

研修会履歴

年度	講習年月日	講習会場	講義種類	時間	講習内容	講師名	所属	役職 資格
4	平成4年 12月5日 (日)	富山県総合体育センター	講義	1.5	ライフスタイルと健康増進	鏡森 定信	富山大学医学部	教授
			講義	1.5	健康づくりと運動処方	小野寺 孝一	富山大学医学部	助教授
			実習	1.5	ベンチステップエクササイズ	上野美和子	バーデン明日	健康運動指導士
7	平成7年6月4日 (日)	バーデン明日フィットネスクラブ	講義	2	スポーツと傷害	仲井間 憲成	黒部市民病院	副院長、整形外科部長
			実習	2	中高年を対象とした水中運動の指導法と実践	上野美和子・上田優子	バーデン明日	健康運動指導士
8	平成8年6月9日 (日)	富山健康科学専門学校	講義	1	肥満予防・解消のための運動指導法	片貝仁子	富山健康科学専門学校	健康運動指導士
			実習	2	肥満予防・解消のための運動指導実践	片貝仁子	富山健康科学専門学校	健康運動指導士
			実習	2	健康づくりのためのスポーツレクリエーション	谷口潔子		
9	平成9年11月30日 (日)	富山健康科学専門学校	講義	2	スポーツ障害と予防(膝関節について)	酒井康一郎	かみいち厚生病院	整形外科医 長、日本整形外科学会公認スポーツ医
			講義	1	チェアロビクスの科学的知識	竹尾吉枝	神戸YMCA学院専門学校講師	健康運動指導士、日本エアロビックフィットネス協会エグゼクティブ
			実習	2	チェアロビクスの実践と指導法	竹尾吉枝	神戸YMCA学院専門学校講師	健康運動指導士、日本エアロビックフィットネス協会エグゼクティブ
10	平成10年11月29日 (日)	富山健康科学専門学校	講義	2	糖尿病の運動療法	長崎成良	黒部市民病院臨床スポーツ医学センタ	健康運動指導士

							—	
			講義	1.5	水中でのリラクゼーション法 — 様々な水中での癒しを探る—	立浪勝	高岡短期大 学	助教授
			実技	1.5	水中でのリラクゼーション法の実 践 —水中での遊び心 場と気 付き—	立浪勝	高岡短期大 学	助教授
11	平成 11 年 11 月 28 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	講義	1	ボールエクササイズ基礎理論	田中光代		日本エアロビ ックフィットネ ス協会 ADD、 エグザミナ ー、 ACSM/HFI
			実習	1	ボールエクササイズの実践	田中光代		日本エアロビ ックフィットネ ス協会 ADD、 エグザミナ ー、 ACSM/HFI
			講義	1	アクアエクササイズ基礎理論 — The first step—	藤原葉子	ソフトータル 企画	主宰、日本エ アロビックフィ ットネス協会 ADD、エグザ ミネー、 ACSM/HFI
12	平成 12 年 8 月 20 日 (日)	富山県国 際健康プ ラザ	講義	1	生涯健康学習のすすめ —健康 なまちづくりをめざして—	島内憲夫	順天堂大学ス ポーツ健康科 学部	助教授
			講義	1.5	運動型及び温泉型健康増進施 設における健康・体力づくり	泉一郎	富山県国際 健康プラザ	健康運動指 導士
			実技	2	とやま健康パークでの健康・体力 づくり運動とリラクゼーションの実 践	泉一郎	富山県国際 健康プラザ	健康運動指 導士
12	平成 13 年 3 月 11 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	実習	2	中高年向けの新しい健康・体力 作りプログラムの実践	向井いくよ		日本エアロビ ックフィットネ ス協会ディレ クター、エグ ザミネー

