

医学・科学・指導の面から総合的に支援します

新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター

Niigata Institute for Health and Sports Medicine

通常営業日 午前9時～午後5時（受付は午後4時30分まで）

夜間営業日 4月1日～11月30日の火～金曜（祝日とイベント開催日は除く）
午前9時～午後9時（受付は午後8時まで）

休館日 月曜（祝日は除く）と年末年始12月29日～1月3日

施設利用

フィットネスホール



充実した有酸素運動機器



各種マシン・フリーウエイトを備えたトレーニングジム



1周70mのウォーキングコース

- ロッカー室とシャワー（個室）を完備
- 1回券のほか、回数券や定期券もあります。

研修室等



小研修室（10人程度）



中研修室（40人程度）



大研修室（120人程度）



栄養実習室（20人程度）



フィットネスホール中央フロア（40人程度）

- プロジェクター・PC貸出可
- Free Wi-Fiを完備
- 事前にご予約ください。

外来診療（内科・整形外科・リハビリテーション科）

➤ 一般内科

生活習慣病、メタボリックシンドロームの診療と生活指導

➤ 呼吸器内科

アスリートの運動誘発喘息の精査と治療

➤ 整形外科・リハビリテーション科

運動器の障害、ロコモティブシンドロームの診療とリハビリ指導

予約受付

☎ 025-287-8809

🕒 火～土曜（祝日は除く） 午前10時～午後5時

健康づくり支援

生活習慣しっかり改善コース

➤ 3か月間、週1回通って生活習慣の改善を目指します。

親子コース

➤ 親子の絆を深めながら一緒に健康づくりを目指します。

指導者向け研修

- 健康づくりの方法を学びたい・体験したい指導者向け
- 個人・団体問わずに参加可能です。
- 各種コースに参加体験できます。

個別プログラムサービス

健康サポート個別コース／継続コース

➤ 健康づくりのためのトレーニングを自分のペースで実践します。

オプションメニュー

➤ 体組成チェックや体力測定、ストレッチ指導、栄養指導などの各種メニューがあります。



競技水準向上支援

体力測定

- アスリートを対象に医学（安全）検査と各種パワー測定を行います。
- 目的に応じた各種コースがあります。

スポーツ動作分析

- 競技スポーツ中の動作を分析します。
- 出張対応も可能です。

競技力向上相談

- 選手や指導者向けにトレーニング指導や栄養サポート、メンタルサポートなどを行います。



その他

県民講座

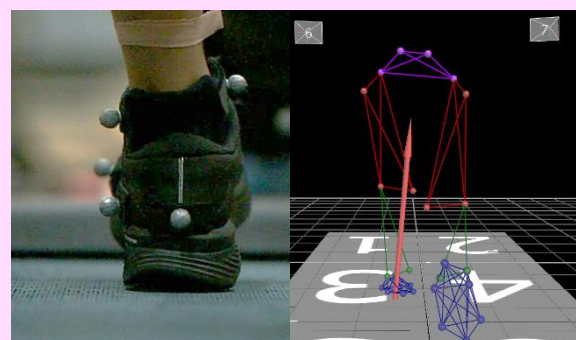
- 健康やスポーツに関する各種講座を開催します。
- 定期的な運動教室も開催しています。

その他動作分析

- 歩行やジョギングなどの日常動作を分析します。
- 研究・開発を目的とした利用もできます。

ケアコンディショニングサポート

- 児童・生徒を対象に「食事の基本」、「ケガ予防のトレーニング」の講習会や体力などの簡易チェックを行います。



トキめき広場



- スポーツと健康づくりに関する図書コーナー、
- 休憩コーナー、ベビーコーナーをご用意しています。

交通アクセス



公益財団法人新潟県スポーツ協会（指定管理者）

新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター

〒950-0933 新潟市中央区清五郎67番地12
デンカビッグスワンスタジアム内

☎ 025-287-8806
(外来診療受付025-287-8809)

☎ 025-287-8807

🌐 <http://www.ken-supo.jp>

