

Supporting Women  
Athletes Health Café

# 女性アスリートのための ヘルスケアカフェ

～知る・測る・関わる  
支援者に役立つ現場のヒント～

参加費無料

どなたでもご参加いただけます

## About this seminar

女性アスリート特有の健康課題（月経・栄養・骨の健康など）に向き合うために、多職種が集い、知識とつながりを共有するセミナーです。対話や体験を通じて、予防から実際の治療について、明日からの現場に活かせるヒントを持ち帰っていただけます。

## Program / Café Style

### ミニレクチャー

女性アスリート特有の健康課題を、多職種それぞれの視点からポイントを絞って共有します。栄養は、予防から治療まで幅広く学べる構成です。

### 体験型カフェセッション

女性アスリート検診でも用いられる測定を、気軽に体験できる時間です。体組成・骨密度・栄養評価を体験しながら、軽食を囲んで交流・情報交換ができます。

## Guest Speakers

- |              |  |
|--------------|--|
| 笠師 久美子 薬剤師   | (北海道医療大学地域連携推進センター副センター長/特任教授)         |
| 高橋 小夜利 理学療法士 | (Medical Fitness C-Link/トレリハCLUBトレーナー) |
| 蜂谷 愛 管理栄養士   | (天使大学看護栄養学部栄養学科 講師)                    |
| 池田 陽子 管理栄養士  | (北海道大学病院栄養管理部 管理栄養士)                   |
| 後藤 佳子 医師     | (新札幌整形外科病院医員/北道大学病院スポーツ医学診療センター客員臨床医師) |



2026年  
3月8日 (日)

AM10:00-12:00



会場: 北海道大学  
オープンイノベーションハブ  
エンレイソウ 1F

札幌市北区北11条西8丁目  
[地下鉄南北線北12条駅から徒歩9分]

参加申込



事前申込推奨 (当日参加も可能です)