

# 介護予防運動指導員



## 養成講座



(地独)東京都健康長寿医療センター認定



本講座の「介護予防運動指導員」は、高齢者の運動機能・認知機能・口腔機能向上・筋力トレーニングなどの介護予防サービスを効率よく安全に指導するスペシャリストを養成するものです。

(地独)東京都健康長寿医療センターが、長年にわたり研究開発したプログラム・テキストを使用して講義と実技を行い、当協会の介護予防主任運動指導員が担当いたします。

このプログラムを修了され資格を取得された方達は、現在全国で約3万人の修了者が介護の現場で活躍しています。

**開催日** 第6回:令和3年9月4日(土)~10月2日(土)

第7回:令和4年1月15日(土)~2月5日(土)

各回とも全5日間

主催:公益財団法人横浜市スポーツ協会

## 1 講座目的

超高齢者社会を迎える現代では、高齢者が日常生活をより充実させ、住みなれた場所で安心して暮らせる地域づくりは、「健康寿命延伸」には欠かせないもののひとつであります。

本講座「介護予防運動指導員」は、(地独)東京都健康長寿医療センターが、長年にわたり研究開発したプログラム・テキストを使用して、高齢者の運動・認知・筋力トレーニングなどの介護予防サービスを効率よく安全に指導し「地域を支える(育てる)」環境を整えていくスペシャリストを養成する講座です。



## 2 募集人数：16名（最少催行人数：6名）募集人数になり次第、締め切ります

(1) 申込み用紙の提出後、当協会にて確認のうえ、手続に関して通知いたします。

## 3 受講対象条件・区分

医師、歯科医師、薬剤師、臨床検査技師、保健師、助産師、看護師、准看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、社会福祉士、介護福祉士、歯科衛生士、按摩マッサージ師、鍼灸師、柔道整復師、栄養士（管理栄養士含む）、介護支援員、健康運動指導士・健康運動実践指導者、各種フィットネス系有資格者（ヘルスケアトレーナー、ヘルスケアリーダー、スポーツプログラマー、競技別指導者等）、訪問介護職員2級以上（実務経験2年以上）、介護職員基礎研修過程修了者、介護職員初任者研修修了者（実務経験2年以上）、介護職員実務者研修修了者

\* 上記国家資格養成校卒業見込みかつ資格取得見込みの方

(1) 対象A：上記有資格者で、横浜市スポーツ人材活用システム登録者及び横浜姿勢・歩行運動指導員認定登録者

(2) 対象B：上記有資格者

(3) 対象C：上記有資格者で、かつ同一会社・団体から同一回に2名以上の申込者

## 4 会場

会場A：横浜市スポーツ協会地下会議室 横浜市中区尾上町6丁目81番地ニッセイ横浜尾上町ビル

検索 [横浜市スポーツ協会 アクセス](#)

会場B：横浜市緑スポーツセンター 横浜市緑区中山1-29-7

検索 [横浜市緑スポーツセンター アクセス](#)

会場C：横浜市神奈川スポーツセンター 横浜市神奈川区三ツ沢上町11-18

検索 [横浜市神奈川スポーツセンター アクセス](#)



## 5 講座日程

■A/横浜市スポーツ協会 ■B/横浜市緑スポーツセンター

■C/横浜市神奈川スポーツセンター

| 第6回 | 会場 | 日時          |            | 第7回 | 会場 | 日時           |            |
|-----|----|-------------|------------|-----|----|--------------|------------|
| 1日目 | A  | 令和3年9月4日(土) | 9:00~17:00 | 1日目 | A  | 令和4年1月15日(土) | 9:00~17:00 |
| 2日目 | A  | 9月11日(土)    | 9:00~17:30 | 2日目 | A  | 1月22日(土)     | 9:00~17:30 |
| 3日目 | B  | 9月13日(月)    | 9:00~17:30 | 3日目 | C  | 1月24日(月)     | 9:00~17:30 |
| 4日目 | A  | 9月25日(土)    | 9:00~17:00 | 4日目 | A  | 1月29日(土)     | 9:00~17:00 |
| 5日目 | A  | 10月2日(土)    | 9:00~15:00 | 5日目 | A  | 2月5日(土)      | 9:00~15:00 |

