

高齢者体力づくり支援士事務局主催

第36回健康支援セミナー

期 日：平成 29 年 2 月 4 日(土)

会 場：CIVI 研修センター新大阪東

〒533-0033 大阪府大阪市東淀川区東中島 1-19-4
(交通) JR「新大阪駅」より徒歩すぐ

受講者
募集

申込期間：平成 29 年 1 月 5 日(木)～1 月 20 日(金)

※申込は先着順です。定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください。

<大阪開催決定!!>

◆受講料 ※本セミナーは 1 講座毎の受講はできかねます。予めご了承ください。

| | 高齢者体力づくり支援士 | 左記以外一般 |
|------------|-------------|--------------|
| 1 日 (2 講座) | 7,560 円(税込) | 10,800 円(税込) |

◆講義スケジュール (申込方法は裏面をご確認ください)

| 日時 | 講座内容 | 講師 |
|------------|--|--|
| 2/4 (土) | セミナー1 (講義+実技) ひざちゃん体操 ～ひざ、腰、足を守るセルフメンテナンス法～ ひざ痛・腰痛には、立ち方やひざの曲げ方、いすの座り立ちが大きく関わっています。これらの姿勢動作を自分でチェックして修正できるようにし、正しい動作ができるための簡単な運動法をご紹介します。 ～受講者の声～ ・「わかりやすい体操で、日常生活動作の中ですぐに使えそうです」 ・「参考になりました (外反母趾の私にも効果あり!)」 | 黒田 恵美子 一般社団法人 ケア・ウォーキング普及会 代表理事 健康運動指導士 |
| | セミナー2 (講義+実技) 介護予防運動の主役！高齢者さんの気持ち ～高齢者さんの望むプログラムを効果的に伝えるには～ 私は 28 年前フィットネスインストラクターとして高齢者さんと接するチャンスにめぐりあい、今までたくさんの失敗、失礼をして…仕事をしてきました。今までお付き合いくださった高齢者さんの声、思いをこの講座でお伝えしながら、「立つ」動作の身体アライメント確認やエクササイズなどをご紹介します。 ～受講者の声～ ・「実話をもとにした心に響く講義で、指導者としての原点に戻れた気分です」 ・「高齢者の方と接する機会がないので、配慮や声掛け方法など参考になりました」 | 小山内 映子 NPO 法人らくらく健舞隊 理事長 |

◆各資格認定単位数

※1 日分 (2 講座) 分の合計単位数です。
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。

| | |
|---------------|-----------|
| 高齢者体力づくり支援士 | 4.0 単位 |
| 健康運動指導士 | 講義 3.0 単位 |
| 健康運動実践指導者 | 実習 3.0 単位 |
| CSCS・NSCA-CPT | 0.6CEU(A) |
| JAF A/GFI | 6.0 単位 |



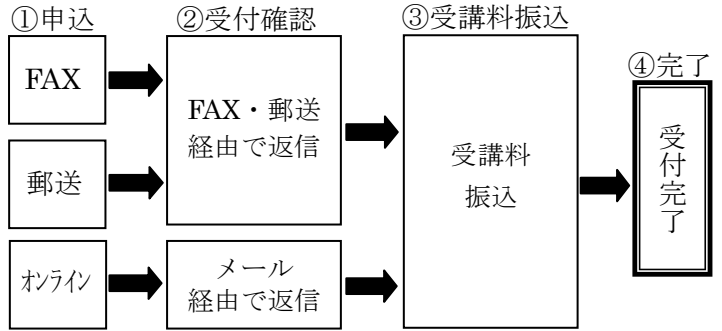
<受講申請書送付・お問い合わせ先>

高齢者体力づくり支援士事務局
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
TEL 03-5858-2100 FAX. 03-5858-2121
受付時間：平日 9:30～17:00 ※(土日祝不可)

◆申し込み方法

- ①FAX・郵送またはオンラインにてお申込みください。
- ②FAX・郵送から受講申請した場合はFAX・郵送経由で、また、オンラインから受講申請した場合はメール経由で返信します（返信時に振込金額を明記します）。
- ③返信を受信（領）後、**1週間以内**に受講料を下記口座までお振込ください。
- ④ご入金確認後、事務局より受講案内を郵送いたします。



<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。

※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い場合は、中止とさせていただきます。
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。



FAX 03-5858-2121

<申込期間:1月5日(木)~1月20日(金)>



受講申請書

※太枠内を全てご記入ください

| | | | |
|---------------------------------------|------------------------------|--------------------------|---|
| 申込日：平成 29 年 月 日 | | | |
| 日程 | ※参加希望欄に☑を付けてください | | 認定単位数 ※本セミナーは下記資格の更新単位認定対象講座です。 ※証明書をご希望の方は、資格登録番号を下記記載欄へ 必ずご記入ください。 ※当日は本人確認のため、必ず資格証をご持参ください。 |
| | 高齢者体力 づくり支援士 7,560 円/日 | 一般 10,800 円/日 | |
| 2/4 (土) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 高齢者体力づくり支援士 4.0 単位 健康運動指導士 講義 3.0 単位 健康運動実践指導者 実習 3.0 単位 CSCS・NSCA-CPT 0.6CEU(A) JAF A/GFI 6.0 単位 |
| 郵送での返信をご希望の方 <input type="checkbox"/> | | | ※振込用紙の送付はございません (郵送の場合、返信に2~3日要します。ご了承ください) |

事務局返信用欄
(受付 NO. 貼付)

| | | | | |
|----------------|---|--|-----------------|------------------|
| フリガナ 氏名 | 性別 | | 男・女 | TEL |
| | 年齢 | | 歳 | () |
| 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： | | ■CSCS・NSCA-CPT： | |
| | ■健康運動実践指導者： | | ■JAF A/GFI： | |
| 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。