

第2回スポーツ活動指導者講習会

主催：県観光スポーツ部スポーツ振興課・南信教育事務所飯田事務所
共催：下伊那郡体育協会・飯伊スポーツ推進委員協議会

やってみよう 訊(き)いてみよう テーピングによる応急手当

講師：飯伊接骨院トレーナーズ協会の皆様

令和8年8月23日(日)

9:15~12:00(受付9:00)

飯田合同庁舎3階講堂にて



講 話 | Lecture

主な内容

応急手当の基本的な知識、テーピングによる効果や目的、考え方などを確認。そして足首に焦点を当て、テーピングによる関節・筋のサポートなどを学びます。



実習基礎 | Basic training

主な内容

講話であった足首のテーピングを実際に体験します。まずグループごと講師が説明をしながら施し、次に受講者が実際にチャレンジ。困ったらすぐ講師がサポートしてくれるので安心して取り組みます。



実習応用 | Practical application

主な内容

普段参加者が必要としている患部のテーピング・ケアなどを講師と一緒に考えます(去年は肩・指・膝について)。またスポーツ外傷予防のストレッチについてもこの機会に訊ねている様子が見られました。

受講料(テープ代) 一般【高校生以上】1,500円
小学生・中学生 1,000円

*スポーツ指導者の方だけでなく、テーピングに興味のある方や、実際にプレーしている児童生徒・保護者の皆さまもお気軽にご参加いただけます☆

持 ち 物：受講料(テープ代)、実習できる支度、飲み物、はさみ
申込方法：Google Forms(二次元コード)

電話・FAX・メール **×切8/17(月)**

電話 0265-53-0461 FAX 0265-22-0044
メール nanshinkyo-iida@pref.nagano.lg.jp