※日程により会場が異なります、お間違えないように注意してください。

## 6 受講料（税込）※傷害保険料・テキスト代・登録料込

受講対象A：70,000円 対象B：77,000円 対象C：同じ会社・団体に2名以上

※対象C：同じ会社・団体に同じ開催回に、2名以上の申し込みの場合は参加料から御一人5,000円割り引きます。

## 7 申込方法 ※期限必着 郵送またはFAX。

①横浜市スポーツ協会ホームページ内応募フォームより申込。

②所定の申込書に必要事項を記入の上、資格証明書の写しと一緒に下記期日までにお申込ください。

第6回：令和3年8月13日（金）、第7回：令和3年12月10日（金）まで

※受講対象Dの場合は一括でお申し込みください。

※受講料納入については、受付後の通知を確認の上手続きください。

※申込書のコピーは当協会ホームページからダウンロードしてご記入ください。

協会HPはこちら



## 8 講座修了後の認定について

(1) 講座全日程終了後、修了試験実施をします。

試験は原則として、全日程（講義・演習）を履修することが必要となります。

(2) 修了試験に合格した方

修了試験に合格した方は（地独）東京都健康長寿医療センターより、「介護予防運動指導員」として認定・登録されます。（登録料は発生しません）

## 9 講師・講座内容

講師：公益財団法人横浜市スポーツ協会所属 介護予防主任運動指導員他

| 科目（講座）名                       | 形式/時間       | 内 容   |
|-------------------------------|-------------|---|
| 老年学                           | 講義 0.75     | 老年学の概要                                      |
| 介護予防概論                        | 講義 0.75     | 介護予防の概要と介護予防が目指す社会の変化                       |
| 地域づくりによる介護予防                  | 講義 0.75     | 地域づくりによる介護予防の意義と専門職の役割                      |
| 高齢者の社会参加と介護予防                 | 講義 0.75     | 社会参加が健康に及ぼす影響                               |
| 介護予防・日常生活支援総合事業と介護予防コーディネーション | 講義 0.75     | 介護予防コーディネーションと介護予防事業評価の概要                   |
| 行動科学特論                        | 講義 0.75     | 行動科学の概要と健康行動の定着を促す具体的な手法                    |
| 介護予防評価学特論・実習                  | 講義1.5/実習1.5 | 介護予防評価の概要と評価法の習得                            |
| 介護予防統計学                       | 講義 1.5      | データの種類の区別と基本的な検定方法                          |
| リスクマネジメント                     | 講義 1.5      | リスクマネジメントの概要と対処法                            |
| 高齢者筋力向上トレーニング特論・実習            | 講義1.5/実習4.5 | 高齢者における筋力向上トレーニングの概要と包括的高齢者運動トレーニングプログラムの習得 |
| 転倒予防特論・実習                     | 講義1.5/実習1.5 | 転倒予防の概要と転倒予防プログラムの習得                        |
| 尿失禁予防特論・実習                    | 講義1.5/実習1.5 | 尿失禁予防の概論と尿失禁プログラムの習得                        |
| 高齢者の栄養改善活動特論                  | 講義 1.5      | 高齢者栄養改善活動の概要と栄養改善プログラムの習得                   |
| 口腔機能向上特論・実習                   | 講義1.5/実習1.5 | 高齢者の口腔機能の概要と口腔機能向上プログラムの習得                  |
| フレイル・サルコペニア予防特論               | 講義 0.75     | フレイル・サルコペニアの概要と予防法                          |
| 認知症予防特論・実習                    | 講義1.5/実習1.5 | 認知症予防の概要と認知症予防プログラムの習得                      |
| うつ・孤立・閉じこもり予防特論               | 講義 0.75     | 高齢期のうつと社会的孤立、閉じこもりの概要                       |
|                               | 合計 31.5     |   |

