

高大連携授業

乙訓高等学校ではスポーツ健康科学科を中心として高校と大学・専門学校と連携した高大連携授業、企業の研究者の方をお招きして講演会を行う産学連携授業を展開しています。

令和5年5月16日（火）対象：スポーツ健康科学科3年生

「スポーツテーピング実習～基礎編～」 明治国際医療大学 沖 和久先生

スポーツ健康科学科3年生を対象にスポーツテーピング実習を行いました。

今回はホワイトテープを使用して足首の捻挫予防のテーピングを中心に教わりました。専門のトレーナーが巻けば短時間で綺麗に、しかも運動を制限するテープの張り具合が絶妙ですが、他人にテーピングを巻いたことがない素人ではなかなか簡単ではありません。何回も何回も練習です。



