

公開

講座

無料

薬とサプリメント(講義)

講師：美内明子先生

パフォーマンスを向上させるには？
薬とサプリメントとの上手な付き合い方について
解説します。

膝の傷害とそのケア(講義と実技)

講師：三星 健吾先生

陸上選手に多い、膝の障害についてケアの仕方や
予防について、実技を交えて紹介いたします。



美内 明子先生

現役薬剤師。これまでに
のべ3万人以上の健康
相談を経験。怪我や病
気の予防をテーマに講
演活動を行っている。著
書:『舌を鍛えれば肺炎
は防げる』主宰健康教
室(のどとれぷらす)

<https://www.nodo-tore.com/>



三星 健吾先生

JPSA指導協トレーナー部会
関西地区ブロック
理学療法士
アスレチックトレーナー
パラスポーツトレーナー
2017年～2024年現在、障
害者アスリートマルチサポ
ート事業のトレーナーとして、多
数の選手を指導支援

開催日時 11月30日(土) 9:30～12:00

会場 兵庫県立障害者スポーツ交流館

★実技も実施します。体育館シューズ持参の上、運動しやすい服装でご参加ください。

<申込・問合せ>

参加申込書に必要事項を記載し、郵送又はFAXで下記までお送りください。

締め切り：11月20日(水)

〒651-2181神戸市西区曙町1070

兵庫県立障害者スポーツ交流館 担当 川口・矢倉

☎078-927-2727 FAX078-927-8022



申込書
ダウン
ロード

令和6年度 障害者アスリートマルチサポート事業

公開講座

参加申込書

- ★期日:令和6年11月30日(土) 9:30~12:00
- ★会場:兵庫県立障害者スポーツ交流館
- ★電話での申込みはできません。
- ★郵送・FAXでの申込みのみ受付いたします。(〆切11月20日)
- ★申込先 〒神戸市西区曙町 1070 兵庫県立障害者スポーツ交流館 川口・矢倉宛
FAX 078-927-8022
- ★健常者の方は、お名前、保護者氏名(18歳以下の方)、連絡先住所のみ記載ください。
- ★講義の中で実技も実施するため、体育館シューズを持参し、運動動しやすい服装でご参加ください。

団体名 (所属している方のみ)		生年月日 昭・平 年 月 日生 (どちらかに○)
個人名	ふりがな	年齢 歳 学年 ☐ 中 ☐ 高 年生 (☐ には ☒ をつけてください) 性別 ☐ 男 ☐ 女
保護者氏名 18歳以下の選手のみ記入		
連絡先住所 日中連絡の取れる 電話番号	〒 住所: 電話: FAX:	
障害名等	《身体障害者手帳・療育手帳内容をご記入のうえ、該当内容に○をつけてください》 障害等級: 種 級 / 療育 A・B1・B2 障害名: 補装具 あり・なし	

- ・本申込書内の個人情報、守秘し本事業以外に使用しません。
- ・本事業中の写真撮影は、主催者の許可されたものに限りします。
- ・キャンセルされる場合、必ず事務局へご連絡ください。