

## 平成 28 年度 公益財団法人 兵庫県健康財団

### 健康運動指導士・健康運動実践指導者・健康づくり指導者研修会実施要領

- 1 目的 健康運動指導士、健康運動実践指導者、その他健康づくりに携わる指導者等の資質の向上に必要な知識、技術、実習等单位科目を履修・研修させることを目的として実施します。
- 2 主催 公益財団法人 兵庫県健康財団
- 3 対象者 健康運動指導士、健康運動実践指導者の資格を有する者、及び健康づくりの運動指導、保健指導に携わる指導者（保健師、管理栄養士、栄養士、健康づくり運動指導者等）

4 日時テーマ等 平成 28 年 8 月 28 日（日） 9：30～16：40（受付 8:45～9:15）

日 時	テ ー マ	電話申込み期限
平成 28 年 8 月 28 日（日） 9:30 ～ 16:40	再考 ー健康づくりの基本的考え方と健康づくり運動の基本ー	8 月 16 日（火） 15:00 ※8 月 11 日～15 日：休業

- 5 会 場 公益財団法人 兵庫県健康財団  
神戸市兵庫区荒田町 2 丁目 1 - 12 （3 階 特別会議室、会議室）  
※ 更衣室はありません。運動のできる服装でご参加ください。
- 6 定 員 各 30 名  
※ 定員に余裕のある場合は、開催日の前々日 15：00 まで受け付けますのでご連絡ください。
- 7 受講料 10,000 円
- 8 研修内容 公益財団法人 健康・体力づくり事業財団が示す「健康運動指導士養成講習会及び健康運動実践指導者養成講習会カリキュラム」に基づく内容をとします。
- 9 受講証明書 (1) 健康運動指導士、健康運動実践指導者の資格を有する方が受講した場合には、希望により資格登録更新に必要な講習会受講証明書（単位 講義：3.0、実技実習：3.0）を発行します。但し単位別に証明書は発行しません。  
※（公財）健康・体力づくり事業財団に登録更新研修会の単位認定申請中  
(2) 健康運動指導士、健康運動実践指導者以外の健康づくり指導者の単位認定は行いません。
- 10 申込み方法 (1) 電話で受講予約をしてください。  
(2) 受講予約後、速やかに受講申込書に必要事項を記入のうえ、郵送または FAX で送付してください。  
(3) 受講申込の確認ができましたら、受講決定通知書を送付しますので、開講までに指定の銀行へ受講料を入金してください。（入金に関わる手数料はご負担ください。）  
中止の場合は、電話連絡します。  
※ 開講当日、受講料入金を証明できるもの（入金受領証等）をご持参ください。  
※ 申込書の送付または受講料入金が遅れる場合は、事前にご連絡ください。  
※ 勤務先等からの入金の場合は、入金日予定日、入金者名、入金銀行名を事前にお知らせいただくか、受講申込書に明記してください。  
※ 一旦入金された受講料は原則として返金しません。  
※ 領収書の必要な方は、受講申込書に宛名等を明記してください。

11 申し込み、  
問い合わせ先 公益財団法人兵庫県健康財団 健康づくり部 健康づくり課 担当 山口  
〒652-0032 神戸市兵庫区荒田町2丁目1-12  
電話 078(579)0600  
FAX 078(579)1400

12 その他 研修会（講習会）への申し込みに伴って当財団が取得する個人情報、参加者管理  
及び参加者への連絡に利用し、他の目的で利用はいたしません。また、本人の同意  
なく第三者へ提供または委託することはありません。

