



平成28年度雲南市スポーツ少年団研修事業

スポーツ科学クリニック

キネシオテーピング

ケガの予防リハビリに効果的

雲南市スポーツ少年団では、団活動の充実と指導者の資質向上を図ることを目的として、スポーツ科学クリニックを開催します。今年のテーマは、患部の治癒を助けるテーピング「キネシオテーピング法」です。「キネシオテーピング法」とは、日本や海外では、医療に、そしてスポーツ関係には欠かせないテーピング法です。障害の予防に、リハビリにそして治癒を促していくために使用します。その効果を発揮するためには正しい知識が必要です。正しい知識を学び、子どものスポーツ活動をサポートしましょう！！

痛み・凝り・
内出血
の改善

腫れや
内出血を
軽減する

痛みを
和らげる

筋肉の
疲労を早く
回復する

リハビリ
機能回復
効果がある

関節の
動きを
良くする

◆ キネシオテーピングの効果・特徴 ◆

【期 日】 平成28年 7月1日（金） 19：30～21：00

【会 場】 三刀屋文化体育館アスパル 小ホール
〒690-2405 雲南市三刀屋町古城1-1 (TEL) 45-9222

【対 象】 指導者並びに保護者、地域でスポーツ少年団を支える方

【参加料】 500円（キネシオテープ代）

【持ち物】 ハサミ、筆記用具
※テーピングができる服装（短パン・Tシャツ）でお越しください。
抵抗のある方は服の上から行うことも可能です。

【講 師】 石川 保先生（キネシオテーピング協会 指導員・中四国支部 支部長）

【主 催】 雲南市スポーツ少年団

【後 援】 雲南市教育委員会・株式会社キラキラ雲南

【申 込】 別紙回答用紙により6月27日（月）までにFAX（45-9223）または郵送の
いずれかで雲南市スポーツ少年団本部事務局まで申し込みください。

平成28年度雲南市スポーツ少年団研修事業

スポーツ科学クリニック

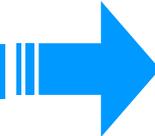
キネシオテーピング

【参加申込書】

申込締切は、6月27日(月)必着です

必要事項を記入の上、三刀屋文化体育館アスパルまでFAXまたは郵送にてお申し込みください。

FAX番号(0854)45-9223



所属単位団		
申込代表者	氏名	連絡先
参加者	氏名	(どちらかに○をしてください)
		指導者/保護者/その他

※記載の個人情報については、研修会の基礎資料とし外部への提供は行いません。



ごうぎん島根文化振興財団助成事業

雲南市スポーツ少年団事務局
〒690-2405 雲南市三刀屋町古城1-1
雲南市三刀屋文化体育館アスパル内
担当：速水・大谷
TEL0854-45-9222 FAX0854-45-9223