

あわーすぽーつCafe

参加無料

徳島県内の学生アスリート（部活動参加者等）へ スポーツ科学サポートに関する情報と意見交換の場を提供!

徳島県内でスポーツを実践している学生へスポーツ科学サポートを展開するために『あわーすぽーつ(Our Sport)Cafe』(以下:あわCafe)を開催します。あわCafeではスポーツ科学に関するトピックスをもとにグループで競技力向上に向けた質問や意見交換がしやすい環境(飲み物等も含め)を提供します。皆さんの日頃のスポーツ活動や運動部活動における課題を共有・解決に向けた支援の場になればと考えております。積極的に参加したい中学生～大学生の参加をあわCafeで待っています!

第1回：スポーツ心理学

ベストパフォーマンスのための心理状態を知る

個人やチームを対象に、さまざまな競技において、学生からプロアスリートまでを対象にしたメンタルトレーニングやメンタルサポートを実践しています。今回は、参加者一人ひとりが実力を発揮するための「ベストな心理状態」を測定し、「自分らしさ」や「平常心」について、グループでの学び合いを通して深めていきたいと考えています!



講師：中塚健太郎

徳島大学 准教授/博士 (体育科学)
スポーツメンタルトレーニング指導士

対象者

1. 徳島県内の中学～大学までのスポーツ選手（定員を超えた場合は抽選をおこないます）
2. 競技力向上のためのスポーツ科学サポートを積極的に受講したい方
3. 競技間連携を通じて自身のスポーツ活動のモチベーションを高めたい方
4. スマートフォン等でインターネットを活用し、LINEのオープンチャット等を利用できる方

※上記の4つの条件を全て満たす方が参加対象者となります。

※結果は10月1日に全員に連絡（LINE）します。

参加申込 [LINEのオープンチャットに申込みフォームを案内します](#)

※初：2025年9月30日（火）17時まで

参加定員 30名程度（申し込み多数の場合は抽選）

開催日程 2025年10月5日（日）

開催時間 15時～17時

場所 徳島大学常三島キャンパス
フューチャーセンター A.BA（地域創生・国際交流会館 5階）
https://www.tokushima-u.ac.jp/access/campusmap_josanjima.html



チャットへの参加者は随時募集中です!

主催：徳島大学 後援：徳島県、徳島県教育委員会、公益財団法人徳島県スポーツ協会
協賛企業：アイエムエフ株式会社、株式会社イシイフーズ、株式会社光陽眼鏡店、
株式会社笹倉スポーツ社、富永ジョイナー有限会社、株式会社日新四国工場

運営・主管：
一般社団法人大学支援機構