

札幌みらい塾トークセミナー

# 女性 × スポーツ

～女性が抱える健康問題とコンディショニング～

2011年のサッカー女子ワールドカップ優勝や東京オリンピックバスケットボール女子銀メダルなど、近年様々なスポーツにおいて世界の舞台での女性の活躍が著しくなっています。さらに、ランニングやウォーキング、ヨガなどの身近なスポーツの人気も高まり、スポーツに親しむ女性も増えてきています。同時に、女性特有の症状や身体の悩みを抱えながらスポーツと関わっている女性も多くいるでしょう。

スポーツ選手、特に女性アスリートには正しい知識を持って自身の体調と向き合いながらキャリアを歩んでほしいという想いから、元女性トップアスリートと専門家を招いてのセミナーを開催いたします。

小学生から大学生までの学生スポーツ世代から、スポーツに親しんでいるすべての女性、スポーツに取り組んでいる女性のお子様をお持ちのご家族、指導者の方、どなたでもご参加いただけますので、ぜひこの機会をお見逃しなく！

# 2024. 1. 13 (土)

10:00～11:30 (受付開始：9:30)

カナモトホール 第1, 2会議室  
(札幌市中央区北1条西1丁目)

● 入場無料 / 右のQRコードから応募フォームにてお申込みください

※当日の詳細は応募フォームにご登録いただいたメールアドレス宛に1月11日(木)までにお送りいたします。



● 応募受付 2023. 12. 18 (月) - 2024. 1. 9 (火)

｜ ゲスト ｜



矢代 直美 氏

〈プロフィール〉  
元バスケットボール女子日本代表選手  
2002年世界選手権、  
2004年アテネオリンピック出場  
2011年引退後は、各地でクリニックの講師を務めるなど指導や普及活動を行っている  
A-bank北海道賛同アスリートとしても活動中



三國 雅人 氏

〈プロフィール〉  
JA北海道厚生連札幌厚生病院  
婦人科・生殖内分泌科医師  
北海道大学医学部卒業、  
北海道大学病院等を経て現職  
日本産科婦人科学会 専門医・指導医、  
日本生殖医学会 生殖医療専門医、  
日本スポーツ協会公認スポーツドクター、  
日本医師会認定健康スポーツ医  
日本パラスポーツ協会公認パラスポーツ医  
日本トレーニング協会認定トレーニング指導者

主催：大和リース株式会社、一般社団法人A-bank北海道 協力：女性アスリート健康サポート北海道  
協賛：BAYS株式会社、一般財団法人あかり会、YMいちご株式会社

【お問い合わせ】 [abank.school@gmail.com](mailto:abank.school@gmail.com)