

研修会の感想

今年度は日本パラスポーツ協会トレーナー部会より鳥居昭久先生をお招きして、「スポーツ外傷・障害の基礎知識」としてご講演を賜りました。パラスポーツトレーナーの資格取得にあたり大変お世話になった先生で、今回の講演もパラスポーツに関わるものにとっての根幹となる基礎知識を教授していただき、改めて基礎知識の大切さを感じました。今回の講演は講話と実技で構成されました。先生の軽やかなトークに会場は皆あっという間に鳥居ワールドに引き込まれ、楽しい雰囲気の中に真剣な姿勢で皆さん聞き入っていました。その中でも一番耳に残っているのが予防医学の大切さ。病気や怪我を繰り返さない第三次予防、早く見つけて早く治す第二次予防よりも最も重要なのが、そもそも病気や怪我をしない第一次予防であるということ。予防教育、健康啓発、健康増進、健康教育といった分野で深く関わって行くことが重要だと改めて感じました。

入江 容(那須ブロック)