



# 現場経験豊かな大学准教授が教える メディカルフィットネス講座

申込受付  
スタート!

1910\_vol.1

現場経験豊富な東北福祉大学 准教授が講師を務め、現場ですぐ使える内容が  
分かりやすく学べると毎回好評のこの講座。

この度、2020年2月以降の開催日程が決定しました!

今回も3人の講師陣の魅力が詰まった内容となっております。

さまざまな現場で運動指導に携わる皆さまのご参加をお待ちしております!

2020年 **2月16日**(日) 10:00 ~ 15:00

◆ 申込締切 2020年2月7日(金)

## 心臓病の方への運動処方

～心臓病の方を対象とした運動の選び方と実践～

- ◆ 対象 地域で活動する運動サポーター・リーダー、  
健康運動指導士、健康運動実践指導者など  
運動指導に携わっている方、  
運動指導の資格をお持ちの方

◆ 講師

河村 孝幸

Takayuki Kwamura



心臓リハビリテーション指導士  
東北福祉大学 健康科学部  
医療経営管理学科 准教授

及川 珠美

Tamami Oikawa



看護師  
メディックスクラブ仙台支部

- ◆ 定員 **24名** \* 定員になり次第締切ます。  
お早めにお申し込みください。

◆ 料金 **6,500円**(税込・教材費込)

\* 健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録更新講習会に申請予定です。《取得単位前回実績【講義1単位/実技3単位】》

2020年 **4月17日**(日) 13:00 ~ 16:00

◆ 申込締切 2020年4月10日(金)

## 基礎から学ぶ 介護予防教室学び直し講座

～今学んで一生使えるプログラムの組み立て方～

◆ 講師

鈴木 玲子

Reiko Suzuki



東北福祉大学  
社会貢献・地域連携センター  
予防福祉健康増進推進室  
特任准教授  
健康運動指導士

◆ 講師

齋藤 昌宏

Masahiro Saito



東北福祉大学 健康科学部  
医療経営管理学科 准教授  
健康運動指導士  
国際ノルディックウォーキング連盟  
(INWA)認定 ナショナルトレーナー

2020年 **5月15日**(日) 13:00 ~ 16:00

◆ 申込締切 2020年5月10日(金)

## 基礎から学ぶ正しいウォーキングのススメ

～健康づくりに効果のある歩き方とその指導法～

- ◆ 対象 地域で活動する運動サポーター・リーダー、  
ネクストチャレンジ研修を修了された方、  
運動指導に携わっている方、これから携わる方

- ◆ 定員 **各35名** \* 定員になり次第締切ます。  
お早めにお申し込みください。

◆ 料金 **各4,000円**(税込・教材費込)

- \* 2講座セットのお申込みで  
各3,500円(税込・教材費込み)となります。  
※ 2講座セットで7,000円(税込・教材費込み)

※会場は、全日程とも【東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス内】です。  
※各講座の詳細は、決まり次第ホームページに掲載いたします。  
※スケジュール・内容等変更になる場合がございます。予めご了承ください。

### お申し込み・お問い合わせ

東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター  
予防福祉健康増進推進室



〒983-8511 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

【電話受付時間】月～金：9:00～17:00(土・日・祝日はお休み)

TEL ◇ **022-742-2886**

FAX ◇ **022-742-2887**

URL ◇ <http://www.tfu-ac.net/yfkc/>

Mail ◇ [info@tfu-ac.net](mailto:info@tfu-ac.net)

WEB サイト

仙台元気塾

検索



face book もやっています

東北福祉大学社会貢献・地域連携センター 予防福祉健康増進推進室

検索



# ネクストチャレンジ研修 修了生限定 交流会・フォローアップ研修会のご案内

仙台元気塾では、ネクストチャレンジ研修を修了された皆さまを対象とした《交流会》や《フォローアップ研修》を定期的開催してまいります。研修の振り返りも行いながら、現在の活動やこれからやってみいたいことなど、気軽に語り合しましょう！ぜひご参加ください！

## ◆介護予防運動コース／音楽と運動コースを修了された皆さまへ

2020年 **1月24日(金)** 12:30～14:30

◆申込締切 2020年1月17日(金)

### ランチ新年会

新年を祝うランチを楽しみながら、修了生同士の交流を深めましょう！

当日は鈴木玲子先生も参加。研修の振り返りを含めたプチ講話も予定していますので、是非ご参加ください。皆さまのご参加をお待ちしております！

◆対象  
介護予防運動コース、  
音楽と運動コースを修了された方

◆定員  
**30名** \*定員になり次第締切ます。  
お早めにお申し込みください。

◆料金  
**2,000円**(税込・資料、お食事代込)

\*地域の運動教室ですぐ活かせる内容を学ぶ研修会も開催予定です。詳細は裏面をご確認ください。

## ◆アートコミュニケーションコース／アートレクリエーションコースを修了された皆さまへ

2019年 **11月20日(水)** 10:00～12:00

◆申込締切 2019年11月13日(水)

### 実施プログラム リーフプレート

葉っぱのかたちを元にデザインを楽しみます。  
完成作品はパーティーにもピッタリです。

2019年 **12月18日(水)** 10:00～12:00

◆申込締切 2019年12月11日(水)

### 実施プログラム 線と点のポチ袋

手描きの線がいい味わいのポチ袋です。  
制作後は手作りを贈る楽しみも。

### クリスマスランチ会

12月18日(水)研修後、講師を含めたランチ交流会を行います。是非併せてご参加ください。

◆対象  
アートコミュニケーションコース、  
アートレクリエーションコースを修了された方

◆定員  
各**14名** \*定員になり次第締切ます。  
お早めにお申し込みください。

◆料金  
各**3,000円**(税込・プログラム、材料費込)

\*2講座セットのお申込みで  
各2,500円(税込・教材費込み)となります。  
\*2講座セットで5,000円(税込・教材費込み)

\*12月18日(水)のランチ交流会にご参加の方は、お食事代(1,000円程度を予定)が別途必要になります。

\*ランチ会のみ参加も可能です。

※スケジュール・内容等変更になる場合がございます。予めご了承ください。

## お申し込み・お問い合わせ

東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター  
予防福祉健康増進推進室



〒983-8511 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

【電話受付時間】月～金：9:00～17:00(土・日・祝日はお休み)

TEL◇**022-742-2886**

FAX◇**022-742-2887**

URL◇<http://www.tfu-ac.net/yfkc/>

Mail◇[info@tfu-ac.net](mailto:info@tfu-ac.net)

WEB サイト

仙台元気塾

検索



face book もやっています

東北福祉大学社会貢献・地域連携センター 予防福祉健康増進推進室

検索