

# 令和6年度 北海道スポーツ医・科学コンソーシアムセミナー

## 開催要項

1. 目的 北海道で活動する女子スポーツ選手の競技力向上のために、婦人科の観点から女性の身体的特徴と体調管理についての情報を提供し、女子選手の安全な競技参加への支援を行う
2. 主催 北海道スポーツ医・科学コンソーシアム (<https://h-smsc.jp/>)
3. 日時 令和7年3月4日(火)(18:30~19:45)
4. テーマ 「知ってほしい 月経にまつわる体調管理  
～生理を知ればスポーツはもっと楽しい～」  
講師：寺本 瑞絵 氏 (NTT 東日本札幌病院 産婦人科)
5. 参加対象
  - ・北海道在住または北海道を拠点としている女子選手
  - ・女子中学・高校部活生及びその指導者・保護者
  - ・女子選手の支援に興味のある方
6. 定員 現地参加 30名・オンライン (ZOOM) 100名 \*オンデマンド配信あり (期間限定)
7. 会場 北海道立総合体育センター (2F 中研修室)  
札幌市豊平区豊平5条1丁目1-1 (地下鉄東豊線「豊平公園駅」直結)  
※参加者用の駐車場はご用意しておりません、公共交通機関をご利用ください  
オンライン参加者には後日 ZOOM URL をご連絡いたします
8. 参加申込 2月7日(金)～2月28日(金)まで ※先着順(定員になり次第締切)  
参加者は各自以下の URL または QR コードよりお申し込みください。  
<https://forms.gle/qfsPjUJoFgygbK348>  
【問い合わせ先】  
北海道スポーツ医・科学コンソーシアム  
Mail : [s-takahashi@h-smsc.jp](mailto:s-takahashi@h-smsc.jp)
9. 参加費 無料
10. その他
  - (1) 対面参加者は開始5分前までに会場にお入りください。
  - (2) ご記入頂いた個人情報は、主催者が参加者名簿作成に関わる事に利用いたします。
  - (3) 会場内での食事は禁止いたします。
  - (4) 本会広報利用のため研修会の様子を撮影しホームページ等に掲載することがあります。
  - (5) 本セミナーでの録音・録画・画像撮影はご遠慮ください。
  - (6) その他、不明な点は【問い合わせ先】までご照会ください。



参加  
無料

令和6年度  
北海道スポーツ医・科学コンソーシアムセミナー

知ってほしい 月経にまつわる体調管理  
～生理を知ればスポーツはもっと楽しい～

令和7年3月4日（火）（18:30～19:45）  
受付 18:10～

北海きたえーる（2階 中研修室）

現地参加 30名・オンライン 100名

<参加申込>

2月7日（金）～2月28日（金）

※先着順（定員になり次第締切）

以下のURLまたはQRコードよりお申し込みください。

<https://forms.gle/qfsPjUJoFgygbK348>



寺本 瑞絵 先生

てらもと みずえ

NTT東日本札幌病院 産婦人科部長  
◆ 医学博士  
◆ 日本スポーツ協会  
公認スポーツドクター

【主催】北海道スポーツ医・科学コンソーシアム（<https://h-smc.jp/>）

【問い合わせ先】Mail [s-takahashi@h-smc.jp](mailto:s-takahashi@h-smc.jp)

