

お待たせしました!

ネクストチャレンジ研修フォローアップ開催!

是非ご参加ください

【介護予防運動コース】または【音楽と運動コース】を修了された方はこちら

ネクストチャレンジ研修で行ったストレッチ・筋トレは、定期的に方法をおさらいし、間違ったやり方になっていないかチェックを行うことが大切です。現場で活用できる種目、用具をご紹介します。

2/27 (火) 講師：星 勝久
10:00 ~ 12:00
ストレッチ① ~ 道具を活用編
※ソフトジム、タオルなどを使います。
申込締切: 2/20 (火)

13:30 ~ 15:30
筋トレ① ~ 道具を活用編
※ダンベル、ソフトジム、セラバンドなどを使います。
申込締切: 2/20 (火)

5/22 (火) 講師：鈴木 淳朗
10:00 ~ 12:00
ストレッチ② ~ 道具を使わない編
申込締切: 5/15 (火)

13:30 ~ 15:30
筋トレ② ~ 道具を使わない編
申込締切: 5/15 (火)

料金 3,500円 / 1コマ 120分 (税込)
※同日開催の『ストレッチ』と『筋トレ』2コマをセットでお申し込みの場合、1日セット料金 6,000円(税込) となります。

対象 ネクストチャレンジ研修の【介護予防運動コース】または【音楽と運動コース】を修了された方

会場 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス
宮城県仙台市青葉区榴岡 2-5-26

定員 各回 20名

【アートコミュニケーションコース】を修了された方はこちら

制作体験を行いながら、制作の流れや現場での声かけのポイントを学べます。プログラムのポイントをわかりやすく1冊にまとめた『プログラムBOOK』もついているので、現場ですぐに実践できます! 受講後は、学んだプログラムのレンタル画材(有料)もご利用いただけます。

2/13 (火) 講師：菅原 布美子
13:30 ~ 15:30
線で遊ぶ~コースター
申込締切: 2/9 (金)



5/8 (火) 講師：菅原 布美子
13:30 ~ 15:30
葉っぱのポストカード
申込締切: 5/1 (火)



料金 3,500円/回 (税込)
※必要な材料やプログラムの進め方がわかりやすい、『プログラムBOOK』付

対象 ネクストチャレンジ研修の【アートコミュニケーションコース】を修了された方

会場 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス
宮城県仙台市青葉区榴岡 2-5-26

定員 各回 20名

お申し込み方法などの詳細は裏面をご確認ください>>

お申し込み・お問い合わせ

仙台元気塾
仙台駅東口
キャンパス

TEL ◆ 022-742-2886

FAX ◆ 022-742-2887 Mail ◆ info@tfu-ac.net

仙台市宮城野区榴岡 2-5-26 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス地下 1階



WEB サイト

会場 東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス

宮城県仙台市宮城野区榴岡2丁目5番26号



【会場アクセス】

JR仙台駅東口より徒歩3分

- ◆東西地下自由通路「出入口1」より地上に出ですぐ。
- ◆公共交通機関をご利用ください。仙台駅東口キャンパスには、専用駐車場および駐輪場がありません。付近の有料駐車場、または公営駐輪場をご利用いただけますよう、ご協力をお願いいたします。

お申し込み

仙台元気塾窓口で直接、または TEL、FAX、Eメールのいずれかでお申し込みください。

TEL ◆ 022-742-2886

〔 電話受付時間
月一金 9:00 ~ 17:00 土 9:00 ~ 12:00 〕

FAX ◆ 022-742-2887

メール ◆ info@tfu-ac.net

お支払い方法

仙台元気塾窓口で直接お支払いいただくか、下記指定口座へお振込みください。

◆郵便局から振込む場合

<郵便局口座番号> 02250-0-79726
<加入者名> 東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室
<通信欄> NC研修フォローアップ

◆その他の金融機関から振込む場合

<銀行名> ゆうちょ銀行 <店名> 二二九店
<預金種目> 当座 <口座番号> 0079726
<受取人名> トリホウカクダ イクホウウツクカコリウツクシツツ

ネクストチャレンジ研修 フォローアップ FAX申込書

【記入日 年 月 日】

フリガナ			
氏名			
参加 申込日	*参加を申し込みたい内容の四角(□)の中に丸(O)をご記入ください。		
	介護予防運動コース 音楽と運動コース	<input type="checkbox"/> 2/27(火)10:00 ~ 12:00 ストレッチ①～道具を活用編	<input type="checkbox"/> 2/27(火) 10:00 ~ 12:00 ストレッチ①～道具を活用編 13:30 ~ 15:30 筋トレ①～道具を活用編 1日セット
		<input type="checkbox"/> 2/27(火)13:30 ~ 15:30 筋トレ①～道具を活用編	
		<input type="checkbox"/> 5/22(火)10:00 ~ 12:00 ストレッチ②～道具を使わない編	<input type="checkbox"/> 5/22(火) 10:00 ~ 12:00 ストレッチ②～道具を使わない編 13:30 ~ 15:30 筋トレ②～道具を使わない編 1日セット
		<input type="checkbox"/> 5/22(火)13:30 ~ 15:30 筋トレ②～道具を使わない編	
	アート コミュニケーション コース	<input type="checkbox"/> 2/13(火)13:30 ~ 15:30 線で遊ぶ～コースター	
<input type="checkbox"/> 5/8(火)13:30 ~ 15:30 葉っぱのポストカード			

FAX ◆ 022-742-2887

*送付の際、FAX番号をお間違えになりませんようご注意ください。