

# 女性アスリートの 身体(カラダ)の学校

女性アスリートには三主徴(エネルギー不足、視床下部性無月経、骨粗しょう症)と呼ばれる問題が存在します。第2次成長期を迎えるジュニア時代こそヘルスマネジメントが必要です。

成長期を迎えるアスリート、女性アスリートが競技力向上や女性の健康権利のために気をつけなければならないことは何なのかを一緒に学びましょう。

## 講師: 明野慶子さん

- ・宮崎市郡医師会病院
- ・産婦人科医
- ・女性スポーツ外来
- ・日本スポーツ協会公認 スポーツドクター



日時: 令和3年7月11日(日)10:00~11:30

会場: 宮崎市男女共同参画センター 視聴覚室

定員: どなたでも30人 ※会場参加及びリモート参加

その他: 参加費 無料、託児 無料(要申込)

締切: 研修会申込: 7/4(日) 託児申込: 6/27(日)

**部活動単位でのご参加も大歓迎です**



当日は講演会の様子をYouTubeチャンネルでライブも配信いたします。  
事前**お申込者限定**の視聴となります。詳しくは裏面をご覧ください。

宮崎市男女共同参画センター「パレット」

Tel. 0985-25-2055

〒880-0879 宮崎市宮崎駅東3丁目6-7



講座申込