

～スポーツのケガを減らし、
笑顔を増やす～

第7回

あらゆるスポーツに関わる皆さまへ

スポーツ医学検定

スポーツ医学検定とは

一般の人を対象にした、身体のことやスポーツによるケガの知識を問う検定試験です。本検定で得られた知識を①ケガの予防、②ケガからの競技復帰③競技力の向上に活かれます。

詳しくは

➤ <https://spomed.or.jp/>



多くの方が、スポーツ医学の正しい知識を学ぶ機会を得られることを大変嬉しく思います。正しい知識は自分の健康のみならず周りの人をも健康にします。是非多くの方に参加していただきたいと思います。



東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会
スポーツディレクター
室伏 広治

開催日 2020年 5月17日

検定申込締切: 2020年3月31日(火) 正午

検定会場 札幌、東京、大阪、福岡(1級～3級を開催)
仙台、前橋、横浜、名古屋、神戸(2級・3級を開催)

◎資格 誰でも受検できます

◎検定料 3級 4,800円

2級 5,400円

1級 7,800円

*併願割引:

3級と2級 9,800円、2級と1級 12,400円
(Web受検初級のみ980円)

登録
無料

公式過去問サイト・アプリ

パソコンから

App Store
からダウンロード

GET IT ON
Google Play



➤ <https://spomed.schoiz.jp/>

*過去問は有料です

公式テキスト



➤2級・3級対応
定価1,998円(税込)

➤1級
定価2,916円(税込)

好評
発売中

◎ご購入はこちらから
・Amazon ・東洋館出版社

……スポーツ医学検定の理念……

『スポーツのケガを減らし、笑顔を増やす』

近年、スポーツの普及には目覚ましいものがあり、昨年はラグビーワールドカップ 2019、今年は東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会が日本で開催されるなど、スポーツに対する社会の関心が高まっています。しかし、これらの華々しいスポーツの舞台裏では、ケガのためにパフォーマンスが出ない選手、長期の競技離脱が必要な選手、引退を決意する選手がいるのも事実です。

また、スポーツが広く根付く社会を築くには、トップレベルのアスリートのみでなく、子供から高齢者までが安全で楽しくスポーツに取り組める環境が必要です。私たちはより安全でケガの少ないスポーツ環境を作るためには、スポーツ医学の知識をスポーツ指導者、スポーツ選手の保護者、マネージャー、そしてスポーツ選手自身に広めることが大切だと考えています。そして、「スポーツ医学検定」という取り組みを通じて、スポーツに関わる人の身体やケガに関する正しい知識を広め、少しでもスポーツによるケガを減らしたいと考えています。

本取り組みにより、スポーツ選手のケガが減少し、それが競技力向上につながり、日本のスポーツを強くすることに貢献できれば幸いです。

こんな方におすすめ

スポーツ指導者や部活の顧問の先生

各スポーツ競技に関する専門家でも、身体のこと・ケガのことを十分理解している指導者はまだ少ないのが現状です。指導者が系統だった知識を身につければ、選手のケガの減少および安全性の確保につながり、そして選手やチームの競技力向上に結びつきます。

スポーツ選手の保護者

過度なランニングや投球動作などで痛みを感じても、コーチや監督に言い出せない子供が多くいます。この時、最初に相談する相手は親であり、自分の経験に基づくアドバイスや医療機関を受診する判断をしますが、最低限の知識を持っておくことは大切です。

アスリート自身

スポーツに夢中の時、誰でも練習やトレーニングの努力を惜しみませんが、過度にやり過ぎてケガをしては意味がありません。競技人生の長いトップアスリートは、身体やケガのことを自分で勉強しています。まずはアスリート自身が身体のことを勉強しましょう。

スポーツのメディカルに関わる人

スポーツのメディカルに関わる人は、裏方でアスリートを支え、スポーツに貢献したいと考えている人です。日々、進歩するスポーツ医学の知識の整理に役立ててください。また、将来スポーツのメディカルに関わる仕事をを目指す人は、勉強のきっかけにしてください。