## 10 申し込み・問合せ

公益財団法人横浜市スポーツ協会 スポーツ事業課

〒231-0015 横浜市中区尾上町6-81 ニッセイ横浜尾上町ビル（営業時間：平日9:00～17:00）

TEL/045-640-0014 FAX/045-640-0024 平日9:00～17:00

# 介護予防運動指導員養成講座 申込書

令和3年 月 日記入

希望回に○印 第6回 ・ 第7回

※印必須

|                          |          |    |   |
|--------------------------|----------|----|---|
| ※ふりがな                    |          | 性別 |   |
| ※氏名                      |          | 男  | 女 |
| ※生年月日                    | 西暦 年 月 日 |    |   |
| ※住所                      | 〒        |    |   |
| ※連絡先電話番号                 | ( )      |    |   |
| 勤務先/所属<br>(※受講対象Cは必須)    |          |    |   |
| ※E-mail<br>(正確に記入してください) |          |    |   |
| 活動内容(種目等)                |          |    |   |
| 活動場所<br>市・区等予定含む         |          |    |   |

※該当する条件・資格を○印、チェック、または記入してください

|             |                |   |     |
|-------------|----------------|---|-----|
| ※受講対象<br>条件 | 対象A 登録区        | 区 | 対象B |
|             | 対象C 同時申込者氏名( ) |   |     |

## ※有資格

- 医師 歯科医師 薬剤師 臨床検査技師 保健師 助産師 看護師 准看護師 理学療法士  
作業療法士 言語聴覚士 社会福祉士 介護福祉士 精神保健福祉士 歯科衛生士  
按摩マッサージ師 鍼灸師 柔道整復師 栄養士(管理栄養士含む)  
健康運動指導士 健康運動実践指導者  
介護職員基礎研修過程修了者 訪問介護職員(2級以上・実務経験2年以上) 介護職員実務者研修修了者  
介護職員初任者研修修了者(実務経験2年以上) 介護支援員

その他フィットネス関連資格名( )

次の「個人情報の取り扱いについて」をよくお読みいただき、同意いただける方はお申し込みください。

### ●個人情報の取り扱いについて

PMS文書番号Baf16001-1

①事業者の名称:公益財団法人横浜市スポーツ協会

②個人情報保護管理責任者:同協会事務局長

③個人情報の利用目的:ご記入いただいた個人情報は、当事業の応募者整理と応募者への連絡、参加申込手続(受講料金振込確認)、保険加入手続、講座内のすみ分け、講座内の班編成、資格申請更新等手続、認定手続、講座修了の報告、修了者が活動する上で必要な情報や指導・事業協力依頼の発送等に利用します。

④個人情報の第三者利用について:ご記入いただいた個人情報は、講習会の構成や受講状況の把握・報告、資格更新等手続きのために、資格を付与を行う第三者機関への情報を提供します。

⑤個人情報の開示及び問い合わせ:当協会が保有する個人情報の利用目的の通知・開示・内容の訂正・追加または削除・利用の停止・消去及び第三者への提供の停止に応じる窓口は⑦の問合せ先と同じです。

⑥個人情報を提供いただけない場合の取り扱い:必要事項をご記入いただけない場合、事業に参加できない場合があります。

⑦当協会の個人情報取り扱いに関する苦情・相談等の問合せ先:総務部総務課 電話045-640-0011 FAX045-640-0021

## 講座申込問合せ

〒231-0015 横浜市中区尾上町6-81ニッセイ横浜尾上町ビル

公益財団法人横浜市スポーツ協会 スポーツ事業課 TEL:045-640-0014 FAX:045-640-0024