			実習	2	ウォーキングエアロビクスの実践 －疲れにくい体を作る－	加藤洋子		日本エアロビ ックフィットネ ス協会ディレ クター、エグ ザミネー、 ACSM/HFI
13	平成 13 年 9 月 2 日 (日)	スポーツ ームエア ーズ清水 館	実習	1.5	定期・継続化をはかる水中ウォ ーキングプログラムの実践	藤原葉子		日本エアロビ ックフィットネ ス協会 ADD、 エグザミナ ー、 ACSM/HFI
			講義	2	運動と疲労について	影近謙治	市立礪波総 合病院リハビ リテーション科	医長、リハビ リテーション認 定専門医
13	平成 14 年 3 月 24 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	講義	1.5	高齢者の健康づくり	小室史恵		健康運動指 導士
			実習	1.5	シニアの筋力トレーニング	小室史恵		健康運動指 導士
14	平成 14 年 7 月 14 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	実習	1.5	高齢者向け体操の実際	泉一郎	富山県国際 健康プラザ	健康運動指 導士
						片貝仁子	富山健康科 学専門学校	健康運動指 導士
			講義	1.5	高齢者への運動指導における整 形外科的見地からの留意点	山田均	高岡市民病 院	整形外科医
	平成 15 年 3 月 23 日 (日)	富山県国 際健康プ ラザ	講義	1.5	新時代の健康づくり政策 ー行 政の動向とこれからの運動指導 者に望まれるものー	柏樹悦郎	富山県厚生 部砺波厚生セ ンター小矢部 支所	支所長
			講義	1.5	高齢者の運動指導の実際 ー高 齢者の実際・高齢者の心理、指 導におけるコミュニケーションテク ニクー	有吉与志恵	ハースコーポ レーション	取締役
			実習	1.5	関節をほぐそう	有吉与志恵	ハースコーポ レーション	取締役
15	平成 15 年 7 月 13 日 (日)	とやま社 会保険セ ンター	講義	1.5	人はなぜ肥満するのか	手丸理恵	公立井波総 合病院	内科部長
			講義	1	効果的な疲労回復法	上馬場和夫	富山県国際	次長

							伝統医学センター	
	平成 16 年 3 月 21 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	実習	2	不良姿勢と障害の予防・改善を 目指す自宅ケアトレーニングの 紹介	井上トキ子	TK プランニン グ	健康運動指 導士、 JAFJA/ADD エ グザミナー、 ACSM/HFI
			実習	1.5	初心者に運動継続を促すプログ ラム的アプローチの提案 - 初 心者向けの楽々エアロビクス-	井上トキ子	TK プランニン グ	健康運動指 導士、 JAFJA/ADD エ グザミナー、 ACSM/HFI
16	平成 16 年 12 月 19 日 (日)	上市町体 育センタ ー	実習	2.5	2Way ウォーキング - 音楽に合 わせて行う室内ウォーキングへ -	加藤洋子		ACSM/HFI、 日本ウォーキ ング協会主任 指導員
		富山健康 科学専門 学校	実習	1.5	効果的な体幹トレーニング - 体 幹(深層筋)への意識づくり-	向井いくよ		ACSM/HFI,JA FA/ADD
17	平成 17 年 5 月 8 日 (日)	とやま社 会保険セ ンター	実習	2	健康・体づくりのための太極拳 の実践	周立民	医療法人ホス ピー	学術顧問
			講義	2	医療機関で行われている運動指 導 - チーム医療の一因として の役割-	長崎成良	黒部市民病 院臨床スポー ツ医学センタ ー	健康運動指 導士
	平成 17 年 12 月 11 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	実習	2	棒とピラティス&機能改善エクサ サイズ	藤原葉子		健康運動指 導士、 ACSM/HFI
			実習	2	体の芯からほぐれるスムーズな ウォーミングアップ作成方法 - フラフープを用いた斬新なエクサ サイズ-	藤原葉子		健康運動指 導士、 ACSM/HFI
18	平成 18 年 5 月 7 日 (日)	とやま社 会保険セ ンター	講義	1.5	介護予防概論	銅幸一郎	アピラスポー ツクラブ	健康運動指 導士、介護予 防主任運動 指導員
			実習	2	地域在住高齢者における介護予 防運動の実際 - トレーニング機	銅幸一郎	アピラスポー ツクラブ	健康運動指 導士、介護予

