

## セミナー開催のご案内

# 「選手の健康管理（スポーツ栄養）とスポーツ障害の予防」

### [新潟会場]

平成20年12月21日（日）11:00～15:20

## 新潟駅前カルチャーセンター

定員：100名（男女 先着申込み順）※高校教諭、保護者、一般の方も可

### プログラム

#### 平成20年12月21日（日）新潟駅前カルチャーセンター 9階大ホール

JR「新潟」駅前 下記地図参照ください

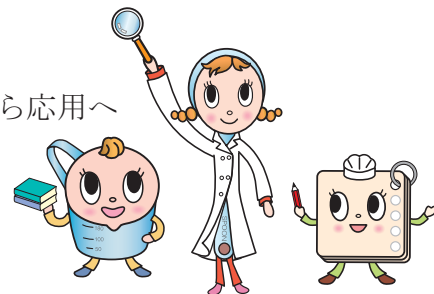
10:30～ 受付（カルチャセンター9F）

11:00～ 開会挨拶

11:10～12:10 特別講演 「オリンピックと私の高校生活」  
講師：山田 沙知子（KONAMI所属 シドニー、アテネ五輪出場 競泳）

12:10～13:10 昼食休憩

13:10～14:10 セミナー1 「選手の健康管理・食事の面から」  
①基本的な栄養学の知識の重要性②基本から応用へ  
③いつもベストコンディション  
講師：上西 一弘（女子栄養大学教授）



14:10～14:20 休憩

14:20～15:20 セミナー2 「運動の健康管理・スポーツ障害の予防」  
熱中症予防と対処法、ケガへの対応  
講師：石橋 洋介（コナミスポーツ&ライフ治療グループマネージャー）

費用：無料

※講演・セミナーの講師、タイトルは変更となる場合がございます。

同様のセミナーを  
12月14日（日）静岡グランシップ  
12月23日（祝）女子栄養大学坂戸キャンパス  
2月1日（日）コナミスポーツクラブ本店  
でも開催いたします。

#### 新潟駅前カルチャーセンター 9階大ホール



申込方法 下記宛にご連絡ください。  
申込書受領後、受付番号をお知らせします。

申込締切 [新潟会場] 12月20日

問い合わせ・

お申し込み先：女子栄養大学広報部セミナー係

TEL 03-3915-3668 FAX 03-3915-3635

ホームページもご覧下さい。

<http://www.eiyo.ac.jp/>

## ●講師プロフィール●

平成20年12月21日(日)

### 特別講演

11:10~12:10

#### 山田 沙知子

大阪府出身。3歳より、両親が泳げないこと、“女の子がきれいにクロールで泳げたらカッコいいな”という親心からスイミングスクールに通い始める。  
13歳で日本記録を樹立し、14歳で最年少となる日本代表となる（パンパシフィック選手権）。以来、25歳まで代表の座を確保。  
高校3年時、シドニー五輪出場 800m自由形8位  
大学4年時、アテネ五輪出場 400m自由形6位  
アテネ五輪後、アメリカへ移りトレーニングを続けた後、  
2008年4月選手としての一線を退く。  
現在は、(株)コナミスポーツ&ライフ広報室での仕事のかたわら、スイミングレッスン、試合での模範泳法など、一人でも多くの方に水泳の楽しさを伝えようと頑張っています。

### セミナー 1

13:10~14:10

#### 上西 一弘

女子栄養大学 栄養生理学研究室 教授  
徳島大学医学部栄養学科卒業、同大学院修士課程修了 管理栄養士 博士(栄養学)  
大学ではスポーツ栄養学、スポーツ栄養実習などを担当。  
サッカー、トライアスロンなどの選手にかかわる食事摂取基準策定のメンバー

### セミナー 2

14:20~15:20

#### 石橋 洋介

日本大学文理学部体育学科卒。  
鍼灸師、柔道整復師  
大学、社会人とアメリカンフットボールをプレーしつつ、トレーナー活動を行う。  
引退後、本格的なトレーナー活動を行うにあたり、東京医療専門学校で鍼灸師資格を取得。  
(株)コナミスポーツ&ライフ治療院では、一般の方から野球、サッカー、ゴルフ、競輪などプロスポーツ選手の治療を担当しつつ、LPGA（日本女子プロゴルフ協会）や社会人アメフトチームのトレーナーを歴任。  
現在、(株)コナミスポーツ&ライフ運営企画本部治療グループのマネージャーとして、治療院直営34支店の品質・運営管理を担当している。

