

【ランナーのための】

SELF RESCUE &

2015 9.5(土)

FIRST RESPONSE

# セルフレスキュー&ファーストレスポンスセミナー

登山者も大歓迎!

ランニング中に起こるケガや体調の悪化。そんな時大切なのは自ら行う「セルフレスキュー」。それにはトラブルの予防はもちろんのこと、何か起きてしまった時の対応は心得ておきたいもの。ロードでも登山道でも、ランニングを安全に楽しむために必須なスキルです。

主催◆ スポーツエイドジャパン

協力◆ ひだまり山荘

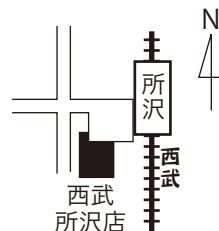
日時◆ 2015年9月5日(土) 11:00~16:00 (受付 10:30~) 途中昼食休憩あり

会場◆ 西武所沢店 8F ワルツホール (西武池袋線/西武新宿線 所沢駅 西口・南口前)

講師◆ 浅井隆之 (日本体育協会公認アスレティックトレーナー)

内容◆ ランニング中に起こりうる体調不良やケガについて、その発生と予防のメカニズム、またいざという時の対応とその準備について、スポーツ医学の視点からの知識、実際のレース中の事例を含めて紹介します。

(例) 出血対応・熱中症・低体温症・低血糖・転倒して頭を打ったハチさされ・関節をひねった際のテーピング・心肺蘇生法など



### 浅井隆之(あさいたかゆき)プロフィール

Polar Bear Trainer's Team 代表。アウトドアスポーツを専門分野とするアスレティックトレーナー。OSJトレイルランニングレースシリーズ救護関係のコーディネーター、UTMF、ハセツネ、奥武蔵ウルトラマラソンではケアブース運営など多方面からサポート。年間10大会以上救護担当としてレースに帯同している。

募集人員◆ 40名

参加料◆ 3,800円

申込方法◆ ①スポーツエイド・ジャパン公式サイト「エントリー」ページ (<http://sportsaid-japan.org/NEW/entry/>) から

②参加申込書に必要事項を記入のうえ、事務局まで郵送かFAX(049-298-7788)にて送付 ※①、②いずれかでお申込みください。

参加料の送金◆ 郵便局に常置してある郵便振替用紙(払込取扱票)にて下記口座宛にご送金ください。申込書と参加料の受領をもって正式エントリーとします。

■郵便局の払込取扱票による郵便振替 口座記号番号 00100-3-666815 加入者名 スポーツエイド・ジャパン

■銀行等、他の金融機関からの振込み ゆうちょ銀行〇一九(ゼロイチキュー)店 当座0666815 加入者名 スポーツエイド・ジャパン ※〇一九(ゼロイチキュー)店は支店名一覧の「サ行・セ」のなかにあります。

申込期限◆ 8月28日(金)必着。先着にて定員になり次第、締切り(スポーツエイド・ジャパンのサイトでお知らせ)

問合せ申込先◆ 〒350-0455 埼玉県入間郡毛呂山町阿諏訪1221 スポーツエイド・ジャパン事務局  
TEL 049-294-5603 080-5085-5603 FAX 049-298-7788  
E-mail info@sportsaid-japan.org URL <http://sportsaid-japan.org/>

## ランナーのための セルフレスキュー&ファーストレスポンスセミナー 参加申込書

フリガナ	男	生年月日	年	月	日
氏名	女	所属			
住所 〒			本人連絡先		
			緊急時連絡先		

### 誓約書

私は本セミナー参加にあたり、下記の項目について誓約します。

- ①セミナー中、いかなる事故が発生してもすべて自己責任とし、主催者には一切責任がないものとする、また家族からの異議申し立ても一切できないものとする。
- ②セミナー参加申込み後のキャンセルはできないものとする。
- ③年齢、性別等の虚偽の申告による参加はできないものとする。
- ④自然災害、事件、事故等によるセミナー中止の場合は、参加料の返金ができないものとする。
- ⑤セミナー中の映像、記事、記録等のテレビ、新聞、雑誌、インターネット等への掲載権は主催者に属すること。

2015年 月 日

氏名  
(未成年者は保護者氏名)

印