・コンディショニングのチェックを体験する。  
女性アスリートが抱える諸問題についての個別相談会を開催する

**対象** 女性アスリート，コーチ，部活動関係者，トレーナーなど女性アスリートに関わるすべての方

**所要時間** 30~40分程度を予定

### 12:10~15:30 体験・相談会（スポーツ栄養）

担当：日本リトルシニア中学硬式野球協会北海道連盟 高氏 千秋

**内容** 一日の食事の栄養摂取についてのチェック体験とスポーツ栄養面からのアドバイスを受ける。

**対象** アスリート，コーチ，部活動関係者，トレーナーなどスポーツに関わるすべての方

**所要時間** 30分~40分程度を予定

### 12:10~15:30 体験・相談会（自律神経系活動）

担当：東海大学 国際文化学部地域創造学科 塚本 未来

**内容** 睡眠やパフォーマンスに関わる自律神経系活動のチェックの体験をする。

**対象** アスリート，コーチ，部活動関係者，トレーナーなどスポーツに関わるすべての方

**所要時間** 5分~10分程度を予定

## 16:00~17:30 シンポジウム3：スポーツ医科学のキャリアトラック

**対象** 医療専門職，トレーナー，医療専門職・トレーナーを目指す学生など

**内容** 医師，薬剤師，栄養士，理学療法士，アスレティックトレーナーによるスポーツ医科学のキャリアに関する講演と討論を予定

### 1. スポーツドクターのキャリア

札幌医科大学医学部 整形外科学講座 岡田 葉平

### 2. スポーツファーマシストのキャリア

有限会社マスト 桜町調剤薬局 阿部 忍

### 3. スポーツ理学療法士のキャリア

北海道科学大学 保健医療学部 井野 拓実

### 4. アスレティックトレーナーのキャリア

フリーランストレーナー 館山 穰

### 5. スポーツ栄養士のキャリア

北海道文教大学 人間科学部 小山 奈緒美

## 会議室 B

## 12:10~16:00 体験・相談会（コンディショニングとスポーツメンタルを交互に実施）

スポーツメンタル担当：コンディショニング・ラボ 吉田 聡美

コンディショニング担当：藤女子大学 木本 理可

**内容** アスリートにおける睡眠コンディショニング(トレーニング効果やパフォーマンスを高めるために)についてミニレクチャーとセルフチェック体験をする。

試合時における身体の状態と自律神経の関係についてスポーツメンタルのミニレクチャーと対処方法を体験する。

**対象** アスリート，トレーナー，コーチ，部活動関係者などスポーツに関わるすべての方

**所要時間** 1回あたり60分程度を予定（あわせて）

定員ありの事前登録制

## 会議室 D

## 13:00~16:00 身体セルフチェック体験会

**内容** スポーツ庁・室伏長官が考案された身体機能セルフチェック動画に基づき，身体セルフチェックを体験する。

**対象** コーチ，アスリート，学生部活動関係者，医療専門職，トレーナーなど

**所要時間** 1回あたり30分程度を予定