

神奈川県スポーツ指導者（更新）研修会 横浜コース 終了報告

連日の猛烈な残暑の続く中、令和7年8月24日（日）に更新研修会横浜コースが無事終了致しました。参加者は40名でした。会場が朝1番の利用で冷房がなかなか効いてこない状況の中、ご参加下さった皆様、関係者の皆様には心より御礼申し上げます。

開講式後、神奈川県文化スポーツ観光局スポーツ課の職員の方から、「部活動の地域移行（展開）の今後と神奈川県の取り組みについて」のお話を頂きました。公認スポーツ指導者有資格者の皆さんへの情報提供として有意義なお話だったと思います。

主研修会は横浜市スポーツ医科学センター・リハビリテーション科 理学療法士の玉置龍也氏による「スポーツ障害の発生と対処法（最新のウォームアップ、クールダウン、セルフケアの実践）」をテーマに前半がスライドによる講義、後半は参加者の実技実践でした。スポーツの種類によって障害の起こる箇所、また鍛える箇所が違う事を再認識しました。障害予防身体機能向上には日常生活での姿勢や動きから改善する事が重要と学びました。

「指導に大変役立つ研修会だった」と参加者からの感想を頂きました。 2025. 8. 24

