

## 【部活動サポート企画】開成中にて、けが予防セミナーを開催しました

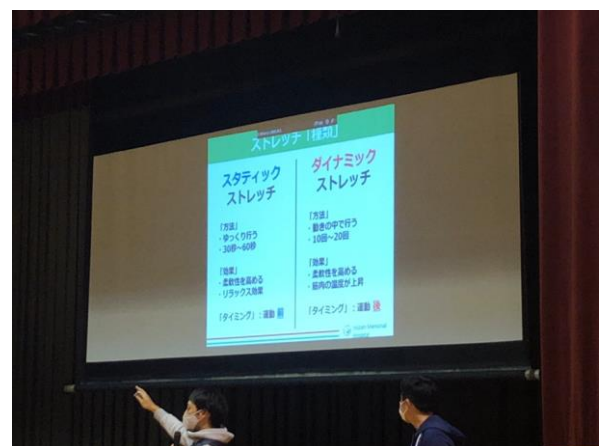
**中区** 開成中でけが予防セミナー  
浜松市の開成中（中区）でこのほど、運動部の生徒を対象にしたけが予防セミナーが開かれた。男子・女子バレーボール部と野球部の1、2年生約30人が柔軟性を高めるストレッチ



の仕方を学んだ＝写真＝。

十全記念病院（浜北区）の理学療法士小島健さんが講師を務めた。生徒は小島さんの助言を受け、太ももの裏やふくらはぎのストレッチを体験した。身体の硬さを比べるため、ストレッチの前後に立ったまま前屈したり両腕を前方に伸ばした状態でしゃがんだりして効果を実感した。

セミナーは地域貢献に力を入れるL Pガス販売業のエネジン（中区）による部活動サポート企画の一環。



地域で  
部活動をサポートします

エネジン(株)では、部活動を頑張っている中学生応援する「部活動サポート企画」を行っております。  
今回は、浜松市の開成中にて十全記念病院の理学療法士の方を講師に招き、けが予防のためのストレッチ方法を教えて頂きました。  
専門の方から話を聞ける機会だということもあり、学校の先生や生徒、保護者からも反響をいただいている企画です。  
今後も地域の方々とは協力し合いながら、各企画を通して地域が活性化していくような取り組みをしていきます。

令和2年(2020年)12月12日(土)

静岡新聞掲載