

ひろしまスポーツアカデミー

日本での研究の第一人者から特別講演！

女性アスリートに必要な知識伝授や世界で活躍するアスリートも取り組んでいた「マルチスポーツ」講演開催！

1. ひろしまスポーツアカデミーについて

中学生を対象として、専門性の高いコーチの指導により、将来オリンピックや世界大会などの国際舞台で活躍できるアスリートを育成する事業です。今年度から、県では、世界で活躍する選手もジュニア期に経験している『マルチスポーツ*』にも取り組んでいます。（『マルチスポーツ』とは、子どもたちが複数のスポーツを同時期に行うことを指します。）

(1) アカデミー生人数：86名

(2) 競技：ローイング、ホッケー、ボウリング、カヌー、レスリング、フェンシング、マルチスポーツ部門

2. プログラムについて

当日は、ひろしまスポーツアカデミー生と保護者が参加します。

(1) 日程：令和7年7月6日（日）

(2) 場所：広島県立総合体育館 大会議室（〒730-0011 広島市中区基町 4-1）

時間	当日のスケジュール	内容	講師
10:00～ (50分)	女性アスリート向け講演 (オンライン)	スポーツドクターの資格をもつ産婦人科医が女性アカデミー生を対象に、女性アスリート特有の健康課題がスポーツ活動の不安や障害にならないよう、基本的な知識とその対策についてお伝えします。	国立スポーツ科学センター 能瀬 さやか 氏 
11:00～ (40分)	栄養学サポート	アスリートにとって必要な栄養素や食事のとり方について学び、日頃の食事を見直すきっかけにしていきます。	公認スポーツ栄養士 馬明 真梨子 氏
12:50～ (50分)	マルチスポーツ講演会 [テーマ] ジュニア期における マルチスポーツの必要性	他競技を経験することで、身体機能の向上やケガの防止だけでなく、社会性や協調性等を育む機会にもつながると、今、注目されている取り組みです。スポーツ庁もジュニア期の子どもたちを対象に『日本型マルチスポーツ』環境の構築を図っており、誰もが知るトップアスリートもジュニア期には、マルチスポーツに取り組んでいました。	筑波大学 教授 大山 高 氏 
14:00～ (120分)	身体能力開発トレーニング (剣道場)	育成段階のアスリートは技術・心・体力をバランスよく高め、それぞれが関わり合って瞬間瞬間のスポーツパフォーマンスを形成します。その一端を経験し、自身の競技や将来に役立てていきます。	(株)クリエクト 代表取締役 竹原 亮紀 氏

※取材申込は不要です。当日、受付（大会議室前）をお願いします。