

10周年記念事業開催にあたって

理事長 立入 克敏(たちいり整形外科)



10周年記念事業の開催にあたって、まず、地域の皆さま方のご協力とご支援に感謝申し上げます。10年間、活動を継続できたのは、医療関係者、スポーツ関係者、行政関係者、そのほか多くの方のご理解と有形無形のご支援のおかげです。受益者負担による持続可能な体制をめざしつつ、賛助会員をはじめとする多くのご寄付によって、青少年のスポーツ障害予防や高齢者の健康増進に関する取り組みが実施できました。

本イベントでは、10年間の活動と軌跡を振り返り、次の10年に向けた新たな一步を皆さまと共に踏み出していくために、「医療とスポーツの調和による地域に根ざした健やかな社会創生に向けて」をテーマに掲げ、京都ならではの持続可能な取り組みを広く発信いたします。このイベントが皆さまにとって有意義な時間となることを願います。

実行委員長 森原 徹(丸太町リハビリテーションクリニック)



私たちの活動は、地域の皆さまの健康維持・増進を目的とし、医療とスポーツの調和を図りながら歩んできました。この10周年記念事業では、これまでの成果を振り返り、未来への新たな挑戦を共有することをめざしています。各分野の専門家による講演や体験イベントを通じて、最新の知見と実践的なアプローチを学び、地域社会に還元していきたいと考えています。今後も皆さまのご支援とご協力をいただきながら、地域に根ざした健やかな社会創生をめざし、共に歩んでまいりましょう。

全プログラム タイムテーブル

	60周年記念館 記念ホール	体育館
10:00	開会	
10:30	特別講演	
11:00		
11:30	記念講演1 「高齢者の健康充実 社会の実現に向けて」	体験イベント1 「高齢者健康度チェック & 健康講座」 定員20名
12:00		
12:30		
13:00		体験イベント3 「体力チェックフェス」
13:30	記念講演2 「スポーツ医科学による アスリート支援の 今と未来」	人数制限なし 対象： 子ども～大人
14:00		
14:30		
15:00	記念講演3 「女性アスリート支援の 実践と課題」	
15:30		
16:00		
16:30	記念シンポジウム	
17:00		

◆特別講演◆

「筋トレしないのはもったいない！」
「筋肉は裏切らい」でおなじみの
谷本道哉先生(順天堂大学)が
スペシャルゲストとして参加！



谷本道哉先生

◆記念シンポジウム◆

「10年の軌跡を振り返り、地域に根ざした
スポーツ・健康まちづくりに向けて」
座長：森原 徹
(丸太町リハビリテーションクリニック)

会場アクセス

京都工芸繊維大学 松ヶ崎キャンパス



京都市営地下鉄烏丸線「松ヶ崎」駅より徒歩9分



京都運動器障害予防研究会 10周年記念事業

参加費
無料!

医療とスポーツの調和による
地域に根ざした健やかな社会創生に向けて

京都ならではの持続可能なスポーツ・健康まちづくりをめざして

開催日時 2024年 11月 4日 (月・祝) 10:00~17:00

会場 京都工芸繊維大学 60周年記念館ほか 地下鉄松ヶ崎駅徒歩9分

プログラム 子どもから大人まですべての方 対象

◇体験イベント「体力チェックフェス」11時~15時随時参加可能【体育館】

チェック項目 (予定)

- ・10m走 (走力)
- ・全身反応時間 (敏捷性)
- ・立ち上がりテスト (筋力)
- ・しゃがみこみ (柔軟性)
- ・垂直跳び (瞬発力)
- ・MCジャンプ (コーディネーション能力)

現在の運動能力を確認できる絶好の機会です!

動きやすい服装でお越しください。

また、体育館での実施となりますので、
室内用シューズをお持ちの方はぜひご持参ください。



筋トレしないのはもったいない!

◆特別講演 (10:00~10:45) 【60周年記念館 1階 記念ホール】

座長: 立入克敏 (たちいり整形外科)、渡邊裕也 (びわこ成蹊スポーツ大学)

演者: 谷本道哉先生 (順天堂大学)

「筋肉は裏切らない」でおなじみの谷本道哉先生が
スペシャルゲストとして参加!

人生110年時代を目指す!

安全で効率の良い筋力トレーニング法とは?

いつまでも元気で健康に生きるために適した

トレーニング法を谷本道哉先生から伺います!



谷本道哉先生

申込方法 (要予約)

定員200名先着

右のQRコードから必要事項を入力し、お申し込み下さい

大会ホームページ・問い合わせ

URL <https://sps-kyoto.jimdofree.com/>

Email sps.kyoto.10th@gmail.com



主催: 特定非営利活動法人京都運動器障害予防研究会

後援: 京都府、京都市、京都府教育委員会、公益財団法人京都市スポーツ協会



京都運動器障害予防研究会 10周年記念事業

参加費
無料!

