

2019年度 日本健康運動指導士会兵庫県支部研修会ご案内

期日 2019年9月22日(日) 【申込受付開始は、開催日の丁度2か月前から】
会場 兵庫県立総合体育館 (〒663-8142 [兵庫県西宮市鳴尾浜1丁目16-8](#))
主催 NPO法人日本健康運動指導士会 **主管** 日本健康運動指導士会兵庫県支部
後援 公益財団法人健康・体力づくり事業財団 健康日本21推進全国連絡協議会
受講対象者 健康運動指導士、健康運動実践指導者 **定員** 50名
取得可能単位 講義4.0単位 実習1.5単位 計5.5単位 **認定番号** : 196672
受講料(税別) 指導士非会員 11,000円 指導士会会員 5,500円

実施時間	講師	内容
10:00 ～ 12:00	西脇 雅人 氏	講義2.0単位 血圧・動脈硬化と健康
13:00 ～ 15:00	大阪工業大学 工学部 総合人間学系	講義2.0単位 動脈硬化に対する運動・身体活動の効果
15:15 ～ 16:45	教室 講師	実習1.5単位 現場でエビデンスの蓄積を目指した健康体力測定

受付開始 2019年7月22日(月) から ※受付開始日前の申込は全て無効となります。
受付締切 2019年9月13日(金) ※但し締切日前でも定員に達した時点で受付は終了となります。

2019.9.22(日)開催 兵庫県支部研修会 申込書

1. 登録番号 健康運動指導士 番 健康運動実践指導者 番
 (フリガナ)
 2. 登録者氏名 _____ 性別 男 ・ 女 (年齢 _____ 歳)
 3. 自宅住所 〒 _____
 都・道 _____
 府・県 _____
 電話番号 _____ F A X 番号 _____
 4. 運動指導経験 豊富 普通 無し
 5. 勤務先名称 _____
 〒 _____
 所在地 都・道 _____
 府・県 _____
 電話番号 _____ F A X 番号 _____
 現在従事している業務内容 _____

送付先 FAX : 03-5472-5820

問合せ TEL : 03-5472-5821

申込方法は2ページ目をご参照下さい。

兵庫県支部研修会申込方法及び受講決定

- (1) 申込期間 **受付開始 2019年7月22日(月) ※受付開始日前の申込は全て無効となります。**
受付締切 2019年9月13日(金)
※但し締切日前でも定員に達した時点で受付は終了となります。
- (2) 申込方法 1 ページ目の「研修会申込書」にご記入の上、FAX、郵送、メールにてお送りください。
開催当日の飛入り参加並びに、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。
- (3) 受講決定 申込受付後、「受講決定案内書」を送付致します。到着まで2週間程度お待ちください。
- (4) 受講料払込 「受講決定案内書」に同封いたします「払込取扱票」にてお払込ください。

当会への入会について

※当会にご入会いただきますと、研修会などの会員価格での受講や、賠償責任保険の団体加入など、運動指導者向けの特典をご用意しております。入会をご希望の方は、研修会申込時に、申込用紙の余白に同時入会希望とお書き頂くか、下記の問い合わせ先に「入会希望」として、氏名・資格の登録番号・郵便番号・住所を FAX・e-mail でお知らせください。折り返し、入会のご案内一式をお送りいたします。入会費用1万5千円(入会金5千円・年会会費1万円)

研修会に関する問合せ及び申込先

(NPO) 日本健康運動指導士会 事務局 〒105-0004 東京都港区新橋 6-20-1 ル・グラーシエル BLDG. 1-602
TEL : 03-5472-5821 FAX : 03-5472-5820 e-mail:kosyukai@jafias.net

研修会内容について

血圧・動脈硬化と健康（講義）

生体における血圧と動脈の関連についてわかりやすく紹介いたします。循環器系の健康において、重要な役割を担っている動脈の機能やその評価方法について解説し、理解を深め、健康維持・増進の大切さを、科学的エビデンスを基に再認識していただける内容です。

動脈硬化に対する運動・身体活動の効果（講義）

動脈壁の硬化に対する運動や身体活動の影響や効果についてわかりやすく紹介いたします。効果的な動脈壁硬化の予防・改善方法について解説し、運動や身体活動を実施することの重要性と運動指導の社会的貢献度が極めて高いことを認識していただける内容です。

現場でエビデンスの蓄積を目指した健康体力測定（実習）

「健康」や「体力」を客観的な手法を用いて評価し、科学的なエビデンスを蓄積していくことが可能なように、測定手法のコツや ICT を活用した誰でも利用可能なアセスメント方法を紹介します。運動指導の現場ですぐにも導入可能な、実践的な健康体力測定方法について理解いただける内容です。