

健だま運動指導員養成研修 カリキュラム

	日 付	時 間	講 習 内 容		会 場
①	11月5日 (水)	9:30~ 11:30	講義	『健だま運動指導員養成講座』事業説明	介護予防事業拠点施設 いきいきさぽーと
			講義	講習会日程・内容説明	
			実技	『健だま運動』 実技体験	
②	11月12日 (水)	9:30~ 11:30	講義	筋肉について（筆記テスト用）	市役所篠津分館
			講義	『健だま運動』 効果説明	
			実技	『健だま運動』 基本プログラム練習	
③	11月19日 (水)	9:30~ 11:30	講義	高齢者の特徴と症状	介護予防事業拠点施設 いきいきさぽーと
			講義	正しいアドバイスと声掛け	
			実技	『健だま運動』 指導練習	
④	11月26日 (水)	9:30~ 11:30	実技	『健だま運動』 基本プログラム練習	市役所篠津分館
			実技	『健だま運動』 応用プログラム練習	
⑤	12月3日 (水)	9:30~ 11:30	筆記	筆記試験	介護予防事業拠点施設 いきいきさぽーと
			実技	実技試験	
			—	修了式	
⑥	2月4日 (水)	9:30~ 11:30	意見交換会		介護予防事業拠点施設 いきいきさぽーと

★ 連絡先 : 白岡市役所 高齢介護課 92-1111

いきいきさぽーと 90-4451

市役所篠津分館 93-6132