

【共 催】公益財団法人フィットネス21事業団 / 健康科学ビジネス推進機構
 【協 力】株式会社デザート / ソフトプラティカ株式会社
 【後 援】大阪府 / 京都府 / 兵庫県 / 大阪市

『 ohsbi健康運動セミナー 2018_Winter 』開催のご案内

《 主旨 》 本講習会は、健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な単位を履修するとともに、健康づくりに従事される専門職の方々の資質向上とスキルアップを目的とした講習会です。

- 日 時 2018年2月24日(土) / 25日(日) ※二日間のセミナーです
 24日(土)-9:00~17:10 / 25日(日)-9:00~18:10 [受付開始-8:30より]
- 会 場 **デザート大阪オフィス**
- 定 員 100名 (各日定員になり次第締め切ります)
- 参加費 二日間通し18,000円 税込
 一日のみ 10,000円 [各日とも] 税込
- 対象者 健康運動指導士/健康運動実践指導者
 各種専門職の方(保健師/看護師/管理栄養士等)

【会場のご案内】
 株式会社デザート 大阪オフィス
 〒543-8921 大阪市天王寺区堂ヶ芝1-11-3



※本講習会について:健康運動指導士、健康運動実践指導者の登録更新に必要な履修単位として二日間の単位(合計15単位)が認められます。
 第一日目:講義(2単位)+実習(5単位)【認定番号:176636】 / 第二日目:実習(8単位)【認定番号:176637】

第一日 2月24日(土)

9:00~12:00

実習*

『 転倒予防のための機能改善体操 』

*【協力】NPO法人日本Gボール協会 【協賛】株式会社ギムニク

(内容)小さなボールを使って、身体を「ほぐす」「支える」「動く」というステップを踏んだボディキネシス®というエクササイズをご紹介します。
 転倒予防の観点から空間認知機能にアプローチしたコーディネーションは、グループワークやコミュニケーションづくりに楽しいエクササイズです。
 後半は様々な脳-神経系にアプローチするエクササイズをご紹介します。



【講師】尾陰 由美子

Yumiko Okage
 ◇有限会社アクトスペース企画 代表取締役
 ◇NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会 会長

13:00~15:00

講義

～スポーツ現場に学ぶPEP TALK～ 『 指導現場におけるコミュニケーション術 』

(内容)これから本番(試合)に向かう選手に対する励ましの言葉をペブトーク(PEP TALK)といいます。負けやミスイメージする言葉を使わないのが、その特徴です。指導の現場ではとかくアラ探しをしてしまいがちですが、何ができていいのか、どうすれば良くなるのか、前向きな指導もできるはず。そんなコミュニケーション術と一緒に考えるセッションです。



【講師】岩崎 由純

Yoshizumi Iwasaki
 ◇日本ペブトーク普及協会 代表理事
 ◇日本コアコンディショニング協会 会長
 ◇トレーナーズスクエア株式会社 代表取締役
 ◇NECレッドロケッツ・コンディショニングアドバイザー

15:10~17:10

実習

『 ストレングストレーニング 』

(内容)ストレングストレーニングと言っても、競技力の向上から健康増進まで、目的に応じて様々な方法が存在します。今回は主要部位の基本的な種目の注意点および指導法について実技を交えながらご紹介いたします。



【講師】若森 真樹

Maki Wakamori
 ◇医療法人貴島会ダイナミックススポーツ医学研究所 副所長
 ◇健康運動指導士
 ◇元全日本女子バレーボールトレーナー

第二日 2月25日(日)

9:00~12:00

実習

～プロに学ぶ基礎から実践～ 『 タイ古式パートナーストレッチ 』

(内容)タイ古式マッサージは700年以上の歴史が、タイでは国家資格として認定されています。マッサージ・整体・ストレッチの融合された技が、筋力リリースを可能にします。今回はパートナーストレッチの概念を根底から変える説得力と、そのテクニックをご紹介します。人の体に携わるものとしてのステップアップを約束する、かけがえのない時間になると思います。



【講師】田中 満

Mitsuru Tanaka
 ◇日本コアコンディショニング協会認定A級講師 / マスタートレーナー
 ◇NESTA JAPAN 理事
 ◇グレイシー柔術 認定インストラクター
 ◇日本タイ古式マッサージ協会認定 シニアトレーナー
 ◇有限会社LOHAS 代表取締役

