

平成 25 年 7 月 3 日

岡山県体育協会加盟競技団体
代表者各位

岡山県体育協会
スポーツ医・科学サポート(心理サポート担当)
ジュニアアスリートサポートシステム
心理部会 部長 田島誠

スポーツメンタルトレーニング基礎セミナーのご案内

盛夏の候、貴団体ますますご盛栄のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、この度、私が所属するスポーツメンタルトレーニング指導士会中国四国支部において、「スポーツメンタルトレーニング基礎セミナー ～スポーツメンタルトレーニングを学んで実力発揮へ！～」を広島市と東広島市、福山市、倉敷市の 4 市で開催することとなり、倉敷市では川崎医療福祉大学にて 8 月 25 日（日）に開催することとなりました。

このセミナーは、日本スポーツ心理学会認定のスポーツメンタルトレーニング指導士がスポーツメンタルトレーニングについて基礎から分かりやすく説明し、選手や指導者、保護者の皆さんの今後のスポーツ競技活動（特にメンタルサポート）に役立てていただくことを目的に開催いたします。

このセミナーの案内を同封いたしましたので、貴団体に所属する選手や指導者、保護者の方々にお知らせいただき、もし興味がおありでしたら、有料ではございますが、ぜひ本セミナーにご参加いただければと存じます。

本セミナーに関する質問や問い合わせ等は、下記の連絡先（電話かメール）まで遠慮なくご連絡下さい。ただし、申し込みは、案内にある担当：原妃斗美の連絡先（メールアドレス「smt_hara@yahoo.co.jp」）をお願いいたします。

まずは取り急ぎお願い申し上げます。

連絡先 田島 誠
川崎医療福祉大学健康体育学科
Tel : 086-462-1111 (内線 54914)
E-mail : mtajima@mw.kawasaki-m.ac.jp

日本スポーツメンタルトレーニング指導士会中国四国支部主催

スポーツメンタルトレーニング 基礎セミナー

～スポーツメンタルトレーニングを学んで実力発揮へ！～
エネルギー文化・スポーツ財団助成事業

セッション1：「メンタル強化の基本と心理テスト」(10:10～11:00)

セッション2：「目標設定とセルフモニタリング」(11:05～11:55)

セッション3：「集中力と試合の準備・反省」(13:00～13:50)

セッション4：「リラクゼーションとイメージ」(13:55～14:45)

セッション5：「ポジティブシンキング」(14:50～15:40)

日時：2013年8月25日(日) 10:00～16:00

場所：川崎医療福祉大学 講義棟4602教室 (倉敷市松島288) 駐車場有 (¥100/時間)

対象：中学生以上であればどなたでも可 (選手、指導者、保護者など)

参加料金：1人3,500円 (定員50名)

*お申込みが多数の場合は先着順とさせていただきます。

申し込み方法：メールにて

①参加者名 ②競技名 ③連絡先(電話) ④メールアドレス

を記入し、下記のアドレスに送信して下さい。

smt_hara@yahoo.co.jp

メール受信後3日以内に、ゆうちょ銀行もしくは他の金融機関を使ったお支払い方法についてメールにてお知らせします。

(携帯電話のアドレスからお申込みの方で受信設定をされている方は、上記のアドレスより受信できるよう設定をお願いします。)

申し込み・お支払い期限：8月21日(水) 17:00

*上記期限までにキャンセルされる場合は振込手数料を引いた後、返金いたします。

担当講師：スポーツメンタルトレーニング指導士 (日本スポーツ心理学会認定)

関矢寛史 (広島大学教授)、原妃斗美 (株式会社ATHER)

田島 誠 (川崎医療福祉大学准教授)

お問い合わせ先：070-5675-4516 (担当：原)

*電話に出ることができない場合もございますので、メール(上記のアドレス)にてお問い合わせして頂けると幸いです。