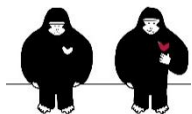


スポーツのパフォーマンスに大切な、スポーツメンタルケアをご存じですか？

Presented by

よわいは
つよい
プロジェクト



小塩博士による科学的知見とトップアスリートの実体験の両面から、スポーツにおけるメンタルの重要性を学ぶ講座です。また、後半の時間では参加者全員による簡単なグループワークを行い、お互いに悩みや課題を共有する中で解決のヒントを見つけ、本番で力を発揮できる方法につなげていきます。ぜひご参加ください。

講師プロフィール



小塩 靖崇 博士
(おじお やすたか)

東京大学大学院総合文化研究科
スポーツ先端科学連携研究機構
(UTSSI)特任講師。東京大学
大学院 教育学研究科で博士号

(教育学)を取得。アスリートと共に「よわいはつよいプロジェクト」を立ち上げ、「本当の強さとは何か？」という問いに向き合う。



川村 慎
(かわむら しん)

慶應義塾大学ラグビー部に在籍時
に全国大学選手権準優勝。NEC
グリーンロケッツ東葛、横浜キヤ
ノンイーグルスに所属、選手とし

て活躍すると同時に「Japan PDP」「よわいはつよいプロジェクト」の設立にも参画。2025年に選手引退後も、アスリートの幸せな暮らしのためにできること、スポーツ力の社会還元の仕事などを模索中。

2026

12/6

SUN

15:00~16:30

武蔵野プレイス
4F フォーラム

●参加対象

中学生以上及びその保護者、
指導者の方 ※スポーツメンタル
ケアに興味がある方

●募集定員

60名

●参加費

中学生……………500円
高校生・大人…1,500円

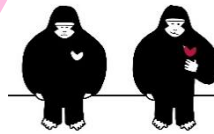
●申込期間

11月1日(日)~14日(土)

●申込方法

裏面をご覧ください

会場案内図は裏面



申込方法

●インターネット

- ・お申込みについては右記二次元バーコードへアクセスいただくか、当事業団 WEB サイトをご確認ください。
- ・初めてインターネットからお申込みされる方は、教室参加者本人のお名前で登録が必要です。



●はがき

必要事項「教室名、〒、住所、氏名(ふりがな)、年齢(生年月日)、性別、電話番号、市外在住で武蔵野市内に在勤・在学の方は勤務先・学校名」を明記してください。

※定員を超えた場合は、武蔵野市内に在住・在勤・在学の方を優先して抽選を行います。

※当落一緒は家族のみ可。

●申込期間

11月1日(日)～11月14日(土)

会場案内図

