

女性スポーツ応援 Day を開催します！

国際女性デーのある3月に、女性のスポーツへの関心向上を目的として、横浜スポーツパートナーズに
参画する女子チーム協力のもと『女性スポーツ応援 Day』を開催します。

◆「女性アスリートによる～はじめての親子スポーツ体験～」

運動神経の基礎が発達するプレ・ゴールデンエイジ期（5歳～9歳）の子どもたちとスポーツ実施率の
低い子育て世代と一緒に複数のスポーツを体験する機会です。

なお、未就学児がいるご家庭の保護者も参加しやすいように無料の「託児サービス」を導入しました。

◆「女性アスリートと学ぶ～月経コンディショニング～」(オンライン配信)

ゲストであるソフトボール元日本代表山田恵里 氏のキャリアに基づくお話と、10代のうちから知っ
ておくべき女性の身体の仕組みや身体のリズムである月経周期を把握する大切さを専門家の先生にお話し
いただきます。

「女性アスリートによる～はじめての親子スポーツ体験～」

日時	令和5年3月11日(土) 10時～12時 ※雨天中止		
会場		しんよこフットボールパーク JR 横浜線 小机駅 徒歩7分 新横浜駅 徒歩14分 市営地下鉄 新横浜駅 徒歩12分	
参加費	無料		
募集	50組 100名(市内小学1～3年生と保護者) ※応募多数の場合抽選となります		
託児サービス	10名(2歳以上の未就学児) ※無料		
内容	2つの競技を体験(サッカー・ラグビー) ※未経験者向けの内容となります		
講師	 ニッパツ横浜 FC シーガルズ 【女子サッカー】 ※各チームの選手・スタッフによる指導が行われます。	 日体大 SMG 横浜 【女子サッカー】	 YOKOHAMA TKM 【女子ラグビー】
申込方法	横浜市特設サイトからお申込みください(申込者多数の場合は抽選) https://www.city.yokohama.lg.jp/kanko-bunka/sports/shinko/partners/womensports.html		 横浜市特設サイト
申込締切	令和5年2月28日(火) 17時まで		
取材	実施日の3日前までに、下記問合せ先までご連絡ください。 市民局スポーツ振興課 電話:045-671-4566 Eメール:sh-events@city.yokohama.jp		

「女性アスリートと学ぶ～月経コンディショニング～」

日時	令和5年3月11日（土）15時～16時
配信	YouTube Live 無料生配信 ※手話通訳あり
申込	不要 ※前日までに横浜市特設サイトにて配信 URL を公開します https://www.city.yokohama.lg.jp/kanko-bunka/sports/shinko/partners/womensports.html  横浜市特設サイト
内容	<p>「ソフトボール元日本代表 山田恵里のWow!トーク」 「ソフトボール日本代表」そして横浜スポーツパートナーズでもある「日立サンディーバ」で活躍した山田選手に、オリンピックのお話や、引退後のキャリアプランなど、普段なかなか聞くことができない“Wow!”なお話をうかがいます。</p> <p>「月経コンディショニング」 女性アスリートは、トレーニングに伴うエネルギー不足により、月経の不調を引き起こす事があります。健康への影響はもちろん、月経前や月経中にパフォーマンスが下がると、1カ月のうち約2週間が競技に集中できない期間となる場合もあり、競技成績にも影響します。 横浜市立大学附属病院 産婦人科で、女性アスリート外来を担当する小河原先生から、10代のうちから知っておくべき女性の身体の仕組みや身体のリズムである月経周期を把握する大切さを、山田選手の体験談を交えながら紹介します。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"><div style="text-align: center;"><p>やまだ えり ゲスト：山田 恵里 氏 ソフトボール元日本代表 【主な経歴】 2004年 アテネ五輪 銅メダル 2008年 北京五輪 金メダル(主将) 2021年 東京五輪 金メダル(主将)</p></div><div style="font-size: 2em;">×</div><div style="text-align: center;"><p>おがわら ゆき 講師：小河原 由貴 氏 横浜市立大学附属病院産婦人科 助教 【主な所属学会】 日本産科婦人科学会 女性医学学会 日本産科婦人科内視鏡学会 (ほか)</p></div></div> <p>MCは、ラジオパーソナリティとしてソフトボールの普及活動を行っている高村 麻代さんが担当します。</p> <div style="text-align: right;"><p>たかむら まよ MC：高村 麻代 氏</p></div>

お問合せ先

市民局スポーツ振興課長 守屋 喜代司 Tel 045-671-3237