

# スポ i ken 医 検

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します。

第5回  
受検者  
募集中  
1級検定開始

第5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

～スポーツのケガを減らし、笑顔を増やす～

開催日 **5.19** 日  
2019.

2019.3月末申込締切

※WEB検定実施中(初級のみ)

検定会場

東京、横浜、群馬、大阪、福岡

※1級は、東京会場、大阪会場でのみ実施します。

【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)



詳しくは ▶ <https://spomed.or.jp/>

東京オリンピック・パラリンピック  
競技大会組織委員会 スポーツ局長  
(兼 スポーツディレクター)

室伏 広治

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。



スポーツ医学検定  
公式テキスト  
好評発売中



2級・3級対応  
定価1,998円(税込)  
1級  
定価2,916円(税込)

ご購入はこちらから  
・Amazon  
・東洋館出版社

詳しくは公式ホームページを  
ご覧ください。



主催：一般社団法人 日本スポーツ医学検定機構

協力：大塚製薬株式会社 セントラルスポーツ株式会社 読売新聞社 アシックスジャパン株式会社

# 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、日本では世界的スポーツイベントであるラグビーワールドカップが2019年に、東京2020オリンピック・パラリンピックが2020年に開催されるなど、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すること、そしてそれが競技力の向上につながり、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。



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。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。

スポーツの楽しさや価値が日本全体に広がっていくためには、主役である選手の「安全と安心」の担保は必須です。アスリートが安心してチャレンジできる環境を提供するためには、全ての関係者「スポーツファミリー」が怪我・病気に関する正しい知識を共有しておかなければなりません。

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。

## 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。指導者が正しい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つながります。

### 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、自分の経験に基づいた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目指す人は、勉強のきっかけにしてください。

## 各級の目安

### 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。(こんな方におすすめ：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)

### 2級 (アドバンス)

身体やスポーツのケガを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。(こんな方におすすめ：スポーツ指導者、部活の顧問、スポーツ系/体育系の学生)

### 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。(こんな方におすすめ：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)

### 初級 (ビギナー)

ウェブで受検できるスポーツ医学Web検定(初級)のことです。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。



WEB検定



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ないます。

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。五輪を目指していた時に腸脛靭帯炎、腱炎等々と右ひざを長期間に渡った故障。走りたくても走れないジレンマは私を含め、陸上選手であれば誰もが経験することです。その時、自分の膝の知識を得るきっかけにもなりました。

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。



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

選手は競技に集中すると、自分の体であっても冷静に判断ができない時があります。また、練習を休むことに不安を感じることも多々あります。

なので、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もつながります。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。

## 【合格認定カードのお申込みについて】

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)

### 「スポーツ医学検定合格認定カード」

価格：2,500円(送料・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

\*申込締切日を超えての申し込みや再発行では、手数料込で4,500円となります。



インターネットよりお申し込みください。

詳細は公式ホームページをご覧ください。



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

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。