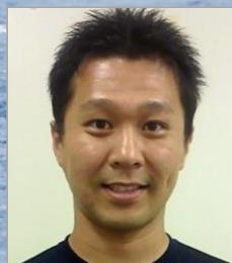


2018.12.16 **SUN**

会場：株式会社パナソニック 大講堂
(大手町駅 徒歩3分)

9:30-10:30	高校野球におけるS&Cプログラムの実際	花本 祐真 横浜商業高校ストレングストレーナー
10:40-11:40	投球障害の予防とパフォーマンス向上の両立への取り組み～学童野球と高校野球のサポートを通じて	坂田 淳 横浜市スポーツ医科学センター
11:40-13:10	昼休憩	※ NSCAジャパンとパートナーシップ協定を結んでいる(株)パナソニックによるショートプレゼンテーションもあり
13:10-14:10	プロ野球におけるコンディショニング	塚原 賢治 横浜DeNAベイスターズ
14:20-15:20	横浜DeNAベイスターズでの傷害予防に対する取り組み	興野 嵩道 横浜DeNAベイスターズ
15:30-16:30	プロ野球におけるアスレチックリハビリテーション	中原 啓吾 東京ヤクルトスワローズ
16:40-17:40	パネルディスカッション トレーニングによる傷害予防とパフォーマンス向上	座長：金崎 泰英 元 東北楽天イーグルス トレーニングコーチ
18:00-19:30	懇親会	※ 別途参加費4,000円。立食パーティー形式で、参加者の交流を目的としています。講師も複数名、参加予定です。



花本 祐真



坂田 淳



塚原 賢治



興野 嵩道



中原 啓吾



金崎 泰英

花木 祐真	高校野球におけるS&Cプログラムの実際
CSCS,*D, 横浜商業高校 ストレングストレーナー	S&Cプログラムはただ単純にスクワットの挙上重量をあげたり身体を大きくすればよいというものではありません。ケガを予防し、パフォーマンスにつなげていくことがS&Cプログラムの目的となります。ほとんどの高校球児にとって高校に入学して初めてS&Cプログラムに触れることとなりますが、初めてだからこそしっかりとした指導が大切になります。どのようにS&Cプログラムを導入し、プログレッションをしていくのか事例を基に紹介していきます。
坂田 淳	投球障害の予防とパフォーマンス向上の両立への取り組み ～学童野球と高校野球のサポートを通じて
横浜市 スポーツ医科学センター	高校野球での肘内側側副靭帯 (UCL) 損傷の危険因子は、入学時の骨片遺残やUCLコンディション不良が挙げられ、学童期での野球肘予防が重要です。学童期の野球肘には胸椎後弯角や肩・股関節回旋可動域が関与しており、これらを改善するプログラムを実施することで投球障害発生は半減しています。一方、効果の持続にはプログラムへのコンプライアンスが求められ、パフォーマンス向上は重要な因子となります。中でもボールの回転数は試合成績と関連しており、胸郭拡張性と関連がみられることが分かっています。現在、これらも考慮したプログラムを開発しており、今回の講演ではその一端も紹介します。
塚原 賢治	プロ野球におけるコンディショニング
横浜DeNAベイスターズ	プロ野球の年間試合数は、公式戦、オープン戦等を合わせると、その試合数は優に160試合を上回ります。この特異な年間スケジュールのもとで日々行われるコンディショニングについて、過去の現状から今日に至るまで、失敗、成功のエピソードを交えつつ現状を紹介します。一般論を逸脱せざるを得ない状況下で、何を考えどうマネジメントして行くのか？教科書に捉われず、現場から得られる実態に対し、柔軟な発想でニーズに合致させて行く面白さなど。現在の取り組みと対比させつつ見て行きたいと思います。
興野 嵩道	横浜DeNAベイスターズでの傷害予防に対する取り組み
横浜DeNAベイスターズ	横浜DeNAベイスターズでの傷害の現状とその対策についてお話しします。コンディショニンググループとしての取り組みを選手教育、コンディショニング、施設面などの観点から傷害を予防するために現在行っているアプローチやビジョン設定等を紹介していきます。1) 数年間の傷害の推移と取り組みの変化 2) 横浜DeNAベイスターズのコンディショニングの特徴 3) ルーキーからの選手教育 4) 危機管理体制 5) トレーナールーム紹介 など。
中原 啓吾	プロ野球におけるアスレチックリハビリテーション
CSCS, 東京ヤクルトスワローズ	プロ野球チームでのアスレチックリハビリテーション(以下、アスリハ)がどのように行われているか、実際の症例を元にご紹介します。プロ野球チームの組織体系や、練習及びトレーニングの全体像、シーズンの進み方などの特徴をご説明した上で、他部門との連携やリスク管理をどのように図りながらアスリハを進めていかかご紹介したいと思います。
座長: 金崎 泰英	パネルディスカッション・トレーニングによる傷害予防とパフォーマンス向上
CSCS, 元 東北楽天イーグルス トレーニングコーチ	本ディスカッションでは、野球における「傷害」「パフォーマンス」といったことをキーワードに議論していきます。貴重な機会ですので、疑問や質問など講師に聞いてみたいこと、また共有したいことなど、参加者の方々からの積極的な質疑をお待ちしています。
参加費 (表示は全て税込)	【講習のみ】 NSCA会員・プロ野球S&C会員 6,480円 / 一般 9,720円 【講習+懇親会】 NSCA会員・プロ野球S&C会員 10,480円 / 一般 13,720円
定員	200名 (定員に達し次第締め切ります)
キャンセル ポリシー	開催1週間前までにご入金がない場合、受付をキャンセルとさせていただきます。開催1週間前を過ぎますと、キャンセルチャージとして受講料の100%を申し受けます。
CEU	0.6 (カテゴリーA)