

7月1日(月) 外部講師による講習

6月27日(木)、体育館で、スポーツ予防講演会を行いました。

榊原整形外科理学療法士 奥出祐輔 先生、辻 真 先生に来校いただき、「スポーツ障害予防」「運動前の準備・運動後の体のケア」などについて講義と実技を交え、講演していただきました。生徒たちは、充実した部活動を行うためには、活動前の準備・活動後のケアが大切であることを改めて学び、部活動にいかして頑張ってくれると思います。今後の活躍を楽しみにしててください。

