



湘南医療福祉専門学校

スポーツ界で陰の立役者になれる！？ はり・きゅう・マッサージ師について学ぼう！



ストレッチや筋力トレーニングでどうやってケガを予防するの？はりやもぐさを使ってプロスポーツ選手のコンディションを整えるってどういうこと？

スポーツで起きやすい疾患について学んでいきます。自分で体験・実践しながらプロスポーツ選手をサポートする楽しさを体感しよう！

■ 人数 / 24名 ■ 教材費 / 無料 ■ 性別 / 男女

1日目 8月9日(火)

- 10:00 ~ 11:00 あんま・マッサージ・指圧・はりきゅう師の仕事内容を学びます。
- 11:00 ~ 12:00 解剖学を学ぼう(人間の身体の構造や筋肉について学びます)
- 13:00 ~ 14:00 実際にストレッチを行い体験します。
- 14:00 ~ 16:00 スポーツ現場で役立つ筋力トレーニング体験

2日目 8月10日(水)

- 10:00 ~ 11:00 はりやもぐさを使って、物に刺したり、灸を据えたりし体験します。
- 11:00 ~ 12:00 学校にある施術所を見学します。
- 13:00 ~ 14:00 スポーツ現場で起こりやすい外傷を学びます。
- 14:00 ~ 16:00 この2日間の実習を生かして、鍼灸師の助手を体験します！

〈特記事項〉・運動ができる服装(ジャージ、体操着等)でお越しください。・中履きを用意してください。

住所 横浜市戸塚区川上町84番地1 TEL 045-820-1329 FAX 045-820-1357

最寄り駅 JR横須賀線「東戸塚」駅西口 徒歩2分