(公財) 兵庫県健康財団 アクセスマップ



■ 公益財団法人 兵庫県健康財団 健康づくり部 健康づくり課

〒652-0032 神戸市兵庫区荒田町2丁目1番12号

研修会当日の電話番号

078-579-0600

平成 28 年度 公益財団法人 兵庫県健康財団

健康運動指導士・健康運動実践指導者・健康づくり指導者研修会

カリキュラム

8月28日(日) テーマ 再考 ―健康づくりの基本的考え方と健康づくり運動の基本― 会場 (公財) 兵庫県健康財団 神戸市兵庫区荒田町 2-1-12 (Tel078-579-0600)		
時 間	内 容	講 師
9:30~11:00	<p><b>講義：姿勢評価に基づいたアプローチ法</b> ― 可動性、筋力、協調性 ―</p> <p>日常生活動作の改善や運動における障害予防の基礎となる姿勢の評価を実践し、その評価に基づいた可動性、筋力、協調性についてのアプローチを実践する。局所の問題が全身の運動連鎖に関わってくることを再認識するきっかけになればと考える。</p>	石井規之 氏 (大阪リゾート&スポーツ専門学校教員)
11:10~12:40	<p><b>実技・実習：姿勢評価に基づいたアプローチ法</b> ― 可動性、筋力、協調性 ―</p> <p>日常生活動作の改善や運動における障害予防の基礎となる姿勢の評価を実践し、その評価に基づいた可動性、筋力、協調性についてのアプローチを実践する。局所の問題が全身の運動連鎖に関わってくることを再認識するきっかけになればと考える。</p>	
13:30~15:00	<p><b>講義：日常生活活動能力の保持増進を図るための身体活動（生活活動、運動）の理論</b></p> <p>日常生活活動能力を「垂直方向への移動」、「水平方向への移動」、「足の操作性」、「手の操作性」、「バランス」、「姿勢の維持」に分けて、エビデンス（科学的根拠）に基づいた身体活動プログラムの講義（理論）を行います。</p>	亀澤徹郎 氏 (公益財団法人 兵庫県健康財団健康づくり部参与)
15:10~16:40	<p><b>実技・実習：日常生活活動能力の保持増進を図るための身体活動（生活活動、運動）</b></p> <p>日常生活活動能力を「垂直方向への移動」、「水平方向への移動」、「足の操作性」、「手の操作性」、「バランス」、「姿勢の維持」に分けて、エビデンス（科学的根拠）に基づいた身体活動プログラムの実技・実習を行います。</p>	

受講に際してのご注意

- ・必ず1階ロビー受付で受講手続きを済ませてください。
- ・1階、2階健診区域、研修会に関係のない区域への立ち入りはご遠慮ください。
- ・研修会場以外の区域での昼食はご遠慮ください。
- ・会場建物外へ昼食や所用等で出られる場合は、事業担当者へご連絡ください。

送付先 公益財団法人 兵庫県健康財団 健康づくり部宛 (FAX 078-579-1400)

平成 28 年 公益財団法人 兵庫県健康財団

健康運動指導士・健康運動実践指導者・健康づくり指導者研修会

平成 28 年 8 月 28 日 (日) 開催 会場 : 公益財団法人 兵庫県健康財団

## 受 講 申 込 書

※ = 必 須

※電話予約日	平成 28 年 月 日	
※フリガナ		性別
※受講者氏名		男・女
※連絡先	※ 勤務先をご記入の場合は、 <u>勤務先名称、所属部署</u> を必ずご記入ください。 〒 -	
※どちらかに○	TEL ( ) -	
・自宅	日中の連絡先 ( ) -	
・勤務先	FAX ( ) -	
	E-mail (携帯電話不可)	
職 種	・ 保健師 ・ 看護師 ・ 管理栄養士 ・ 栄養士 ・ 医療従事者 ( ) ・ 健康づくり施設指導者 ・ 公的機関認定指導者 ( ) ・ 健康づくり運動指導者 ・ 教員 ( ) ・ その他 ( )	
資 格	健康運動指導士	健康運動実践指導者
登録番号		
領 収 書	・要 宛名: ・不要	
その他通信欄		

送付、問合せ先 公益財団法人兵庫県健康財団 健康づくり部 健康づくり課 担当 山口  
〒652-0032 神戸市兵庫区荒田町2丁目1-12  
電 話 078-579-0600 / FAX 078-579-1400