

ワンランク上の理論と指導法!

一流講師陣による、  
高齢者運動指導について  
学ぶ2日間。高齢者の運動  
実践について集中的に  
学んでワンランクアップ  
した指導者を目指します。

キャリアアップのための登録更新講習会

30th  
Since 1987  
日本を健康にして30年

# 高齢者運動指導 エクセレンスセミナー

高齢者運動指導の多角的アプローチを学ぶ



受講者には  
「健康福祉運動指導者」  
の称号を付与\*

このセミナーは、高齢者の運動指導を安全で効果的にキメ細かく支援するための知識や技術を学び、高齢者の運動指導に関するハイレベルなセミナーを受講した証として、内閣府認定の公益社団法人である当協会会員へ\*「健康福祉運動指導者」の称号を付与しています。

「健康福祉運動指導者」はJAFAsの登録商標であり、高齢者へ運動指導する場合には、この称号が役立ちます。

日程 2018年1月18日(木) 19日(金)

定員 40名 ※定員になり次第受付終了

会場 アクション福岡  
(福岡県福岡市)

福岡に  
集まろう!

受講料 (税込) 30,000円  
(JAFAs会員 25,000円)

講師 藤崎道子 ● JAFAs / GFIディレクター・エグゼクティブ  
渡邊裕也 ● 同志社大学スポーツ健康科学部助教  
芝崎美幸 ● 健康運動指導研究所FITPLUS代表

※この機会に新たに入会いただく場合は、会員価格受講料のほかに今年度分の年会費(1月入会として3,750円)が必要です。

## セミナーカリキュラム

1月18日(木)		1月19日(金)	
10:00～ 12:00 (実習)	グループ指導における転倒予防のための レジスタンス運動のバリエーションと軽減法 藤崎道子	9:30～ 11:00 (講義)	運動指導者が知っておくべきサルコペニア・フレイルの基礎知識 渡邊裕也
		11:10～ 12:40 (講義)	実践的なサルコペニア・フレイル対策の提案 ～筋発揮張力維持スロー法を取り入れたプログラムの紹介～ 渡邊裕也
13:00～ 15:00 (実習)	グループ指導における機能改善のための ストレッチ運動のバリエーションと軽減法 藤崎道子	13:40～ 15:10 (実習)	口腔機能からアプローチする介護予防Ⅰ ～咬合力アップとすてきな笑顔のために～ 芝崎美幸
		15:20～ 16:50 (実習)	口腔機能からアプローチする介護予防Ⅱ ～全身運動と共に～ 芝崎美幸

### 称号の有効期間と継続方法

「健康福祉運動指導者」の有効期間は、「高齢者運動指導エクセレンスセミナー」を初めて受講してから2年間です。有効期限内に1回以上同セミナーを受講して、称号を継続してください。詳細は、JAF Aウェブサイトをご参照ください。

### 申 込 要 綱

#### 1. インターネット申込

下記のページへアクセスし、「申し込みフォーム」からお申し込みください。

JAF Aウェブサイト(www.jafanet.jp)

⇒セミナー・イベント⇒登録更新講習会／高齢者運動指導エクセレンスセミナー

※パソコンもしくはスマートフォンからアクセスしてください。

※ウェブサイトから申し込みできない方、メールアドレスをお持ちでない方は、ご相談ください。



#### 2. 受講料のお振り込み (受付確認のメール受信後5日以内)

お振り込みの際、振込人名義の先頭に予約受付番号(受付確認メールでお知らせします)を入力してください(例:1234キョウカイハナコ)。

※振込手数料はご負担ください。

※企業や団体名等、受講者のお名前以外でお振り込みされる場合は事前にお申し出ください。

※上記期限を過ぎてもお振り込みが確認できない場合は、キャンセルとさせていただきます。

※受講料お振り込み後の払い戻しはできません。

**受講料：税込 30,000円 (JAF A会員 25,000円)**

振込先 三井住友銀行 神田支店 当座 262856  
口座名：公益社団法人日本フィットネス協会

#### 3. 受講票

開催の約1週間前に、ご登録いただいたメールアドレスに、講習会当日の案内を記載した受講票メールをお送りします。当日、受講票をプリントアウトするか、メールの受信画面をご用意してご来場ください。

※開催日3日前になっても受講票メールが届かない場合は、当協会までご連絡ください。

※銀行振込控えは、受験票メールと併せることで、領収証に代わるものとして認められていますので、必ず保管してください(領収証のご郵送はいたしません)。

#### ● 単位について (2日間の合計)

健康運動指導士	講義 3.0
健康運動実践指導者	実習 7.0
JAF A/GFI	10.0
ACSM/EP-C	3.0

#### ● 写真・動画・音声の記録について

当協会主催講習会では、写真や動画、音声等の各種媒体への記録を固くお断りしています。ただし、主催者(当協会事務局)及び、主催者が許諾した場合は、この限りではありません。その写真や映像は、当協会の広報・広告等に使用されることがありますので、予めご了承ください。

#### ● 個人情報の取り扱いについて

お客様の個人情報は、当協会内で、厳重に管理いたします。お客様の個人情報は、受講票の発送などの事務処理に使用するほか、統計処理により今後の研修会等の参考とさせていただきます。なお、今後DM等で研修会等の催し・その他の告知をさせていただくことがあります。

#### 開催会場 アクション福岡

〒812-0852

福岡市博多区東平尾公園2丁目1番4号

#### ● 博多バスターミナルから

14番乗り場から 37・38・39・39-Bのバスで約20分(月限団地 経由) アクション福岡前下車

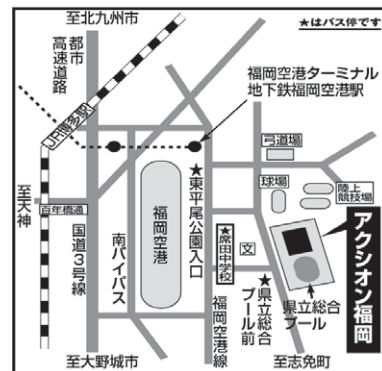
#### ● 福岡空港から

地下鉄4番出口 福岡空港前バス停から 37・38・39のバスで約7分(月限団地 経由) アクション福岡前下車※38については、月～金のみ運行

#### ● 開催当日連絡先 090-1054-3683

#### ● 持ち物

受講票(メールのプリントアウト、または受信メール画面の提示)、筆記用具、JAF A会員カード(会員の方のみ)、各資格カード(単位取得希望のもの)、その他は受講票メールでご案内します。



お気軽にお問い合わせください。

公益社団法人 日本フィットネス協会

〒136-0071 東京都江東区亀戸1-8-7 飯野ビル5F

TEL: 03-5875-1035 FAX: 03-5875-1057

この機会にJAF Aの会員になりませんか? たくさんの特典があります。

どなたでも会員になれます。入るだけで社会貢献をしたことになります。

受講や入会のお申し込みは

JAF A

検索

入会金無料  
キャンペーン  
実施中!