

第58回健康支援セミナー (対面式のご案内)

受講者
募集

◆日 程 **2026年 2月 28日(土)**

◆会 場 横浜市スポーツ医科学センター
〒222-0036 神奈川県横浜市港北区小机町 3302-5
(交通) JR・横浜市営・相鉄東急「新横浜駅」北口より徒歩15分

◆受 講 料

高齢者体力づくり支援士	左記以外一般
8,250円	11,550円

※税込価格
※計2講座分(1講座毎の分割申込不可)

◆受 付 期 間 **2月2日(月)13:00から2月13日(金)13:00まで**

※申込は**先着順**です。期間内でも定員になり次第締め切りますので、お早めにお申込ください
※申込方法は**裏面**をご参照ください(専用申込ページまたはFAXからお申込ください)



◆講 座 内 容

講師

セミナー1 9:30~12:30 (講義+実技)

繋がる・ひらめく・笑顔広がる!脳活性化エクササイズ
~心と体を動かす健康作り~

心を動かす時間は脳を刺激します。笑顔あふれ、いつの間にかコミュニケーションが出来るようになる運動ができると最高ですね。今回は皆様と共に、体を動かしながら仲間作りができる最幸なエクササイズを考えます。

八尋 敦子 講師

理学療法士
シナプソロジーアドバンス
教育トレーナー

セミナー2 13:15~16:15 (講義+実技)

身体の仕組みから発想する筋力トレーニングとコンディショニング

動きが悪くなった関節の動きを良くしたり、関節の負担を減らそうとするなら、解剖学的な構造の理解が助けになります。本講演では身体の仕組みから発想して必要な手段を選ぶアイデアについて実技を交えて紹介します。

大山 卞 圭悟 講師

筑波大学体育系 准教授

※当日は午前、午後ともに実技が含まれておりますので「動きやすい服装」でお越しください(更衣室はありません)

◆各資格認定単位数

高齢者体力づくり支援士	健康運動指導士 健康運動実践指導者
4.0単位	講義 3.0単位 実習 3.0単位

※1日分(2講座)の合計単位数です

1講座毎の単位認定はできかねますので予めご了承ください

※証明書発行をご希望の方は申込時に必ず資格登録番号をご記入ください

※当日は**本人確認のため、必ず資格証をご持参**ください

<次回予告>

オンデマンド配信式開催のお知らせ(4月頃)

※3月中旬受付開始予定

対面式セミナー同内容講座をオンデマンド配信します!
申込等詳細はHPまたはLINEでお知らせいたします

※配信式の申込は**高齢者体力づくり支援士資格者のみ**です

<主催>

公益財団法人体力づくり指導協会

〒136-0072 東京都江東区大島 1-2-1 ザ・ガーデンタワーズ サンライズタワー1F

<申込・お問い合わせ先>

高齢者体力づくり支援士事務局
(株式会社THF内)

TEL 03-5858-2100

平日 9:30~17:00 (土日祝不可)

〒305-0005 茨城県つくば市天久保 2-14-2 つくばイーストビル 302



◆申込方法

①申込

オンライン（専用申込ページ※¹）またはFAXから
お申込ください。

②申込確認

オンライン申込の場合はメール経由、FAX申込の場合は
FAX※²経由で受付番号記載の案内を返信します。

③受講料振込

返信を受信後、2月16日（月）10：00までに
受講料を下記口座までお振込ください。

④申込完了

振込確認後、受講案内をメール添付（または郵送）します。

※¹ 専用申込ページについて

対面式用の専用申込ページからお申込いただきま
す。
右記のQRコードを読み取るか、ホームページから
専用申込ページへ移動ください。
（専用申込ページのみとなりますのでご注意ください）

※² FAXについて

FAX申込の受講申請書に返信用FAX番号の記載が
ない場合は、受付番号を電話でご案内します。

①申込



FAX

②申込確認

メール経由
返信

FAX 経由
返信
（一部電話あり）

③受講料振込

受講料を
お振込
ください

④完了

申込
完了

【申込期限】
2月13日（金）
13：00まで

申込内容確認後
受付番号記載の
案内を返信します

【振込期限】
2月16日（月）
10：00まで

振込確認後
受講案内を
メール添付します

（注意事項）申込前に必ずご確認ください

- ・体調不良の場合は受講をお控えください
また、受講中に体調不良となった場合は受講途中であっても
お帰りいただく場合がございます（受講料返金不可）
- ・こまめな手洗いや咳エチケットにご協力をお願いいたします

FAX番号変更しています
ご注意ください！

FAX 029-861-7618

FAX番号変更しています
ご注意ください！

第58回健康支援セミナー（対面式）

受 講 申 請 書

※太枠内を全てご記入くださ

〈受付期間〉

2月2（月）から2月13日（金）13：00まで

※先着定員制

〈お振込先〉

りそな銀行 新都心営業部（普）2919552
□ 座 名 （公財）体力づくり指導協会
高齢者体力づくり支援士事務局

※返信時に交付される受付番号を

お名前の前にご入力のうえお振込ください

※振込手数料はご負担ください

※振込用紙の送付はありません

※お振込いただいた受講料は返金いたしません

なお、開催最少人数に達しなかった場合、または
主催者都合により急遽中止とさせていただきますこと
がございます。予めご了承ください。

主催者都合による中止の場合はお振込いただいた
受講料を全額返金いたします。この場合、振込先
金融機関と口座番号等を確認させていただきます。

事務局返信用欄

（受付NO. 貼付）

※受講区分を選択ください（☑を付けてください）

申込日：2026年 月 日

	高齢者体力 づくり支援士	左記以外 一般
2/28 （土）	8,250円 <input type="checkbox"/>	11,550円 <input type="checkbox"/>

フリガナ 氏 名	性別	男 ・ 女	TEL	()
	年齢	歳	FAX	()
住所	〒 -			
資格 登録 番号	■高齢者体力づくり支援士		M D -	例) (M)-1234-567
	■健康運動指導士：		■健康運動実践指導者：	
職業	※該当するものを○で囲ってください ①会社員 ②団体職員 ③自営業 ④学生 ⑤看護師 ⑥保健師 ⑦ケアマネジャー ⑧介護福祉士 ⑨ホームヘルパー ⑩栄養士 ⑪インストラクター ⑫あんまマッサージ指圧師 ⑬鍼灸師 ⑭柔道整復師 ⑮理学療法士 ⑯その他 ()			
その他	※受講者と振込名義人が異なる場合はこちらへご記載ください			

※本書によりご提供いただきました個人情報は、セミナー受講に関わる諸手続き、および統計分析に限定して利用いたします
当法人の個人情報保護規程に基づき、個人情報を正確かつ安全に管理、取り扱うことを努めます