

令和6年度 秋田県スポーツ科学研修会（メンタルトレーニング）講師紹介

## 演題 「競技力アップにつながるスポーツメンタルトレーニング」

講 師

日本スポーツ心理学会認定スポーツメンタルトレーニング指導士  
駿河台大学スポーツ科学部 非常勤講師 メンタルトレーニング担当

ししど わたる  
宍戸 渉 氏



略 歴

2004年3月 東海大学体育学部体育学科 卒業  
2006年3月 東海大学大学院体育学研究科体育学専攻 修了  
2007年4月 東海大学体育学部一般体育研究室 非常勤講師

メンタルトレーニングを指導できる学生の育成やスポーツ選手のサポート活動を実施している。

バスケットボール中学生県選抜チームや陸上競技の日本代表選手をはじめ、令和5年度は、フィールドホッケー競技で全国高校総体・特別国民体育大会・全国選抜大会の3冠を達成したチームなど、様々な年代や競技に対して指導を行っている。