

# 平成 21 年度 スポーツ講座予定

ホームページ：<http://isec.cc.okayama-u.ac.jp/>

月	講座名	日時	場所	内容
4月	第1回 スポーツ講座	4月22日(水) 18:15～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「アイシングの理論と実際」 岡山大学病院整形外科 阿部信寛助教
5月	第2回 スポーツ講座	5月13日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「スポーツと水分補給 — 熱中症対策 —」 岡山大学教育学部 三村由香里准教授
	第3回 スポーツ講座	5月27日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「応急処置について」 岡山大学教育学部 松枝睦美准教授
6月	第4回 スポーツ講座	6月3日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「スポーツと突然死（不整脈）」 岡山大学医学部循環器内科 草野研吾准教授
	第5回 スポーツ講座	6月10日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「手軽にできるスポーツ栄養」 岡山県栄養士会 管理栄養士 森光 大先生
	第6回 スポーツ講座	6月17日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「成長期のスポーツと骨の話」 岡山大学教育学部 加賀 勝教授
7月	第7回 スポーツ講座	7月1日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「スポーツメンタルトレーニングの実際 — イメージトレーニングの基礎 —」 岡山大学教育学部 東條光彦教授
	第8回 スポーツ講座	7月8日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「スポーツを哲学する」 岡山大学教育学部 関根正美准教授
10月	第9回 スポーツ講座	10月7日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「健康ダイエットのすすめ」 岡山大学スポーツ教育センター 鈴木久雄教授
	第10回 スポーツ講座	10月21日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「痛っ！スポーツと痛みの話」 岡山大学病院麻酔科 溝渕知司講師
11月	第11回 スポーツ講座	11月4日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「競技力を高める」 岡山大学教育学部 梶谷信之教授
	第12回 スポーツ講座	11月11日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「スポーツ障害～整形外科編～（質問に答えます!）」 岡山大学病院総合リハビリテーション部 千田益生准教授
	第13回 スポーツ講座	11月18日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「スポーツと呼吸器」 岡山大学医学部腫瘍・胸部外科 山根正修助教
12月	第14回 スポーツ講座	12月2日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「スポーツ歯科」 岡山大学病院歯科補綴科・クラウンブリッジ 前川賢治講師
	第15回 スポーツ講座	12月16日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「シーズンオフと引退後の食事とトレーニング」 岡山大学スポーツ教育センター 鈴木久雄教授
'10.1月	第16回 スポーツ講座	1月13日(水) 18:00～	一般教育棟D棟 1階 114教室	「スポーツと腰痛について」 岡山大学医学部整形外科 田中雅人講師

【問い合わせ先】岡山大学スポーツ教育センター

TEL&FAX：086-251-7181

E-mail：isec@cc.okayama-u.ac.jp