

日本フリークライミング協会 安全委員会

JFA SOSC 主催

### 第3回 クライマーのための身体故障 講習会(仕組み・ケガ・故障・予防・対処等)

## フリークライマーのためのボディケア講習会

# 「ヒザ」

クライミングを通じて起きるさまざまなケガや故障。特にクライミングを長く続けたり、そのレベルが高くなってきた場合には、これを避けて通ることは大変難しいかもしれません。

そこで、ケガや故障その発生メカニズムと、体の仕組み、さらには、ケガや故障を予防するには、また起きてしまったケガや故障とどうつきあっていくかについての講習会を、自身もクライマーでもあり、これまで多くのクライマーの治療にかかわってきた顧問整形外科医・前之園多幸(まえのその・かずゆき)氏、および今回テーマである「ヒザ」の靭帯を(セット中キョンのムーブで)傷めながらも、現在も UIAA 国際ルートセッターとして活躍中の飯山健治氏(予定)ほかのクライマー(現在未定・要請中)を迎え下記のとおり、開催いたします。

今回の対象部位は「ヒザ」です。今回より医療サイドの話だけでなく、その部位の故障を経験した国内トップクライマーに自らの故障と、対処などの経験を語っていただくようにしてより内容を充実させていきたいと思っております。今回は飯山健治氏(予定)、また現在ヒザの故障を経験した他のトップクライマーにも来場を要請しております。

#### 記

- テーマ:ヒザの故障について・・
- 講師:前之園多幸(まえのその・かずゆき)氏
- クライマー:飯山健治(いいやまけんじ)氏 (予定) ほかクライマーについては現在未定
- 日時:2004/1/24(土)18:30-21:30 開場 18:00 より
- 場所:東京都八王子市クリエイトホール 11F 中央公民館視聴覚室 JR 八王子駅北口より徒歩 2-3 分  
◇ 会場tel:0426-48-2232 ・ヨドバシカメラの先、トヨタレンタカーと八十二銀行の間のビル
- 定員:70 名(定員までの先着順)
- 対象:ケガや故障とその予防や対処に関心のある方  
◇ (応募者多数の場合は、指導的な立場にある方・すでに故障や障害を抱えている方・立場上故障や障害の知識が必要な方を優先させたいと思いますが、ご了承ください。)
- 参加費:1000 円(当日払い)
- 申込方法:予約と当日参加の 2 種類 ただし定員までの先着順です。
  - 予約(必ず出席する方):氏名 住所 TEL 参加希望理由 など連絡先を明記して下記へ FAX または MAIL でお申込ください。予約した方は、キャンセルの際には、必ずご連絡ください。
  - 当日参加 :当日直接会場においでください。定員までの先着順となります。
- ご注意
  - 各個人の個別の診察 相談会ではありません。
  - 質問のある方は出来るだけ事前に申込票に記入しておいてください。できる限り対応したいと思います。

以上

お問合せ先:JFA SOSC事務局 小日向徹  
193-0832 東京都八王子市散田町 3-11-11 関谷ビル 105 セブンエー内  
TEL:0426-69-5330 FAX:0426-69-5331 MAIL:[info@e7a.jp](mailto:info@e7a.jp)

**JFA SOSC 故障 障害 講習会 参加予約申込書 ヒザ**

必要事項を☑orご記入の上、FAX0426-69-5331 または必要事項をメールinfo@e7a.jpまで送信ください。

フリガナ

氏名:

〒

住所

連絡先 TEL:

Mail:

FAX:

@

携帯

ご職業やクライミング・クライマーとの関わりなど:あてはまる方は☑してください。

クライミング関連職 医療関連職 そのほか

参加希望理由:

領収証の発行希望のある方はそのあて先:

現在「ヒザ」に故障は抱えていますか? 抱えている方は具体的にご記入ください。:

ほか質問などありましたらご記入ください

足りない場合は別紙にご記入 いただいても結構です。