

## 令和3年度 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（申請中）

### 4 日時

令和3年7月2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 TEL 019-641-4577

### 6 日程

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

受付	開会	講義	休憩	実習1	休憩	実習2	閉会
----	----	----	----	-----	----	-----	----

### 7 講師

講義 「健康寿命を延伸するための身体活動 ―座位を減す活動的な生活で介護予防―」

岩手大学人文社会学部人間文化課程 教授 栗林 徹 先生

実習1 「シルバーリハビリ体操の考え方と実際Ⅰ」

実習2 「シルバーリハビリ体操の考え方と実際Ⅱ」

公益財団法人いわてリハビリテーションセンター

機能回復療法部 部長 佐藤 英雄 先生

### 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

2,000円 ※当日、受付にてお支払い願います。

11 申込方法

- ・申込用紙をメールに添付またはFAXにてお申し込みください。  
メール：[iwa.spo.shinko@gmail.com](mailto:iwa.spo.shinko@gmail.com)（件名 セミナー）  
FAX：019-643-5947
- ・申込用紙提出後、追ってメールにて受付完了の連絡を致します。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ください。1週間た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、お問い合わせください。
- ・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ください。
- ・有資格者、一般参加者共に同じ申込書となります。

12 問い合わせ先

岩手県スポーツ振興事業団 総務企画課

〒020-0122 盛岡市みたけ1-10-1 TEL019-641-1129

13 申込期間

令和3年5月24日（月）～6月25日（金）まで **※定員になり次第締め切らせていただきます**

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となります。
- ・講義認定単位について **【講義：120分(2単位) 実習：180分(3単位)】**
- ・当日受付にて、登録番号確認のため、「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。
- ・実習を見学される場合、実習の単位認定ができない可能性がありますので、あらかじめご相談ください。

15 その他

- ・講義、実習とも大道場で行う予定であります。室内履きをご用意ください。
- ・講義の際は、筆記用具の他、メモを取るためのクリップボード等をご用意ください。
- ・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）。また、スポーツタオル、バスタオル（実習用）、水分補給用のドリンクをご用意ください。
- ・セミナーの動画撮影はご遠慮願います。
- ・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。