

## 令和6年度 スポーツ科学講座②開催要項

### 1. 目的

各種スポーツに関わる指導者やインストラクター、トレーナー等に対し、スポーツの科学的理論や科学的根拠に基づいたトレーニング等の実践的な研修会を開催し、指導者やインストラクター、トレーナー等の資質向上を図るとともに、それぞれの指導現場における指導技術の向上に寄与する。

### 2. 主催

千葉県競技力向上推進本部

公益財団法人千葉県スポーツ協会（千葉県総合スポーツセンター指定管理者）

一般財団法人千葉県まちづくり公社（千葉県総合スポーツセンター指定管理者）

### 3. 日程及び講座内容

**2025年2月24日（月）9：30～12：40**

講師	開催時間	講座名	内容
永安 健太 氏 わしざわ整形外科 副主任 日本スポーツ協会公認 アスレティックトレーナー	9：30 ～ 11：30	トレーニング指導のための基礎知識 ～動きやすい身体づくりを目指して～ 講義	講義では、「なぜトレーニングが必要か？」筋力や柔軟性など身体を機能的に動かすための各要素の説明、講義では、動きやすい身体づくりを行うためのトレーニングと評価方法について学ぶ。
	11：40 ～ 12：40	トレーニング指導のための基礎知識 ～動きやすい身体づくりを目指して～ 実技	

※ 講師・内容は都合により変更になる可能性があります。

### 4. 会場

千葉県総合スポーツセンター内 スポーツ科学センター

3階 第1研修室・4階 多目的アリーナ

### 5. 参加対象者

スポーツに関わる指導者、インストラクター、トレーナー、強化担当者等

スポーツ科学に興味のある者

### 6. 募集定員

100名 ※定員になり次第申し込みを締め切ります。

### 7. 参加費

無料

※各種資格継続単位申請希望者は1資格につき3,300円（日本スポーツ協会公認資格は無料）

### 8. 持ち物

室内用運動シューズ、動きやすい服装、筆記用具、資格証（各種資格継続単位申請希望者のみ）

## 9. 申込方法

### ●事前申込（前日までの申込み。当日消印有効）

- ・申込用紙を郵送、FAX、メール、受付に提出のいずれかの方法でお申し込みください。
  - a. 申込用紙はインターネット上から印刷 (<https://www.cue-net.or.jp/kouen/sportscenter/>) するか、スポーツ科学センター2階の受付でお受け取りください。
  - b. 申込用紙郵送先およびFAX番号

郵送先：〒263-0011 千葉県千葉市稲毛区天台町323番地  
千葉県総合スポーツセンター スポーツ科学講座②係  
FAX：043-207-1021

### ●当日申込

- ・会場受付にて、申込用紙に必要事項を記入してください。
- ・事前申込多数の場合、お断りする場合があります。事前にお問い合わせください。

## 10. 各種資格継続単位認定講座（詳細は上記ホームページまたは電話にて確認）

### ・公益財団法人 日本スポーツ協会

「スポーツ科学講座」に参加された方は、公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の更新研修を修了したことになります。

なお、テニス、バウンドテニスおよびオリエンテーリング資格は1ポイント、チアリーディング（コーチ3のみ）資格は都道府県スポーツ協会実施の1回分の実績となりますが、別途、資格毎に定められたポイント獲得や研修受講などの要件を満たす必要があります。

ただし、次の資格については、更新研修の実績にはなりません。[水泳、サッカー、バスケットボール、バドミントン、剣道、空手道、エアロビック（コーチ4のみ）、スクーバ・ダイビング、プロゴルフ、プロテニス、プロスキー、スポーツドクター、スポーツデンティスト、アスレティックトレーナー、スポーツ栄養士、クラブマネージャー]（2024年10月1日現在）

詳細は日本スポーツ協会のホームページをご確認ください。指導者マイページへの受講実績の反映は、研修参加から平均2カ月後となります。

・健康・体づくり事業財団 「健康運動指導士・健康運動実践指導者」

・日本トレーニング指導者協会（JATI） 「特別上級、上級、トレーニング指導者」

## 11. お問い合わせ先

千葉県総合スポーツセンター 事業運営 担当：鈴木

TEL：043-290-8501 E-mail：[kango@cue-net.or.jp](mailto:kango@cue-net.or.jp)