

総合科学部 スポーツ健康増進ラボラトリー県民健康講座について

長距離を走る際の下肢のケアについて学ぶため、健康増進ラボラトリー県民健康講座を開催します

(報道概要)

マラソンに参加しようとしている人は、練習量が月間100kmを超えているかもしれません。その状況で、下肢の異常を起こしてしまうことは珍しいことではありません。今回の県民健康講座では、自分の下肢の状態をよく理解して、練習の過程で起こった下肢の異常に早く対応できるように、下肢の構造の知識を基礎に、予防と早めの対策の取り方について、ランナーでもある高原先生に講演して頂くことになりました。興味のある方のご参加も歓迎致します。

- イベント名: 総合科学部 スポーツ健康増進ラボラトリー県民健康講座
- 演題: 下肢の構造を知ろう!
故障を防ぎ、復帰するための基礎知識(その1膝～足編)
- 講師: 高原 茂之 氏(県立中央病院 整形外科医師)
- 日時: 平成25年4月12日(金曜日) 19時から (20時30分終了予定)
- 場所: 会場: 徳島大学 全学共通教育棟 5号館 201 教室
- 参加費: 無料(事前の参加申込みも不要です。)

※ 自家用車で来られる方は総合科学部の駐車場をご利用ください。駐車場は18時30分から利用可能です。ただし、駐車台数に限りがありますので、できる限り、公共機関のご利用又は自転車や徒歩にておいで下さいますようお願い致します。

お問い合わせ先

部局名 徳島大学 総合科学部
スポーツ健康増進ラボラトリー
責任者 小原 繁(総合科学部 教授)
担当者 同上
電話番号 (088)656-7213
メールアドレス obara@ias.tokushima-u.ac.jp