●●● 各級の目安 ●●●

初級

ビギナー

Web検定

ウェブで受検できるスポーツ医学 Web 検定(初級)のことで、3 級相当の問題が出題されます。会場受検前のトライアルにどうぞ。

日本ラグビーフットボール協会
コーチングディレクター

中竹 竜二



みなさん、スポーツは好きですか？するのが好き、観るのが好き、教えるのが好き、何か手伝うのが好き。そう、スポーツにはさまざまな関わり方があります。何かしらスポーツに関わる全ての人を「スポーツファミリー」として考えた場合、それはとてもとても大きなコミュニティが生まれます。このスポーツ医学検定は「選手の安全」を継続・進化させるための柱となるでしょう。ぜひ、スポーツファミリーを広げていきましょう。

3 級

ベーシック

身体やスポーツのケガの最も基本的な知識が問われます。スポーツ医学に初めて触れる人は、ここから目指しましょう。

→スポーツ選手自身、成長期の選手の保護者、部活のマネージャーなどにおすすめ

2 級

アドバンス

身体やスポーツのケガのより詳しくより広い知識が問われます。スポーツを指導する人はここを目指しましょう。

→スポーツ指導者、部活の顧問、スポーツ系／体育系の学生などにおすすめ

マラソンランナー
スポーツコメンテーター

谷川 真理



スポーツ選手はトップを目指すほどケガのリスクをとまいません。また、ただやみくもに練習をしてしまうほど怖いものではありません。スポーツ医学検定で故障をする前に正しい知識を得ることによって、未然にケガを防ぐきっかけにもつながります。自分の身体のことを知ってより長くスポーツを継続できることを願っています。

1 級

マスター

身体やスポーツのケガの専門的な知識が問われます。スポーツメディカルに関わる人はここを目指しましょう。

→スポーツメディカルに関わる人、関わりたいと思っている人などにおすすめ

スポーツ医学検定合格認定カード

スポーツ医学検定の合格者の皆さままでご希望の方に、合格認定カードを発行いたします(有料)。



価格 2,500円(配送手数料込)

◇材質 プラスチック

◇サイズ 免許証サイズ

◇印字内容 級、氏名、認定日

パラリンピック水泳
東京オリンピック・パラリンピック競技大会
組織委員会理事

成田 真由美



体のこと、体のもつ可能性のこと、ケアのことなどをきちんと判断できる人が増えることは、スポーツ界のすそ野を広げることにつながります。世界に通用する選手を一人でも多く育てるためにも、スポーツを長く続けたい人を増やすためにも、スポーツ医学検定に可能性を感じています。

パートナー： 育英メディカル専門学校／日本総合医療専門学校／久留米大学人間健康学部スポーツ医科学科／東洋館出版社
学校法人葵学園(埼玉医療福祉専門学校、葵メディカルアカデミー)／学校法人花田学園(東京有明医療大学、日本鍼灸理療専門学校、日本柔道整復専門学校)
学校法人横浜 YMCA スポーツ専門学校／Stadio Gullit／公益社団法人大阪府柔道整復師会大阪府柔道整復師会専門学校
RUNNING CLUB JAPAN<一般社団法人日本ランニングクラブ協会>／株式会社SUW／専門学校社会医学技術学院／北海道スポーツ専門学校／株式会社 GOOD・JOB
合同会社 OneSelf／福岡医健・スポーツ専門学校／福岡大学スポーツ科学部スポーツ医学研究室／学校法人小倉学園新宿医療専門学校／株式会社 encounter
埼玉県立大宮高等学校／学校法人米田学園 米田柔整専門学校／学校法人 朝日医療学園 朝日医療専門学校広島校

※パートナーを希望される学校・団体様はホームページをご覧ください。