

# 岡山県医師会健康スポーツ医学再研修会

日時:平成30年8月18日(土)18:00~20:00

場所:岡山県医師会館三木記念ホール

講演Ⅰ「女性アスリートのヘルスケアを考える」(18:00~19:00)

講師:倉敷中央病院産婦人科医長 清川 晶 先生

国際オリンピック委員会によると、女性が初めてオリンピックに参加した第2回の1900年パリ大会では参加997選手のうち、女性は22選手と全体の2.2%。1964年東京オリンピックの女性選手参加率は13.2%、2020年の東京オリンピックでは48.8%と過去最高となる見込みで、ますます女性アスリートに注目が集まっています。女性のからだを女性らしくするホルモンであるエストロゲンは、思春期以降、女性の生涯に渡り大きな変動を遂げ、健康に影響します。月経周期とスポーツコンディションの関係、女性アスリート特有のスポーツ障害について、特に女性アスリートの三主徴と言われる、無月経・エネルギー不足・骨粗鬆症について女性アスリート自身や指導者が理解することは、2年後に控えた東京オリンピック・パラリンピックに向け、女性アスリートの健康管理や障害の予防に大きく寄与すると考えられます。当日は我々女性アスリートにかかわる医師が知っておくべきヘルスケアについて、米国整形外科学会・スポーツ医学会など関連6学会から出された2017年の女性アスリートのチームドクターのためのコンセンサス・ステートメントを踏まえてお話させていただきます。

講演Ⅱ「女子マラソンのメディカルサポート経験を通して考える健康スポーツ」(19:00~20:00)

講師:岡山大学大学院教育学研究科発達支援学系(養護教育) 教授 三村 由香里 先生

女子マラソンのメディカルサポートにおいては貧血や無月経、骨塩量低下など様々な課題があります。これらの課題は、アスリートとして練習を積んでいる選手のみならず、健康スポーツ、ジュニアにも当てはまることだと思います。また、女子マラソン選手が行っているトレーニングや食事は一般の方にも活かせるものであり、女子マラソンのメディカルサポートを通して健康スポーツを考える機会になればと思います。

## 参加申込書 (聴講者人数を把握のため、本紙をこのままご返送下さい)

返送先 FAX -251-6622 (岡山県医師会)

所属	ご氏名

※日医認定健康スポーツ医:2単位(講演Ⅰ、講演Ⅱ)

※日医生涯教育講座単位:2単位 講演ⅠCC 61 関節痛 1単位

講演ⅡCC 19 身体機能の低下 1単位

生涯教育チケット帳を持参お願いいたします。

会員施設のコ・メディカルの方も奮ってご参加下さい。

託児希望の方は岡山県医師会 HP より生涯教育⇒託児申込書をダウンロードをして8月3日までFAXでお申込お願いします。

FAX 086-251-6622