医療とスポーツの調和による
地域に根ざした健やかな社会創生に向けて

京都ならではの持続可能なスポーツ・健康まちづくりをめざして

開催日時 2024年 11月 4日 (月・祝) 10:00~17:00

会場 京都工芸繊維大学 60周年記念館ほか 地下鉄松ヶ崎駅徒歩9分

プログラム **高齢者の健康充実社会の実現に向けて**

◆特別講演 (10:00~10:45) 【60周年記念館 1階 記念ホール】

座長：立入克敏 (たちいり整形外科)、渡邊裕也 (びわこ成蹊スポーツ大学)

演者：谷本道哉先生 (順天堂大学) 「筋トレしないのはもったいない！」

「筋肉は裏切らない」でおなじみの谷本道哉先生が
スペシャルゲストとして参加！
人生110年時代を目指す！
安全で効率の良い筋力トレーニング法とは？
いつまでも元気で健康に生きるために適した
トレーニング法を谷本道哉先生から伺います！



谷本道哉先生

◇体験イベント (11:00~13:00) 【体育館】

「高齢者健康度チェック&健康講座」



チェック項目

- ・体組成
- ・ロコモ度テスト
- ・サルコペニア・フレイルなど

現在の筋力、運動能力などの確認ができます！
立ち上がりテストや歩行などを実施するため、
動きやすい服装で参加してください。

事前申込
先着20名

◆記念講演 (11:00~12:00) 【60周年記念館 1階 記念ホール】

「高齢者の健康充実社会の実現に向けて」

座長：北條達也 (同志社大学)

演者：大久保直輝 (京都府立医科大学)、竹島稔 (京都田辺中央病院)、三浦雄一郎 (伏見岡本病院)

申込方法 (要予約)

右のQRコードから必要事項を入力し、お申し込み下さい

大会ホームページ・問い合わせ

URL <https://sps-kyoto.jimdofree.com/>

Email sps.kyoto.10th@gmail.com



主催：特定非営利活動法人京都運動器障害予防研究会

後援：京都府、京都市、京都府教育委員会、公益財団法人京都市スポーツ協会



京都運動器障害予防研究会 10周年記念事業

参加費
無料!

医療とスポーツの調和による
地域に根ざした健やかな社会創生に向けて

京都ならではの持続可能なスポーツ・健康まちづくりをめざして

開催日時 2024年 11月 4日 (月・祝) 10:00~17:00

会場 京都工芸繊維大学 60周年記念館ほか 地下鉄松ヶ崎駅徒歩9分

プログラム 「女性アスリート支援の実践と課題」

◆記念講演 (14:45~15:45) 【60周年記念館 1階 記念ホール】

座長：祐成毅 (京都府立医科大学)、権野めぐみ (名古屋女子大学)

演者：

榎村史織 (京都第二赤十字病院) 「女性アスリートの身体特性に即したコンディショニング
～月経と上手につきあう「しなやかアスリート」を目指す!～」

森 真理 (東京慈恵会医科大学) 「栄養で女性アスリートの健康を守れるか!?
パフォーマンス向上への食育プロジェクトの例」

筒井 香 (株式会社BorderLeSS) 「女性アスリートのキャリア形成に繋がる心理サポート」

体重管理や美的な要求、エネルギー消費の高い競技 (体操、ダンス、クラシックバレエ、フィギュアスケート、中長距離陸上競技など) では、エネルギー不足やホルモンバランスの乱れ、骨密度の低下が長期的な健康リスクとなり得るため、適切な栄養管理と休養、心理的サポートが重要です。競技力向上を図りながら、こころも身体も健康に長く競技を続け、引退後も健康的な人生を送るために必要なことについて産婦人科医、管理栄養士、スポーツメンタルトレーニング指導士の先生方からお話をさせていただきます。



榎村 史織



森 真理



筒井 香



申込方法 (要予約)

右のQRコードから必要事項を入力し、お申し込み下さい

大会ホームページ・問い合わせ

URL <https://sps-kyoto.jimdofree.com/>

Email sps_kyoto.10th@gmail.com

定員200名先着



主催：特定非営利活動法人京都運動器障害予防研究会

後援：京都府、京都市、京都府教育委員会、公益財団法人京都市スポーツ協会



京都運動器障害予防研究会 10周年記念事業

参加費
無料!

医療とスポーツの調和による 地域に根ざした健やかな社会創生に向けて

京都ならではの持続可能なスポーツ・健康まちづくりをめざして

開催日時 2024年 11月 4日 (月・祝) 10:00~17:00

会場 京都工芸繊維大学 60周年記念館ほか 地下鉄松ヶ崎駅徒歩9分

プログラム

「スポーツ医科学によるアスリート支援の今と未来」

◆ 記念講演 (13:00~14:30) 【60周年記念館 1階 記念ホール】

座長：立入久和 (たちいり整形外科)

演者：

木田圭重 (京都府立医科大学)

「野球検診や病院診察から考える医科学サポートの未来予想図～整形外科医の立場から～」

大江厚 (たちいり整形外科)

「野球検診や現場でのサポート活動から考える医科学サポートの未来予想図～理学療法士・ATの立場から～」

藤田まり子 (龍谷大学) 「アスリートの心に届くコミュニケーション」

上村拓矢 (伏見岡本病院)

「京都府の高校野球夏季大会の医科学サポートの現状と今後について」

野球、アメフト、ラグビーなどのスポーツ現場に携わってきたスポーツドクター、理学療法士、アスレティックトレーナーが京都で実践している支援についてお話しします。そして、未来に向けた夢についても語ります。



木田 圭重



大江 厚



藤田まり子



上村 拓矢



申込方法 (要予約)

右のQRコードから必要事項を入力し、お申し込み下さい

大会ホームページ・問い合わせ

URL <https://sps-kyoto.jimdofree.com/>

Email sps.kyoto.10th@gmail.com

定員200名先着



主催：特定非営利活動法人京都運動器障害予防研究会

後援：京都府、京都市、京都府教育委員会、公益財団法人京都市スポーツ協会