

## 中高バレー部員対象 体づくりアドバイス

中央区でセミナー

LPガス販売のエネジン（浜松市中央区）は、オイスカ浜松国際高校（同区）で、区内の中学、高校の女子バレーボール部員を対象にしたセミナーを開いた。61人が参加し、鍼灸師から競技に役立つ正しい体の使い方を学んだ。

部活動を盛り上げること  
で地域の活性化につなげる  
同社の企画の一環で、同校  
と積志、南部、神久呂の3  
中学校の生徒が参加した。



県西部で訪問型鍼灸治療を  
行いながら、スポーツする  
高校生の指導もする飯田康

セミナーで正しい体の使い方  
を学ぶ生徒ら―浜松市中央区で

祐さんが講師を務めた。

飯田さんは、ジャンプや  
スクワットを採り入れたさ  
まざまなトレーニングを紹  
介。生徒たちは実際に体を  
動かしながら、下半身や腕  
の使い方を学んだ。

オイスカ浜松国際高校3  
年の鈴木柚波さん（17）は  
「アップにもつながる具  
体的なメニューを吸収でき  
た。自分たちでメニューを  
考えているので、今後に生  
かしたい」と話した。

（鈴木みのり）