

介護予防運動教室指導者コース

日時：令和6年2月23日（日）10:00～17:00

場所：WSC ヨガ&サロン AMPLE

費用：30,000 円

※NPO 会員は 15,000 円

認定証発行・仕事の紹介（指導者登録込み）

NPO 会員含む年間ボランティア保険込み

■特別ワークショップ開催■

同日 11:30～12:30（60分間）

【足育ヨガ】

参加費 会員様・通常参加 OK!／一般の方 3000 円

- ・介護予防運動、転倒予防の指導が出来るようになります
- ・行政や公的施設において、安心安全の仕事と指導力が増します
- ・登録指導者として仕事を紹介いたします！



◆スケジュール・講師

10:00～12:30

- ☆介護予防教室の流れの作り方
- ☆足育ヨガ実践教室
- ☆マシーンを使わない自体重によるトレーニング
- ☆介護予防における筋力トレーニングとリスクマネジメント

担当講師：福田 美紀子

- ・健康運動指導士
- ・介護予防指導員・インストラクター
- ・ヨガ療法士・インストラクター
- ・NPO 健康介護ホリスティック協会理事・MFA インストラクター



HP 公式サイト <https://hch-a.org/>



12:30~13:30 お昼休憩

13:30~14:40

- ☆高齢者のリスクマネジメント
- ☆低栄養にならない指導
- ☆フレイル等の予防とアドバイス
- ☆高齢者運動コースの指導について



担当講師：山内 紗衣

- 管理栄養士
- DIET CURE などオーダーメイドダイエットサポートなど病院介護、施設等での実績

15:00~17:00

- ☆介護予防教室の作り方と指導の仕方、市町村での活動の仕方
- ☆筋力トレーニング体力評価、身体計測による評価報告

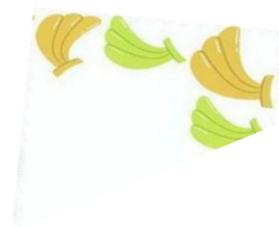
担当講師：古賀 正剛

- 健康運動指導士や指導者を派遣する会社代表
- 介護予防教室、運動ボランティア育成
- 市町村の講師年間 70 本以上
- 運動施設の利用者数 120%アップの運動コーディネーター

☆修了証を発行します。年間ボランティア活動保険と市町村、民間などの仕事の紹介をいたします！



◎振込先 NPO 法人健康介護ホリスティック協会
佐賀銀行 西新町支店 807 2003307
ゆうちょ銀行 17450 32499991
トクヒ) ケンコウカイゴホリスティックキョウカイ



◎駐車場 ツインリッチ有田ビル前 2 台「ヨガスタジオ No.1、No.2」
松尾駐車場「2. 11. 38. 46」(AMPLE より東へ 200m ほど)

©WSC ヨガ&サロン AMPLE HP <https://wscyoga-ample.com/>