13:00~15:00

実習

～運動指導者に役立つ～ 『 下肢スポーツ障害に対するリハビリテーション 』

(内容)整形外科クリニック内において、理学療法士が行っている下肢スポーツ障害に対するリハビリテーションについて、実習を交えながら解説します。運動指導者として役立つ下肢の解剖学的特徴や手術法などを踏まえたリハビリのポイントをお伝えします。



【講師】林 慈晃

Shigeaki Hayashi
 ◇医療法人貴島会 ダイナミックススポーツ医学研究所
 ◇理学療法士

15:10~18:10

実習

～体験！マインドフルネス～ 『 マインドボディフィットネス® 』

(内容)マインドフルネスとは「今」の自分を客観的に捉え、心を整える考え方や方法とされています。マインドボディフィットネス®では「今」の身体の状態を感じる過程を大切にします。自己観察過程では筋緊張を揺らぎのエクササイズ「フロー」で緩め、自己表出過程でストレスを振り払う開放感を味わい、精神調整過程の瞑想へと進みます。好奇心いっぱいでお過ごし下さい。



【講師】梅田 陽子

Yoko Umeda
 ◇トータルフィット株式会社 代表取締役
 ◇健康運動指導士
 ◇日本心理学会 認定心理士
 ◇日本スポーツ精神医学会 認定メンタルヘルス運動指導士
 ◇日本体力医学会 評議員

【参加申込書】

『ohsbi健康運動セミナー 2018_Winter』

必要事項をご記入の上、① Fax または郵送 ② メール にてお申込みください。

① Fax ⇒ 06-4963-3107

② E-Mail ⇒ followup@ohs-net.jp (事務局宛)

参加希望日	※□欄にチェックを入れてください		
	<input type="checkbox"/> 二日間通し《18,000円》	<input type="checkbox"/> 2月24日(土)《10,000円》	<input type="checkbox"/> 2月25日(日)《10,000円》
ふりがな			
お名前	男 / 女	※登録番号をお持ちの方	①
		①健康運動指導士	
		②健康運動実践指導者	②
ご住所 (受領証送付先)	<input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 会社		
TEL (携帯)	FAX		
ご勤務先 (所属部署)	その他 保有資格		
E-Mail	※メールの誤送信を防ぐため、大きくはっきりとお書きください。 ※数字のゼロは「0」、アルファベットのオーは「O」でお書きください。 ※-(ハイフン)と_(アンダーバー)を区別するために、アンダーバーは下の点線に重ねてお書きください。		

《申込方法と受講決定について》

(申込方法) 「参加申込書」にご記入の上、FAXか郵送、E-Mailにて、お送りください。

お電話による申込は受付ておりませんのでご了承ください。

(受講決定) 受付完了のご連絡後、2週間以内に下記口座へ『受講者名』でお振込みください。※振込手数料はご負担願います。

お振込完了後、事務局より「受講証」をご送付致します。到着まで2週間程度お待ちください。

《銀行振込》	三井住友銀行 大阪中央支店 普通 8415108
口座名(漢字)	健康科学ビジネス推進機構 代表理事 阿部孝次
(カナ)	ケンコウカガビジネススイシンキョウ ダイエイコウリジ アベタカツク

【ご注意】 銀行振込の場合、領収書は発行致しませんので必要な場合はご連絡ください。

キャンセルは、開催1週間前迄にご連絡頂ければ、振込手数料を引いてご返金致します。

【個人情報の取り扱いについて】

✓ご記入内容は、お申込みに係る書類等の送付やご連絡、健康科学ビジネス推進機構からの活動等のご案内に利用いたします。

✓個人情報は、個人情報保護に関する方針に従い、必要な安全管理措置を行いお取り扱いいたします。

✓健康科学ビジネス推進機構の個人情報保護(プライバシーポリシー)については下記サイトをご確認ください。

【<http://ohs-net.jp/privacy/>】 Copyright (c) 健康科学ビジネス推進機構(KANSAI Health Science Network.) All rights reserved.

【お問い合わせ先】 健康科学ビジネス推進機構 <http://ohs-net.jp>

〒541-0043 大阪市中央区高麗橋3-3-11 淀屋橋フレックスタワー5階 北浜グローバル経営株式会社内

TEL: 06-4963-3108 人材育成事務局 鋤納(すきの)/小島(おじま) E-Mail: followup@ohs-net.jp