

第15回

# スポーツフォーラム

テーマ 何歳からでも始められるスポーツ  
～スポーツ始めに年齢は関係ない～

内容 1部 講演：熱中症予防対策  
(大塚製薬)

2部 講演・実技  
(長谷川 亮先生)

## 概要

様々なスポーツ指導の経験を基に機能的な体づくりをコンセプトとしたサポートを実践、子どもから高齢者、ビギナーからアスリート、働く人の健康づくりまでジャンルを問わずカバーする体の専門家の先生から、スポーツを始めるために必要な準備や体づくりの方法や気軽にできる体操の実技を学びます。

2026

日時

6月14日 10:00~12:30  
受付 9:30

講師

長谷川 亮先生



定員

先着  
120名

費用 無料

会場

船橋市東部公民館  
4階 講堂

当日受付となります。

千葉県アスレティック  
トレーナー協議会/日本スポーツ  
協会 公認  
アスレティックトレーナー



お問い合わせはこちら  
メール [greendeiio2@yahoo.co.jp](mailto:greendeiio2@yahoo.co.jp)

主催/船橋市スポーツ推進委員協議会  
共催/船橋市教育委員会  
後援/船橋市  
協力/大塚製薬株式会社