

女性アスリートサポート事業 実施要項

<教育研修用>

1. 目的

女性アスリートが月経不順やエネルギー不足等の女性特有の問題を理解し、正しく向き合えるようサポートすることで、女性アスリートの競技継続と競技力向上を図る。また、2030年島根かみあり国スポに向けた大会参加と活躍につなげる。

2. 対象者

県内の女性アスリート及びチーム（保護者及び指導者を含む）

3. 実施内容

女性特有の問題に対して理解を深めその対処について学ぶため下記の事業によりサポートを行う。

- (1) 支援スタッフによる女性アスリートの三主徴（FAT:エネルギー不足・無月経・骨粗鬆症）に係る教育研修
- (2) 食事（栄養）指導
- (3) 支援スタッフによる個別相談
- (4) 各種測定（体組成、骨密度等）

○事業スケジュール

内 容	時間
・FATに関する教育 ・食事（栄養）指導 ・個別相談、各種測定 等	約1時間半

4. 支援スタッフ

河野 美江 氏（島根大学松江保健管理センター長・〈婦人科医師〉）
杉原 志伸 氏（島根大学松江保健管理センター准教授〈内科医師〉）
石倉 陽子 氏（島根県栄養士会〈管理栄養士〉）

5. 実施期間

令和7年4月1日～令和8年3月31日