

平成 29 年度

一般財団法人札幌市体育協会

指導者セミナー 《vol. 1 心理編》

講師：コンディショニング・ラボ代表 吉田 聡美 氏

期 日：平成 29 年 11 月 17 日(金) 18:00~20:00

場 所：札幌市中島体育センター 1 階多目的室

参加者数： 9 名

11月17日(金)札幌市中島体育センターにおいて、『札幌市体育協会指導者セミナー《vol.1 心理編》』を開催いたしました。

今年度は、当協会初となる『女性ジュニアアスリート指導について』をテーマに、成長期における女性アスリートのこころや身体、栄養面に関する専門的な知識を学んでいただくべく、計 3 回のセミナーを企画いたしました。

心理編の講師としてお招きした、コンディショニング・ラボ代表の吉田聡美氏はスポーツメンタルトレーナーとして活動中であり、ナショナルチームの選手・団体やプロスポーツ選手、クラブチーム、各競技団体、高校生など個人から団体まで幅広く指導されております。また、2006 年トリノパラリンピック、2012 年ロンドンパラリンピック、2014 年アジアパラ競技大会、2016 年リオパラリンピックに帯同するなど、大きな舞台でも数多くご活躍されています。

講義当日は、「成長期におけるこころの発達や心理サポートの事例、摂食障害の発見と早期の対応について」と題し、思春期の脳やホルモン、繊細に揺らぐ成長過程のこころと身体に関する専門的な知識についてご講義いただき、ジュニアアスリートを指導するにあたっての声かけや摂食障害についてなど、たくさんの貴重なお話を伺うことができました。

受講者として各加盟競技団体から 9 名の方にご参加いただきましたが、受講後に記載いただいたアンケートでは大変充実した 2 時間であったとのお声をいただきました。参加された皆さまには、本セミナーで得た知識や情報を今後の活動の場でご活用いただけましたら幸いです。

最後に、《vol.1 心理編》の開催にあたり、講師の吉田氏をはじめご協力いただきました関係各所、諸氏に深く感謝申し上げます。



(一財) 札幌市体育協会

