

# 令和8年度スポーツ医・科学サポート ベーシックサポート事業実施要項

## (1) 目 的

スポーツ医・科学知識を活用し、生涯スポーツの推進に向けて、県民の健康・体力の向上と保持、及び安心・安全で充実したスポーツ実践の実現を図る。また、医科学分野の講習会等を実施し、競技力向上に必要な知識や実践力を養う。

## (2) 効 果

スポーツを「医・科学的側面」から捉える視点が県内に浸透されることによって、エビデンスに基づいたトレーニングや栄養管理、健康づくりが実践されます。結果として、ひとりひとりの身体能力の向上が図られるとともに、スポーツ障害のリスクが低減され、生涯にわたってスポーツに親しめる「健全なスポーツ社会」を実現できる。

## (3) 期 間

令和8年6月1日～令和9年2月28日

## (4) 対 象

○島根県内の中学校および義務教育学校後期課程（7～9年）・高等学校

※学校単位

※セレクトサポート事業の指定部活動のみでの実施は不可

○競技団体

※国民スポーツ大会における正式競技県内41競技団体が対象。

※セレクトサポート事業を実施している部活動・競技団体単体での実施は不可。

## (5) 内容及び回数

学校・競技団体に対してサポートスタッフを派遣し、栄養面（食事・栄養指導）や身体面（トレーニング指導など）の指導および、アンチ・ドーピング教育、女性アスリート支援のいずれかを講義形式で行い競技力向上に必要な知識や実践力を養う。

学校は授業や集会など、競技団体は強化練習会などで実施する。

派遣回数は、学校・競技団体単位で1回／年（60分程度）とする。

## (6) 派遣者（サポートスタッフ）

トレーナー、栄養士、ファーマシスト（薬剤師）、医師（産婦人科医等）

※県スポーツ協会並びに協力団体（県AT協議会、県理学療法士会、県栄養士会、県薬剤師会、県産婦人科医会、島根大学保健管理センター）が認めたサポートスタッフのみの派遣とする。

## (7) 派遣先

○中学・高等学校については、授業や集会などを行う教室や体育館

○競技団体については、選手が活動拠点とする練習会場等

※大会・遠征会場への派遣は行わない。

## (8) サポート内容

### ① トレーナーの例

- ・ウォーミングアップとクールダウンの重要性
- ・効果的な筋力トレーニングの基礎知識
- ・現場で役立つ効果的なテーピング など

### ② 栄養士の例

- ・アスリートの体重管理や体力維持に必要な栄養知識
- ・アスリートとして知っておきたいケガや貧血を予防するための栄養学
- ・パフォーマンスを発揮するための試合に向けての栄養の取り方
- ・水分補給と熱中症対策 など

### ③ ファーマシストの例

- ・アンチ・ドーピングの基礎知識とリスク管理
- ・「うっかりドーピング」を防ぐための薬の正しい選び方と確認手順 など

### ④ 産婦人科医等の例（女性アスリート支援）

- ・スポーツをがんばる君に知ってほしい「エネルギー不足（REDs）の話
- ・見逃さないで、自分の体からのSOS「女性アスリート」の三大主徴

## (9) 申し込み方法・受付期限

下記URL または 2次元コードより申し込みをしてください。  
島根県スポーツ協会ホームページからも申し込みができます。

<https://forms.gle/PmdtCUmd8DnirPgC8>



**最終受付は12月25日（金）とさせていただきます。**

## (10) その他

- ・中学校・高等学校においては、学校長からの依頼に基づく学校管理下への派遣となります。
- ・競技団体においては、選手が活動中に起きるケガ等に備えるため、スポーツ安全保険などこれに相当する保険に加入してください。
- ・派遣スタッフの担当者の調整がありますので、実施予定の60日前までには申し込んでください。
- ・実施場所や、時間など、場合によってはリモートでの講義になる可能性があります。