

介護の現場ですぐに活かせる 運動指導のキソ



今後ますます高齢者の健康づくりが求められる現在、介護施設の現場にて、明日から高齢者向けの運動指導ができるようになるための実技中心に基礎を学ぶ養成講座です。
高齢者向けの運動指導経験が豊富なふたりが、わかりやすく丁寧に役に立つ内容を熱意をもってお伝えいたします。
基礎をしっかり学び、参加者にとってわかりやすく、安心できる運動指導と一緒に目指しましょう！

4/14(日)

10:00~14:30

- 高齢者の特性とコミュニケーション法
- 下肢の実技と基礎解剖学

4/28(日)

10:00~14:30

- 体幹の実技と基礎解剖学
- 上肢の実技と基礎解剖学

5/12(日)

10:00~16:30

- 高齢者グループ指導方法
- プログラム作成法

5/26(日)

10:00~16:30

- プログラム作成法
- 指導発表
- フィードバック



講師：石井誠（イシイマコト）

こころ・からだ・すこやか体操企画代表・健康運動指導士・介護予防主任運動指導員
<指導歴>15年
<ひとこと>参加者の方が、安心して楽しく受けられる雰囲気づくりを心がけています。

講師：井上春菜（イノウエハルナ）

シニア@プロジェクト代表・健康運動指導士・介護予防主任運動指導員
<指導歴>17年
<ひとこと>参加者との対話を大切に、「みんなが笑顔になる」という想いで活動しています。



参加費

4日間コース 45,000円

会場

よみうり神戸文化センター
(住所) 神戸市中央区栄町通1-2-10
読売神戸ビル7・8・9階
会場へのご連絡はお控えください

こんな方におすすめです

- これから高齢者に運動指導をしていきたい
- 運動指導に必要な身体の基本解剖学を学びたい
- 高齢者の特性とコミュニケーション方法を学びたい
- お客様のやる気を引き出す指導法を学びたい
- グループでの運動指導方法を学びたい
- 運動プログラムの作成方法を学びたい
- 明日から現場で運動指導できるようになりたい

お申し込み方法

こころ・からだ・すこやか体操企画
ホームページの問い合わせフォームより
お申し込みください。

スマートフォン・携帯にて
右のQRコードを読み取り、ご入力ください。



* 質問などございましたら、下記までご連絡ください。
senior.project.mail@gmail.com



【交通手段】各線「元町」駅下車徒歩7分
南京町中央の広場の南側に見える「読売神戸ビル内」