

## 令和元年度ジュニアアスリートの保護者向けセミナー 開催実績概要

- 趣 旨： アスリートを取り巻く関係者（アスリートアントラージュ）の中でも、家庭で多くの時間を共有する保護者がジュニア期（10歳～18歳）のアスリートに与える影響力は大きい。この年代の保護者がジュニアアスリートへの正しい関わり方、助言の仕方を学ぶことにより、親子がスポーツを通じて実りある人生を実現する可能性を高め、競技力の高いアスリートの育成を目指す。
- 主 催： JOC アントラージュ専門部会      ○ 期 日： 令和元年5月18日（土）10：00～16：45
- 会 場： 味の素ナショナルトレーニングセンター 研修室3、4      ○ 受講料： 3,000円
- 参加者： 計90名（ジュニアアスリート（10～18歳）の保護者70名、オブザーバー等20名）

### <プログラム>



ケガを防ぐ、ケガを治すために保護者ができること（コンディショニング）

理学療法士/アスレティックトレーナー 岡田 瞳 氏



勝てるカラダを作る栄養学の基礎（スポーツ栄養学）

エムサービス 高橋 文子 氏

栄養学と連動した食育弁当の提供



高橋部会長、田辺副部会長、小谷理事からの体験談も交えて



トップアスリートの保護者の体験談 グラフィックファシリテーションを用いて

モデレーター：村松 圭子 氏 解説：土屋 裕睦 教授

平野 美恵氏：平野早矢香さん（卓球）母 / 乙黒 正也氏：乙黒圭祐選手、拓斗選手（レスリング）父



トップアスリートとして成長させるために、  
保護者ができること（スポーツ心理学）  
大阪体育大学 土屋 裕睦 教授



主体性を引き出すコミュニケーションスキル  
リーダーシップコーチ 村松 圭子 氏

写真：フォート・キシモト