

ACSM (アメリカスポーツ医学会) CECセミナー2016

横浜で
ブラッシュアップ!

2016年10月27日(木) 28日(金)

会場：横浜市スポーツ医科学センター
(神奈川県横浜市港北区/日産スタジアム内)

10月27日(木)	
9:30~11:30	脳フィットネスを高める楽しい軽運動プログラム-SPARTS- 筑波大学体育系・ヒューマン・ハイ・パフォーマンス先端研究センター長 教授 征矢英昭
12:30~14:30	サーカディアンリズムと運動 兵庫県立大学看護学部教授 柴田真志
14:40~16:40	自律神経系へのアプローチ～運動と音楽の融合～ 帝京大学医療技術学部スポーツ医療学科助教 小川佳子
16:50~18:20	やってはいけないストレッチ～ストレッチの「常識」を再考する～ スポーツ&サイエンス代表 坂詰真二
10月28日(金)	
9:30~11:30	脳の構造と脳の活性化がもたらす健康効果～脳神経外科医が語る脳フィットネスの有効性～ 昭和大学名誉教授(脳神経外科) 藤本司
12:30~14:30	学術的に「正しい」若い体の作り方～なぜあの人だけが老けないのか?～ 近畿大学生物工学部准教授 谷本道哉
14:40~16:40	副交感神経に作用するサウンドワールド～運動指導者の音楽の選択～ 埼玉医科大学保健医療学部教授・大学院医科学教授 和合治久
16:50~18:20	サプリメントと身体活動 Update～糖化・酸化・フレイル・認知症をふまえて～ 東海大学医学部客員教授 久保明

主催：公益社団法人 日本フィットネス協会 (JAFA)

〒113-0033 東京都文京区本郷2-8-3天野ビル4F TEL03-3818-6939

ACSM/EP-C とは

EP-Cは、ACSM（アメリカスポーツ医学会）が認定するヘルスフィットネスの指導者です。健康な人々と、合併症がなく医学的にコントロールされていて一人で身体活動を行う許可を得ている患者に対して、健康的な生活習慣行動を取り入れ維持するサポートをするために、プログラム参加前の健康スクリーニングを実施し、体力の測定評価を行い、その結果を解釈し、運動処方を作成し、行動変容と動機づけの戦略を適用します。医学的にコントロールされた疾患を持つ人々を相手に仕事をすることによって、パーソナルトレーニングをより高いレベルで学び、エクササイズ前の健康リスクアセスメントを実施し体力測定評価を行うために必要な知識をマスターしています。また、健康的な生活習慣行動の採用と維持においてクライアントをサポートするために、別の健康に関するタスク（職務、事業）に注力することもあります。

本セミナーは年に一度のハイレベルなセミナーです。講師陣には毎年その分野における第一人者が名を連ね、フィットネスを多角的に掘り下げます。もちろんEP-C以外の方でも受講は可能です。

受講料

	両日	各日
一般	30,000円	16,000円
ACSM/EP-C有資格者	27,000円	14,500円
JAF A会員	20,000円	11,000円

取得可能教育単位

	各日
JAF A/GFI	8.0単位
ACSM/EP-C	7.5ポイント
健康運動指導士・ 健康運動実践指導者	講義7.5単位
NSCA（予定）	0.75（カテゴリーA）

後援：公益財団法人健康・体力づくり事業財団
健康日本21推進全国連絡協議会



会場案内

横浜市スポーツ医科学センター



〒222-0036
横浜市港北区小机町3302-5
(日産スタジアム)

■駐車場■

日産スタジアム内
「新横浜公園第1駐車場・第2駐車場」
*駐車場のご案内につきましては
日産スタジアムのホームページで
ご確認ください。
*料金 2時間/400円
(超過30分ごとに100円加算)
*営業時間 7:00~22:00

■電 車■

JR横浜線・東海道新幹線「新横浜駅」北口下車徒歩15分
横浜市営地下鉄「新横浜駅」下車8番出口
(日産スタジアム方面) 徒歩15分
JR横浜線「小机駅」下車徒歩15分

■バ ス■

新横浜駅 (JR・横浜市営地下鉄)、仲町台駅
(横浜市営地下鉄) からの場合→横浜市営バス (300系統)
新横浜駅 (JR・横浜市営地下鉄)、
綱島駅 (東急東横線)、新羽駅
(横浜市営地下鉄) からの場合→東急バス (72系統)
新横浜駅 (JR・横浜市営地下鉄)、溝の口駅
(東急田園都市線) からの場合→東急バス (直行)
*横浜市営バス、東急バス共、バス停は
「日産スタジアム前」です

申込方法

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。
※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。

JAF Aウェブサイト (www.jafanet.jp) ⇒ セミナー・イベント ⇒ ACSM ⇒ CECセミナー

受講票

開催の約1週間前、ご入力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。

※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。
※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。

受講料振込方法

- ・受付確認のメール受信後5日以内に受講料をお振り込みください。
- ・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のでご了承ください。

●写真・動画・音声の記録について

JAF A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 (JAF A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、JAF A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、公益社団法人 日本フィットネス協会内で、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。

受講のお申し込みはウェブサイトの
専用フォームへアクセス!

JAF A

検索

健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新手続きについて

- ★登録期間 (5年) 内に登録更新に必要な単位を履修してください。
 - ・健康運動指導士 / 20単位以上 (実習5単位以上含む)
 - ・健康運動実践指導者 / 10単位以上 (実習5単位以上含む)
- ★受講証明書は、登録更新の時期までご自身で大切に保管してください。(再発行には手数料がかかります) 登録更新のご案内 (必要な申請書類等) は有効期限の2ヶ月前に郵送させていただきますので、有効期限満了日の1ヶ月前までにお手続きください。
- ★基礎講座についての詳細は右記へお問い合わせください。
- ★同一内容の講習会を複数回受講しても取得単位として認められませんのでご注意ください。

●登録更新手続きについて
ご不明な点は、
(公財)健康・体力づくり事業財団
指導者養成部
TEL 03-6430-9115

■開催当日連絡先: 090-1054-3683 ■持ち物: (各回共通) 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) もしくは身分証明書。その他は受講票メールでご案内します。