

AKITA 女性アスリート SMILE プログラム講習会 開催要項

秋田県スポーツ振興課

女性アスリートが競技を継続していくためのより良い環境作りを目指し、県内のスポーツに取り組んでいる小学校高学年から高校生までの女子選手やその保護者、女性アスリートを指導している指導者を対象に女性アスリート特有の課題等について考える講習会を開催します。

- 期 日 令和8年8月9日（日） 13：00～16：00
- 会 場 秋田市にぎわい交流館 AU
- 対 象 者 ・秋田県内でスポーツに取り組んでいる小学生から高校生の女性アスリート、及び保護者
・女性アスリートを指導している指導者
- 定 員 100名
- 申し込み Google フォームで申し込み
※複数名で参加される場合はお一人ずつご登録ください。

《申し込み締め切り8月6日（木）》



《申し込みについての問い合わせ先》

TEL：018-860-1242

秋田県スポーツ振興課 伊藤

○日 程

12：40～	受付
13：00～13：10	開講式（10分）
13：15～14：45 （90分）	授業「女子スポーツ選手の体をもっと知ろう」 （講師） 一般社団法人 スポーツを止めるな 寺田明日香氏 陸上競技 100mハードル元日本記録保持者 東京オリンピック日本代表
14：55～15：55 （60分）	ヨガ 講師：Yoga space Suria オーナー 星良子氏
15：55～16：00	事後アンケート 回答後解散

♡ R8 ♡

AKITA女性アスリートSMILEプログラム

講習会開催

8/9(日)
13:00~

秋田市にぎわい交流館AU

「女子スポーツ選手の
体をもっと知ろう」

寺田明日香♡

ヨガもやるよー!!



14:55~



スポーツを止めるな

てらだ あすか

寺田明日香

1990年1月14日生まれ

北海道札幌市出身

陸上競技100mハードル

元日本記録保持者

東京オリンピック日本代表

👉 詳細はこちらから 👈



申込はこちらから



問い合わせ：秋田県スポーツ振興課

018-860-1242 伊藤

令和8年度 AKITA 女性アスリート SMILE プログラム血液検査事業 実施要項

秋田県スポーツ振興課

パフォーマンスの低下やスポーツ活動に向かう意欲の低下を防ぎ、生涯にわたり笑顔でスポーツに取り組むための支援として、血液検査の実施により女性アスリートの三主徴といわれる「エネルギー不足」「無月経」「骨粗鬆症」を早期発見し、医学・栄養学の分野から個人へ具体的なフィードバックを行う。

- 1 対 象 秋田県内でスポーツに取り組む中学生・高校生の女性アスリート
- 2 実 施 日 一期：令和8年8月 6日（木）
二期：令和9年1月 7日（木）、令和9年1月8日（金）
- 3 場 所 秋田県総合保健事業団中央健診センター
（秋田市川尻町字大川反233-186）
- 4 日 程 14：00～ 受付（集まり次第説明）
15：00～ 採血・身体測定終了後解散
- 5 募集期間 一期：令和8年6月5日～令和8年 7月16日まで（定員になり次第終了）
二期：令和8年6月5日～令和8年12月15日まで（定員になり次第終了）
- 6 定 員 80名（各期40名）※チーム10名～20名程度、個人での申込も可
- 7 実施内容 血液検査、身体測定を実施し、貧血、骨、エネルギー不足などについて評価を行い、医師、管理栄養士が個人及びチーム（個人が同意した場合のみ）へアドバイスをを行う。
- 8 費 用 採血料、診断料無料
- 9 申 込 Google フォームで申し込み（申込の後に同意書、名簿、アンケートなどの提出があります。）



【問い合わせ先】

秋田県スポーツ振興課 TEL.018-860-1242 伊藤

- 10 申込条件
 - ・自分の体の状態を理解し競技生活に生かそうとする意欲のある女性アスリート
 - ・中央健診センター（秋田市）で指定された日の15：00～15：30に採血が可能なチーム又は個人
 - ・採血日にチーム責任者又は保護者が1名以上引率可能であること
 - 〈以下の内容に同意できること〉
 - ・測定した数値は、個人を特定しない形で秋田県のスポーツ振興に活用すること
 - ・測定結果及び、医師、栄養士からのアドバイスを希望によって本人・保護者又は指導者へ送付すること
 - ・事前アンケート及びフィードバック後の事後アンケートに協力すること
 - ・別紙「採血に関する注意」について理解すること

採血に関する注意

採血は基本的に安全性の高い手技ですが、まれに合併症が起こることがあります。しかし、採血によって得られる情報はアスリートにとってけがや病気を予防し、食事や休養などを見直すきっかけとなることが期待できます。

採血に伴う合併症に関しては、下記の「採血に伴う合併症について」をお読み下さい。

このような「採血」のリスクをご理解の上、採血をお受けいただきますようお願い申し上げます。

なお、検査当日、血管が見えにくいなど採血が困難と判断した場合、あるいは2回穿刺しても採血出来なかった場合は、やむを得ず検査を中止する場合がございますのでご了承ください。

「採血に伴い考えられるリスク」

《皮下血腫、止血困難》

採血中に血液が血管外に漏れ出したり、採血後の止血操作が不十分な場合に起こります。

※血をサラサラにする薬（ワーファリン・プラビックスなど）を服用している方は、止血しにくいいため、十分な止血（止血時間を長くする）が必要です。

※採血後数時間は、重いものを持ったり、激しい運動など採血部位に負担をかけないようにしてください。

《アレルギー・過敏症》

採血時の消毒薬（アルコール）やスタッフの手袋（ラテックス）などで、かゆみ、発疹を初めとするアレルギー症状が出現することがあります。

《血管迷走神経反応（VVR）》

心理的に緊張、不安が強くなることにより神経が興奮し一時的に血圧が低下し、めまい、気分不快、冷や汗、失神などを引き起こします。

※頻度は0.01～1%

《神経損傷》

採血時の針の穿刺時、または採血後に指先へ拡がる痛み、しびれなどを生じることがあります。穿刺部位付近の神経の一部損傷によるものです。大部分は数週間以内に消失しますが、長期になる場合もあります。

※頻度は、約1万～10万回の穿刺に1回

BLOOD♥TEST
R8

AKITA女性アスリート SMILEプログラム

血液検査事業申し込み

- 実施日** 一期：R8年8月6日(木)
二期：R9年1月7日(木)、8日(金)
- 会場** 中央健診センター
- 対象** 秋田県内でスポーツに取り組む中高生の女性アスリート
- 募集期間** 一期：R8年6月5日～7月16日まで
二期：R8年6月5日～12月16日まで

採血料・診断料無料!!

↓↓申し込みはこちらから↓↓



※申し込みにはいくつか条件があります。
要項を見て確認してね!



←←要項はこちらから

問い合わせ：秋田県スポーツ振興課
018-860-1242 伊藤