

## 令和6年度 秋田県スポーツ科学研修会(メンタルトレーニング)開催要項

### 1 目的

スポーツに携わる選手・保護者・指導者に対して、実践に役立つメンタルトレーニングの知識や技術を修得する機会を提供し、指導者のメンタルトレーニングに関する資質向上と選手・チームの競技力向上を目指す。

### 2 主催

秋田県

### 3 後援

秋田県教育委員会

### 4 開催日

令和6年9月21日(土)

### 5 対象

- スポーツに携わる選手及び保護者、指導者
- ・午前の部：選手(中学生以上)※保護者、指導者も参加可
- ・午後の部：保護者、指導者

### 6 会場

秋田県スポーツ科学センター(秋田市八橋運動公園1-5)

### 7 内容

講義・演習「競技力アップにつながるスポーツメンタルトレーニング」  
講師 宍戸 渉(ししど わたる)氏  
日本スポーツ心理学会認定スポーツメンタルトレーニング指導士  
駿河台大学スポーツ科学部非常勤講師(メンタルトレーニング担当)

### 8 日程

- 9:00 午前の部受付
- 9:20 開会
- 9:30 講義・演習
- 12:30 休憩
- 13:10 午後の部受付
- 13:30 講義・演習(保護者は15:00まで)
- 15:30 閉会

### 9 申込

- (1) 期限  
令和6年9月11日(水)
- (2) 申込方法  
右の二次元バーコードを読み取り、申込フォームからお申し込みください。  
※二次元バーコードから申込ができない方は、担当へご連絡をお願いします。



- (3) 定員  
午前・午後の部それぞれ70名程度  
※定員に達した時点で申し込みを締め切らせていただきます。
- (4) 参加料  
無料
- (5) 問い合わせ先

秋田県スポーツ科学センター 担当：スポーツ医科学チーム 西田 隆  
〒010-0974 秋田市八橋運動公園1-5 TEL018-864-7911  
E-mail nishida-takashi@pref.akita.lg.jp

### 10 その他

- ・午前の部は、運動に適した服装でご参加ください。
- ・筆記用具、室内シューズを持参してください。
- ・講義の会場を昼食、休憩場所としますので、昼食を持参する方は利用してください。
- ・申込後に欠席となった場合は、必ず連絡をしてください。