

# スポーツコンディショニングセミナー

## ～高等学校運動部指導者のための～

学校法人穴吹学園 専門学校穴吹リハビリテーションカレッジ（高松市上天神町722-1  
校長：乃村 久信）では、理学療法士であり、元プロ野球球団のスポーツトレーナーの高橋墨氏  
（本校卒業生）をお招きし高校運動部指導者のためのスポーツコンディショニングセミナーを  
実施いたします。

このセミナーを通して、日頃、高等学校で運動部を指導されている先生方に対し、理学療法  
根拠に基づく、又、プロのスポーツトレーナーとして、高校生運動部員のトレーニングに関する  
アドバイスをはじめ、様々な、コンディショニング向上のための情報を提供します

- 日 時：平成28年8月1日（月） 14:00～17:00
- 会 場：専門学校穴吹リハビリテーションカレッジ 4Fシルクホール
- 参加者：香川県内高等学校のスポーツ部に関わる部長・顧問・コーチ等
- 料 金：無 料
- 主 催：学校法人穴吹学園 専門学校穴吹リハビリテーションカレッジ
- 講演者：高橋 墨氏  
（元横浜 DeNA ベイスターズアスレティックトレーナー  
理学療法士 ※穴吹リハビリテーションカレッジ卒業生）
- 講演テーマ：高等学校運動部指導者のためのスポーツコンディショニングセミナー  
『理学療法根拠に基づくパフォーマンス向上  
トレーニングとセルフコンディショニング』
- 内 容：講演、体験
  - ・基本姿勢で延びる選手寿命
  - ・体幹について
  - ・選手達に最高のパフォーマンスをさせる方法
  - ・効果的な筋トレ
  - ・意外とやりがちな故障しやすい動作やトレーニング
  - ・ケガを未然に防ぐストレッチ
  - ・試合当日のウォーミングアップとクールダウン
  - ・もし、ケガをしてしまった時の応急処置
  - ・トップアスリートに共通する‘ここがちがう’
  - ・プロ球団での取り組み
  - ・スポーツトレーナーになるには
- お問い合わせ：専門学校穴吹リハビリテーションカレッジ  
広報部 佐藤（さとう）・村上（むらかみ）  
TEL 0120-46-3485



**【高橋墨氏経歴】**

- 2004年 香川大学大学院経済学専攻科 修士課程卒業
- 2007年 専門学校穴吹リハビリテーションカレッジ理学療法学科卒業
- 2007年 香川オリーブガイナーズ トレーナー
- 2010年 横浜 DeNA ベイスターズ アスレチックトレーナー
- 2014年 徳島大学大学院医学研究科（運動機能外科学分野）入学

**【専門分野】**

スポーツ医学

**【資格】**

理学療法士(国)

NSCA 認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト

JATI 認定トレーニング指導者

アメリカ心臓協会（AHA）BLS ヘルスケアプロバイダー