

小・中・高生アスリート応援企画

スポーツをするキミのカラダを守る！

# 菅沼加奈子先生特別講演会

「けがを防いで  
もっと動けるカラダのつかい方」

小・中・高生アスリート & 保護者・指導者の方へ

こんな人にオススメ！

- ✓ もっと速く走りたい
- ✓ ケガをしにくい体の使い方を知りたい
- ✓ 体が硬い？バランスが悪い？
- ✓ ケアの仕方を知りたい
- ✓ 今からでもできることを知りたい



2026年1月24日（土）

19:00～21:00

会場 宮古島市未来創造センター研修室

〒906-0007

宮古島市平良東仲宗根807番地

宮古島市中央公民館

講演会は無料・予約不要  
講演後に個別相談をお受けします。



講師

菅沼加奈子医師

長野県飯田市菅沼病院副院長。二児の母。現在は、骨格の大切さを伝えるべく、保育園から高校までの先生向け、医療従事者、スポーツ指導者、各種企業向けに講演会を行いながら、姿勢指導や歩行指導も含めたりハビリテーションを行っている。

※菅沼病院リハビリ部門はLINE@のグループもございます。こちらもお問い合わせいただけます



主催：一般社団法人いとぐち 代表萩元聡子（旧姓濱川）西辺出身

後援：宮古島市・宮古島市教育委員会

いとぐち公式ライン

お問い合わせ：Tel. 0265-24-6665（平日9:00-17:00か公式ラインで

