

持続可能な パフォーマンス向上と健康増進

～精緻化 × スキャフォールディング × マージナルゲイン～

スポーツ振興と健康寿命延伸に貢献するヒントとして、精緻化（段階的スキルアップ）、スキャフォールディング（成長を支える指導）、マージナルゲイン（1%の改善の積み重ね）の3つの視点から、持続可能なパフォーマンス向上と健康増進の方法を解説します。

3/19
(水)

【時間】15時30分～17時00分

【場所】大村市コミュニティセンター 大会議室

【対象】一般／市職員

講師

日本体育大学保健医療学部整復医療学科 教授

伊藤 譲 氏



◆プロフィール

伊藤 譲（いとう ゆずる） 1969年生まれ

◆主な学歴

平成20年3月 大阪医科薬科大学大学院医学研究科（博士課程）機能系生理学分野 修了、博士（医学）

◆資格等

柔道整復師
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

◆所属学会、学会等における活動(主なもの)

日本体力医学会 評議員
日本柔道整復接骨医学会 評議員
文部科学省 大学設置・学校法人審議会（大学設置分科会）専門委員（2022年～）

◆著書等

柔道整復外傷学ハンドブック【総論】／柔道整復外傷学ハンドブック【上肢の骨折・脱臼】／
柔道整復外傷学ハンドブック【下肢の骨折・脱臼】／図解 スポーツ健康科学入門／
実践臨床推論 根拠に基づく柔道整復術を目指して ほか多数

皆様のお越しを
お待ちしております！



日体大オフィシャルマスコット

レオ丸

