

## 講師紹介・講座概要

10.13 (SAT)

13:00 開演  
16:00 終了(予定)

慶應義塾大学日吉キャンパス  
独立館DB201教室

### ■ 高地トレーニングNTCにおける医科学サポート～効果的な高地トレーニングを目指して～

高地トレーニングのナショナルトレーニングセンター (NTC) としてスポーツ庁の指定を受けている蔵王坊平アスリートヴィレッジには、陸上競技のみならずバスケットボールやバレーボール、近代五種競技、ライフル競技など様々な競技のトップ選手が合宿に訪れている。こうしたトップ選手たちの高地トレーニング合宿が安全かつ効果的なものとなるよう、当施設では、合宿中だけでなくその前後の期間も対象とした包括的な医科学サポートを提供している。本講座では、その内容について概説するとともに、各競技の具体例も交え、高地トレーニングに期待される効果ならびに実施する上での注意点などについて情報提供する。

#### 講師 伊藤 穰 いたう おさむ 氏

国立スポーツ科学センター研究員、全日本スキー連盟情報・医・科学部専門委員、日本バスケットボール協会スポーツ医科学委員会委員、日本オリンピック委員会拠点ネットワーク推進事業アシスタントディレクターなどを歴任。  
現在は、NTC高地トレーニング強化拠点(蔵王坊平アスリートヴィレッジ/山形県上山市)にて、様々な競技におけるトップ選手へのコンディショニング・トレーニングサポートを提供する一方、医科学スタッフを育成・派遣するための民間会社を設立し、スポーツ界における医科学サポートの有用性に関する理解促進と実際の体制構築支援に努めている。  
専門は、運動生理学、トレーニング科学。

### ■ 平昌オリンピックでのメダル獲得を目指したスピードスケートチームパシュート科学サポート

平昌オリンピックで行われたスピードスケート女子チームパシュートにおいて、個の力でオランダに劣る日本がなぜ圧勝できたのか。その舞台裏について紹介しながら、実際に行った科学サポートの事例を紹介します。

#### 講師 紅椏 英信 こうばい ひでのぶ 氏

1980年1月16日京都府生まれ。  
筑波大学第三学群工学基礎学類卒業。  
筑波大学大学院修士課程体育研究科修了。  
高校まで陸上競技をしていたが、筑波大学入学後にスピードスケートを始める。  
2007年から日本スケート連盟スピードスケート科学班スタッフ、2014年から2018年まで科学班の責任者を務める。  
2018年からは新設された情報部門の責任者を務める。  
2018年平昌オリンピックでは日本選手団のスピードスケート技術スタッフとして帯同。

### ■ 日本短距離のリレー戦略～2020金メダル獲得を目指して～

かつて日本の陸上競技といえばマラソンであり、短距離種目は世界と戦うことは困難とされてきた。しかしここ数十年の間に日本の短距離はめざましく進化し、400mリレーではオリンピックで2度のメダルを獲得、100mも9秒台に突入し、一気に期待される種目となった。2020年東京で開催されるオリンピックでは、リレーでは金メダル、個人種目でも決勝進出を期待される。ここまでの短距離の躍進の背景と、今後の戦略についてお話ししたい。

#### 講師 土江 寛裕 つちえ ひろやす 氏

1974年 島根県平田市(現出雲市)生まれ	1996年 アトランタオリンピック出場(100m/400mリレー)
1997年 早稲田大学人間科学部スポーツ科学科卒業	2004年 アテネオリンピック出場(100m/400mリレー)
1997～2007年 富士通(株)	2008年～ 日本陸連 強化委員会 委員(男子短距離)
2007年～ 城西大学 助教 2011年～ 同 准教授	2018年～ 同 オリンピック強化コーチ
2014年～ 東洋大学法学部企業法学科 准教授	
2017年～ 同 教授	

#### 申し込み方法

##### 事前申し込み(定員に空きがある場合は、当日のご参加も可能です)

申し込みフォーム(スポーツ医学研究センターWEBサイト<http://sports.hc.keio.ac.jp>に記載))よりお申し込みください。フォームをご利用できない場合は、氏名(フリガナ)・性別・年齢・職業・電話番号・メールアドレスを明記の上、spo-kokai@adst.keio.ac.jpまでお申し込みください。  
FAX でのお申し込みも受付いたします。ただし受付回答は致しませんことご了承下さい。  
定員に達した場合のみご連絡致します。  
受講料は無料です。

#### 問い合わせ先

〒223-8521 横浜市港北区日吉4-1-1  
慶應義塾大学スポーツ医学研究センター内「2018年公開講座」事務局  
E-mail : spo-kokai@adst.keio.ac.jp  
Tel.045-566-1090 Fax.045-566-1067



↑申し込みフォーム