

## 第 10 回高齢者健康・体力づくり指導者セミナー開催要項

### 1 目 的

高齢者の健康増進と体力向上に係る指導者を対象に、指導上必要な知識・技能について最新の情報を発信するとともに、研修を通して指導力の向上を図る。

### 2 主 催

岩手県 公益財団法人岩手県スポーツ振興事業団

### 3 後 援

公益財団法人健康・体力づくり事業財団 公益社団法人日本エアロビック連盟

### 4 期 日

平成 29 年 6 月 30 日（金）9 時 50 分～16 時 40 分

### 5 会 場

県営武道館 盛岡市みたけ 3-24-1 TEL019-641-4577

### 6 日 程

9:20 9:50 10:00 12:00 13:15 14:45 15:00 16:30 16:40

受付	開会	講 義	休憩	実習 1	休憩	実習 2	閉会
----	----	-----	----	------	----	------	----

### 7 講 師

講義・実習～ 藤野 恵美 先生～

健康運動指導士、日本健康運動指導士会岩手県支部副支部長

修紅短期大学幼児教育学科非常勤講師

医療法人“溪仁会”おおしまハーティーケアセンターいきいき体操専属講師

公益財団法人日本体育協会公認エアロビック指導員

公益社団法人日本エアロビック連盟普及指導委員会スローエアロビック担当

公益社団法人日本フィットネス協会 GFI（グループエクササイズフィットネスインストラクター）

講 義・・・「認知機能低下予防に軽運動のスローエアロビック」

実 習 1・・・「身近な音楽を使った高齢者向けプログラムの提案」

実 習 2・・・「楽しいスローエアロビックを地域に広めよう！！」

### 8 対 象

- (1) 高齢者の健康づくりを支援する指導者
- (2) 高齢者福祉施設職員等の地域指導者
- (3) 各市町村の健康・体力づくり関連事業担当者・指導者
- (4) 各市町村体育指導委員・体育協会職員
- (5) 指導者の方で参加を希望する方

## 9 募集人数

100名

## 10 参加料

健康運動指導士・健康運動実践指導者 2,000円

一般指導者 1,000円

当日受付にてお支払い願います。

## 11 申込方法

- ・申込用紙をFAXまたはメールに添付してお申し込み下さい。
- ・FAX：019-643-5947
- ・メール：iwa.spo.shinko@gmail.com（件名 セミナー）
- ・申込書提出後、追ってメールにて受付完了のご連絡をいたします。上記メールアドレスを受け取れるように着信拒否を解除して下さい。1週間経っても連絡がない場合は、不達の可能性がありますので、お手数をおかけしますがお問い合わせ下さい。
- ・申込用紙は当事業団ウェブサイト【<http://sposhin.echna.ne.jp>】からダウンロードして下さい。
- ・有資格者、一般参加者共に同じ申込書となります。

## 12 問合せ先

岩手県スポーツ振興事業団 振興課

〒020-0122 盛岡市みたけ 1-10-1 TEL 019-641-1129

## 13 申込期間

平成29年5月22日(月)から6月23日(金)まで(定員になりしだい締め切ります)

## 14 単位取得認定

- ・本セミナーは、「健康運動指導士」「健康運動実践指導者」の更新に必要な単位認定の講習会に認定されています。
- ・講義認定単位について 【講義：120分(2単位) 実習：180分(3単位)】
- ・参加の際は、登録番号・出席確認のため、当日受付にて「健康運動指導士証」または、「健康運動実践指導者証」をご提示願います。受講後、受講証明書を交付いたします。

## 15 その他

- ・実習では、動きやすい服装で参加願います。(更衣室を用意しています)
- ・室内履き、タオル、ドリンク(水分補給)をご用意ください。また、講義も大道場で行う予定となっています。筆記用具の他、メモを取るためのクリップボード等もご用意ください。
- ・当日、けがや体調不良が無いよう事前の体調管理には十分ご配慮願います。