



足関節捻挫についての正しい知識とテーピング



スポーツ選手のケガ予防やケガのケアには、たくさんの知識が必要となります。
この講座では2日間にわたり横浜市スポーツ医科学センタースタッフが
明日からすぐに使える知識と技術を紹介します！

【第1回】

足関節のケガについての基礎知識

【講義内容】

1. 足関節の簡単な解剖
ケガのおこる原因について
2. 捻挫後の処置(RICE)
3. 捻挫後のリハビリテーション

【開催日時】

平成29年3月8日(水)

18時00分～20時00分

〔 受付時間:17時30分～18時00分 〕
〔 受付場所:中研修室 〕

【会場】

横浜市スポーツ医科学センター 中研修室

【対象】

横浜市内在住、在勤、在学の方対象
高校・大学運動部マネージャー、トレーナー
(指導者、選手も含む)

【募集人数】

50名

【受講料】

無料

【当日の持ち物】

筆記用具

【第2回】

テーピングの基礎知識

【講義内容】

テーピング実技

【開催日時】

平成29年3月22日(水)

18時00分～20時00分

〔 受付時間:17時30分～18時00分 〕
〔 受付場所:中研修室 〕

【会場】

横浜市スポーツ医科学センター 中研修室

【対象】

横浜市内在住、在勤、在学の方対象
高校・大学運動部マネージャー、トレーナー
(指導者、選手も含む)

【募集人数】

30名

【受講料】

無料

【当日の持ち物】

1. はさみ
2. 動きやすい服装(膝から下が出せるように)
3. 筆記用具

講師紹介・申込方法は裏面をご覧ください！



【講師紹介】

まつだ しょう
松田 匠生

横浜市スポーツ医科学センター 理学療法士

早稲田大学、専門学校東京医療学院、早稲田大学大学院在籍。

修士(スポーツ科学)、理学療法士、日本体育協会公認アスレティックトレーナー

【申込開始】

平成29年2月11日(土) 9時00分から(先着順)

※定員になり次第、締め切らせていただきます。

※どちらか1講座だけでもお申し込みいただけます。

【申込方法】

お電話もしくはFAXにてお申し込みいただけます。

電話 045-477-5050 FAX 045-477-5052

(受付時間 平日9:00~21:00 日曜・祝日9:00~17:00)

※2月21日(火)、28日(火)は休館日となります。

【注意事項】

1. 講義・実技指導中の写真撮影、録音・録画はご遠慮ください。
2. お申込者以外の方のご参加や、お子様の同伴はご遠慮ください。

【FAX 記載事項】

- ①参加講義名 ②参加者氏名 ③電話番号
 - ④参加者の属性
(マネージャー、トレーナー、指導者、選手)
- ※ご参加いただけない場合のみ、
こちらからご連絡をさせていただきます。

個人情報の取扱いについて

- (1) 事業者の名称：公益財団法人横浜市体育協会
- (2) 個人情報の利用目的：いただいた個人情報は、連絡等事務管理のために利用します。
- (3) 個人情報の第三者提供について：いただいた個人情報について、第三者へ提供することはありません。
- (4) 個人情報の取扱いの委託について：個人情報の取扱いについて、委託することはありません。
- (5) 個人情報をご提供いただけない場合の取扱い：必要事項をいただけない場合、お申込できない場合があります。
- (6) 当協会の個人情報取扱いに関する苦情、相談等の問合せ先

個人情報保護管理責任者 公益財団法人横浜市体育協会 事務局長

お問合せ窓口 総務部総務課

電話 045-640-0011 FAX 045-640-0021

【アクセス】

■新横浜駅 徒歩 15分

- ・JR 横浜線、東海道新幹線北口下車
- ・横浜市営地下鉄下車 8番出口

■小机駅 徒歩 15分

- ・JR 横浜線下車

【お問合せ】

公益財団法人 横浜市体育協会

横浜市スポーツ医科学センター

住所：横浜市港北区小机町

3302-5 日産スタジアム内

TEL：045-477-5050

URL：<http://www.yspc.or.jp/ysmc/>



講義内容は裏面をご覧ください！