

# スポーツ医・科学サポート事業内容

本委員会では、次の分野に分かれてサポートを実施しています。

事業実施にあたっては、現場の要求や状況に応じたサポートの実施が必要だと考えております。結果がすぐに表れるとは限りませんが、選手（チーム）の置かれた状況、体調などのデータを基にした医・科学的サポートが競技力の向上に役立つと考えておりますのでご活用ください。

## 1. 内科

### 1) 内科的メディカルチェックの実施

健康診断結果（血液検査・尿検査・心電図等、学校・職場健診での結果の写し可能）の提出により継続的な観察と指導を行う。

## 2. 整形外科

### 1) 整形外科的メディカルチェックの実施

関節や筋肉の柔軟性、脊椎、膝、足関節や足の形態、関節の不安定性などをチェックし、障害やケガに結びつきやすい身体的要因を持ち合わせているかを事前に探る。

### 2) 外傷に対するサポートのシステムづくり。

## 3. 体力・バイオメカニクス関係

### 1) 体力測定の実施

体力・運動能力を測定解析したデータを積み重ね、このデータを基に選手（チーム）の弱点を探し出す。

### 2) ビデオ撮影による動作分析

練習・試合等をビデオ撮影し、コンピューターによる動作分析を実施し、結果を基にした指導を行う。

## 4. 栄養関係

### 1) 栄養講習会

選手や保護者を対象にスポーツ選手向けの栄養講習会を開催する。

### 2) 生活実態調査・食生活の内容調査を実施

エネルギー量の過不足を計算し、効率的な栄養補給等、栄養指導を行う。

## 5. 心理関係

### 1) 啓発指導・全体講習

メンタルトレーニング等についての指導。

### 2) 心理調査の実施 \*必要に応じて個人面談となります。

## 6. トレーナー

### 1) トレーニング講習会等の実施。

### 2) 選手のコンディショニングサポート・アドバイス。

## 7. アンチ・ドーピング講習会

### 1) 選手だけでなく、指導者、保護者も含めたアンチ・ドーピングに関する講習会を実施。

お問い合わせ先  
公益財団法人山梨県スポーツ協会 スポーツ振興課  
TEL ; 055-243-8588