

長野県サッカー協会 医学委員会 主催

育成年代の選手・保護者・指導者向け

# オンライン研修会

テーマ：「熱中症対策と水分補給」



熱中症を予防するにはどうしたらいいの？  
熱中症になってしまった時の対応は？  
ドリンクの種類や摂取のタイミングなど、  
効果的な水分補給とは？  
暑い季節を乗り切るための  
コンディショニングもお伝えします！

日時：2023/6/24(土) 20:00～（1時間半程度）

講師：NFA 医学委員会 トレーナー部スタッフ

方法：Zoom によるオンライン研修会

参加費：無料

申込み：Google フォーム →→→

締切：2023/6/18 頃



<https://forms.gle/B5uBjvA2f6ERPefX7>

お問合せ：NFA 医学委員会トレーナー部 大槻 緑 ([nagano.pt.soccer@gmail.com](mailto:nagano.pt.soccer@gmail.com))

NFA 医学委員会では、サッカーに携わるすべての人々に、より安全で最適な環境を提供することで、  
ベストなパフォーマンスを発揮してもらえよう、メディカルの観点から情報を発信しています

今後の研修会開催予定…

「試合前後の栄養補給（仮）」 ・ 「成長期の身体的特徴とスポーツ障害～予防と対応～（仮）」

順次、NFA ホームページ医学ページに情報を掲載します  
ご興味のある方は、是非ご参加下さい！