

# 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つてきます。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



©鷹澤秀辰 リンガフランカ

#### ■講師プロフィール

- 順天堂大学スポーツ健康科学部 先任准教授
- 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 瞳子



#### ■ 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

- 滋賀国スポーツ WS級 優勝
- 佐賀国スポーツ 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

