

## 2024年度 第2回公開講演会

.....プロ野球で得たノウハウを活かす!.....

## ケガをしないトレーニング法と身体づくり

講師 医療法人真心会 南草津野村整形外科 病院管理課長  
ラグスタ株式会社 本社統括 取締役

影石言光氏

かげ いし こと みつ

(元千葉ロッテマリーンズ トレーナー)

日時 2024年11月9日(土)

受付 9:30

開会 10:00 ~ 終了 11:30

参加  
無料

会場 星城大学 (本部東海キャンパス 4号館)

## 講演会内容

スポーツの現場では、リハビリテーション分野の職業であるPT(理学療法士)が活躍しています。スポーツ現場に華やかなイメージを持つ人は多いと思いますが、本講演会では千葉ロッテマリーンズの専属トレーナーとして活躍していた理学療法士の影石先生をお招きし、スポーツ現場のリアルと現場で培った経験をもとに、ケガを防ぐトレーニング法や故障防止の実践についてご紹介します。

## 講師プロフィール

1981年、滋賀県出身。東山高校野球部では3年時に投手として活躍し京都府大会準優勝。専門学校卒業後はスポーツ整形外科に就職。2013年より千葉ロッテマリーンズの専属トレーナーとして入職し、17年からは1軍を担当する。2021年に同球団を退団、「ラグスタ株式会社」取締役に就任。スポーツトレーナー派遣事業や施設コンサルティングなどを行っている。

## 会場案内

## 星城大学

本部東海キャンパス 4号館

名鉄河和・常滑線

新日鉄前駅下車 徒歩5分

(会場住所) 東海市富貴ノ台 2-172

(お問合せ) TEL:052-601-6000

## 申込方法

定員: 200名

締切: 2024年11月4日(月)

QRコードから、  
Googleフォームにて  
申込みをお願いします。▶名鉄河和・常滑線  
「新日鉄前」駅下車 徒歩約5分