

# スポーツを止めるな

## 1252プロジェクト講演会

### ■ 1252 Clubroom Workshop! ～ 生理とスポーツをみんなで考える授業 (1252プロジェクト)

女子学生アスリートが抱える「生理とスポーツ」の課題について、トップアスリートの体験談や医療の専門的な知見をもとに「自分の体を知ること」の大切さをクイズを交えながら楽しく学びます。生理について正しい知識があれば、自分の体に合ったコンディションの整え方がわかってきます。それは、競技力の向上やケガの予防にもつながります。生理と上手に付き合えるようになると、スポーツはもっと楽しくなります。そんなきっかけになる授業です。一緒に学びましょう！

#### ◆講師 ◆室伏 由佳



#### ■講師プロフィール

- 順天堂大学スポーツ健康科学部 前任准教授
- マイウェルボディ協議会 副代表幹事
- 株式会社attainment 代表取締役
- 一般社団法人スポーツを止めるな賛同アスリート競技歴

- ・2004年 アテネオリンピック 陸上競技 女子ハンマー投 出場
- ・世界陸上 2005年 女子ハンマー投・2007年 女子円盤投 出場
- ・2010年 広州 アジア大会 女子ハンマー投 銅メダル

#### ◆パネリスト

#### ◆婦人科医：藤原 睦子



#### ■ 医師プロフィール

- 滋賀医科大学卒業。滋賀医大産婦人科等で不妊治療、生殖内分泌医療に従事
- 略歴 ・2018年～滋賀県競技力向上対策本部 医科学サポートスタッフ
- ・2019年～公認スポーツドクター
- ・2020年～志馬クリニック京都院長

#### ◆ウインドサーフィン選手：伊勢田 愛



#### ■主な成績

- 滋賀国スポ WS級 優勝
- 佐賀国スポ WS級 優勝
- 2016年 リオオリンピック RS:X級 出場

開催日 令和8年2月23日 (月・祝)

時 間 13:30～15:00 講演会 (受付13:00～)

15:00～ 藤原医師・伊勢田選手への質問タイム

会 場 スカイプラザ浜大津 スタジオ1 (大津市浜大津1丁目3-32)

申 込 右記QRコードより申し込んでください (1/20締め切り)

定員100名 (申し込み多数の場合抽選)

お問い合わせ

滋賀県競技力向上対策本部 女性アスリート支援事業 担当：浅尾  
TEL 077-528-3377

入場無料

