令和7年度 スポーツ医・科学サポート事業

第1回メンタルトレーニング研修会開催要項

1. 目的 ジュニアスポーツ選手のさらなる競技力の向上を目指すことを目的に、心理的サポート支援の仕方やスポーツメンタルトレーニングの活用方法について研修し、理解を深めることで、指導者及び選手の指導力・競技力の向上を図る。

2. 主催 島根県 公益財団法人島根県スポーツ協会

3. 期日・会場 【西部会場】 令和7年7月5日（土）
江津市総合市民センター 大会議室
江津市江津町 1110-17
【中部会場】 令和7年7月12日（土）
出雲商工会議所 大ホール
出雲市大津町 1131-1
【東部会場】 令和7年7月13日（日）
サンラポーむらくも 祥雲
松江市殿町 369

4. 受講対象者 ①令和7年度スポーツ医・科学サポート事業で指導派遣の決定を受けた中学校・高等学校の部活動顧問・選手、競技団体のチーム担当者並びに選手
②競技団体（国スポ開催種目）から推薦のあった中・高校生の選手及び指導者等

5. 定員 【西部会場】 80名
【中部会場】 80名
【東部会場】 80名
※ 各会場の収容可能人数の関係から、参加希望者が多い場合は、相談のうえ調整させていただく場合がありますので、ご了承ください。

6. 日程	9:00～	受付
	9:20～	開講式
	9:30 ～ 12:30	講義Ⅰ 「メンタルトレーニングとは？セルフモニタリングと目標設定」 講義Ⅱ 「日頃から活用できるメンタルトレーニング、日頃の悩み Q&A」

※ セルフモニタリングでは「心理的競技能力診断検査 DIPCA.3」活用

7. 講 師 村 上 妃斗美 氏 (所属: ㈱ATHER Sports Performance)
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上級指導士
広島県国スポチーム帯同トレーナー

8. 申込方法 申込書(様式)により締切日までに下記宛てへ電子メールまたはFAXにてお申込みください。

[申込書は、下記リンクまたは、島根県スポーツ協会のホームページ(各種様式ダウンロード)からダウンロードできます。]

[第1回メンタルトレーニング研修会参加申込書](#)

【参加申込先・問合せ先】

公益財団法人島根県スポーツ協会 生涯スポーツ課

Tel 0852 (60) 5053 Fax 0852 (26) 4733

E-mail s-kouiki_a@shimane-sports.or.jp

9. 申込締切 **【西部会場】** 令和7年6月26日(木)
【中部・東部会場】 令和7年7月10日(木)

10. 備 考 (1) 第2回を下記の日程で計画しております。
・期日 11/15(東部会場)、12/6(西部会場)、12/7(中部会場)
・内容「自分に合ったメンタルトレーニングを見つけよう」
「メンタルトレーニング実践、日頃の悩みQ&A」
(2) 本研修会に係わる映像等(個人の活動写真を含む)を本協会の広報活動にて使用することがありますので、承諾のうえご参加ください。

11. その他 研修会当日の連絡先 : Tel 070-2016-9480
自然災害や感染症の蔓延等により、やむを得ず研修会の日程を変更する場合は、島根県スポーツ協会のホームページでお知らせします。