令和８年度 TOYAMA アスリートマルチサポート事業
第１回体力測定会・集合講習会を開催しました！
11 月 1 日（日）10:30～17:00

TOYAMA アスリートマルチサポート事業では、様々な医・科学分野の先生方 による、集合講習を開催しています。今年度、第１回目は選手の体力測定会と指導者対象のスポーツメンタル講習会を富山県総合体育センターにて行いました。

測定会には 17 名が参加し、日ごろのトレーニングや練習の成果を確認しました。測定後のフィードバックでは、今後のトレーニングのアドバイス等を行いました。指導者にも測定結果をお渡しし、1 年間の成長を一緒に確認し、今後のトレーニングの参考にしてもらいました。

指導者対象の集合講習会はスポーツメンタル講師の髙橋氏から、「選手の自主性を育てるための接し方」と題し、指導者として知っておくべきスポーツメンタルの考え方、選手への声掛けの仕方などを学びました。参加した指導者からは「改めてコミュニケーションの大切さを学んだ」「選手たちより、まずは自分自身を見つめ直したい」「選手に対する接し方、聞き方など自分のコミュニケーションについて変えるきっかけになった」等の声が聞かれました。



～次回の集合講習会の予定～

令和８年１１月２１日（土）

①９：００～１１：００　　大研修室

「ライバルに差をつける！」シーズンオフの『体づくり』食事術

舘川　美貴子　先生（公認スポーツ栄養士）

②１１：００～１３：００　　健康体力相談室

「一般体力測定・測定フィードバック」

【場所】富山県西部体育センター（砺波市柳瀬 241 番地）℡（0763）33-3412