



東北大学

リリース先：宮城県政記者会



2016年7月26日

報道機関各位

東北大学病院

中学生・高校生とスポーツ障害について考える

- 大学病院の理学療法士が科学的なデータに基づく効果的なトレーニング方法を伝授 -

東北大学病院は、2016年7月30日、第8回 からだの教室「部活で役立つトレーニング術～身体(からだ)を知って強くなる!～」を開催します。

成長期である中学生・高校生は、長期間にわたって体に過度な負担を与えたり、トレーニングのしすぎにより「スポーツ障害」になることがあります。このイベントでは、当院のリハビリテーション部の理学療法士が、スポーツ障害について、その詳細と原因・予防法を伝授します。また、けがになりにくい体作りに効果的なストレッチや、プロスポーツ選手も利用する当院の施設・設備を使用した筋力や持久力の測定、体幹トレーニング、バランストレーニングの体験を行います。

また、部活動の練習が盛んな夏休みの今こそ知っておきたい、効果的なトレーニング方法、けがを避けつつパフォーマンスを向上させる練習方法について考えます。

当日は、ご取材・撮影が可能ですので、別紙のFAX用紙にて、7月29日(金)16時までに東北大学病院広報室までお申し込みください。

記

タイトル：東北大学病院 からだの教室

第8回 部活で役立つトレーニング術 ～身体(からだ)を知って強くなる!～

日時：2016年7月30日(土) 10:00～11:30

場所：東北大学病院 東病棟 17F リハビリテーション室 (別紙の地図を参照のこと)
宮城県仙台市青葉区星陵町1-1

対象：中学生・高校生 (参加者 約30名、参加者は既に決定済みです)

出演：佐藤 房郎 (東北大学病院 リハビリテーション部 理学療法士 技師長)

馬場 健太郎 (東北大学病院 リハビリテーション部 理学療法士)

石川 博明 (東北大学病院 リハビリテーション部 理学療法士)

新國 悦弘 (東北大学病院 リハビリテーション部 理学療法士)

高橋 晋平 (東北大学病院 リハビリテーション部 理学療法士)

主催：東北大学病院

後援：宮城県教育委員会／仙台市教育委員会／宮城県医師会／仙台市医師会

以上

【からだの教室とは】

『からだの教室』は、友人や家族、大切な人、そして自分自身の健康のあり方を、市民のみなさんと一緒に考えるトークイベントです。

東北大学病院の医師や看護師、医療スタッフが、ちょっと気になる健康や病気の話、病気との上手な付き合い方、今ニュースで話題の医療トピックス、最新の医学研究でわかってきたことなど、毎回異なるテーマでお話をします。

ある時は、学校の先生と、ある時はお父さん、お母さんと、ある時は部活や勉強にがんばる高校生と…。個性あふれる講師と一緒に、暮らしの中での健康や医療との付き合い方を考えるイベントです。

(問い合わせ)

東北大学病院 広報室

電話番号：022-717-7149

携帯電話：080-2836-8813

ファックス：022-717-8931

Eメール：pr@hosp. tohoku. ac. jp

東北大学病院 広報室 行

FAX : 022-717-8931

Eメール : pr@hosp. tohoku. ac. jp

ご取材に際しては下記 FAX またはメールにて、
7月29日（金）16:00までにご連絡ください。

- | |
|---|
| <p>■日時：2016年7月30日（土）10:00～11:30</p> <p>■場所：東北大学病院 東病棟17F リハビリテーション室
宮城県仙台市青葉区星陵町1-1</p> |
|---|

御社名 : _____

御所属 : _____

御芳名 : _____

媒体名 : _____

御連絡先 :

電話 : _____ FAX : _____

Email : _____