					器を使わない運動例ー			防主任運動指導員
平成 18 年 12 月 17 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	実習	2	高齢者や低体力者に適した運動器機能改善体操の考え方とプログラム作成法	尾陰由美子	(有)アクトスペース企画	代表取締役、健康運動指導士	
		実習	3	運動器機能改善体操の実践ータオル、イスの身近なものや水の特性を利用してー	尾陰由美子	(有)アクトスペース企画	代表取締役、健康運動指導士	
平成 19 年 2 月 4 日 (日)	富山市体 育文化セ ンター	講義	1.5	中高年の運動指導ー運動処方における留意点ー	中藤真一	あさひ総合病院	整形外科部長	
		実習	2.5	フィットネスダンスによる健康・体カづくりの実践	池田美和子	日本エアロビックフィットネス協会	理事	
平成 19 年 5 月 13 日 (日)	富山県国 際健康プ ラザ	実習	2	中高年の運動指導ー整形外科疾患をふまえてー	中藤真一	あさひ総合病院	整形外科部長	
		講義	2	「健康づくりのための運動指針 2006」の活用について	平井一芳	福井大学医学部	健康運動指導士、医学博士	
平成 19 年 12 月 9 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	講義	1	身体活動・運動に関する保健指導(講義編)	泉一郎	富山県国際健康プラザ	健康運動指導士、医学博士	
		実習	1	身体活動・運動に関する保健指導(実技編)	泉一郎	富山県国際健康プラザ	健康運動指導士、医学博士	
		実習	2	健康維持のため 4 分間毎日エクササイズの実践ー生活習慣病予備軍のアプローチー	濱春野		公認エアロビックスポーツ指導員、滋賀県エアロビック連盟副会長	
平成 20 年 2 月 3 日 (日)	富山市体 育文化セ ンター	講義	1.5	フィットネスダンスによる健康・体カづくりー理論編ー	池田美和子		日本フィットネスダンス協会理事	
		実習	2.5	フィットネスダンスによる健康・体カづくりーひばりエクササイズで健康・体カづくり(指導法)ー	池田美和子		日本フィットネスダンス協会理事	
20 平成 20 年 5 月 11 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	実習	2	高齢者の為のサーキットトレーニングー高齢者の為の緩やかなサーキットトレーニングー	池田扶実子		健康運動指導士、JAJA/ADD エ	

								グザミナー、 AQT・NESTA JAPAN 理事、 ACSM/HFI
			実習	2	中・高齢者の為の水中ウォーキング ー機能改善を目的に、有酸素運動の効果と歩くだけでも機能改善に繋がるヒントー	池田扶実子		健康運動指導士、 JAF/A/ADD エグザミナー、 AQT・NESTA JAPAN 理事、 ACSM/HFI
平成 20 年 12 月 14 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	実習	2	楽しい健康づくり ー心と体にやさしいリズム体操 手具、うた声、ほぐし、ふれあいー	有安弥生、 平田和美		NPO 法人リズム体操研究会 理事	
		実習	3	ストレッチポールでの機能改善プログラム実施方法	山下光子		NPO 法人日本健康運動指導士会 理事	
平成 21 年 2 月 1 日 (日)	富山市体 育文化セ ンター	講義	1.5	フィットネスダンスによる健康・体カづくり ー理論編ー	池田美和子		日本フィットネスダンス協会 理事	
		実習	1.5	フィットネスダンスによる健康・体カづくり ーひばりエクササイズで健康・体カづくり(指導法)ー	池田美和子		日本フィットネスダンス協会 理事	
21	平成 21 年 6 月 28 日 (日)	富山健康 科学専門 学校	講義	1.5	特定保健指導の取り組みについて	湯浅稔	北陸予防医学協会	健康運動指導士、ヘルスケアトレーナー
			実習	3	介護予防、メタボ対策からアスリートまで	田中洋		ウォーキングライフマイスター、ノルディックウォーク専門講師
	平成 21 年 9 月 13 日 (日)	丸山総合 公園総合 体育館	実習	3	フィットネスダンスの実際 ー和のフィットネスの紹介ー	和田左千子	ハートモーション企画	代表、 JAF/A/ADI、 AQUA AQT、 NOSS 認定インストラクタ

								一、東京スポーツ・レクレーション専門学校講師
	平成 21 年 12 月 6 日 (日)	北陸予防 医学協会 高岡総合 健診セン ター	講義	1.5	医療にかからない健康づくり・一 病息災の健康づくり	加藤弘巳	社会保険高 岡病院糖尿 病センター	日本内科学 会認定医、日 本内分泌学 会専門医
			講義	1.5	健康診断機関のコーチングを生 かした事後指導の実際	武田三昭	北陸予防医 学協会	日本内科学 会認定医、日 本糖尿病学 会専門医
22	平成 22 年 5 月 16 日 (日)	富山市総 合体育館	講義	1	楽しくおもわず笑顔がこぼれる転 倒予防・認知症予防運動 ース クエアステップ理論編ー	大藏倫博	筑波大学大 学院人間総 合科学研究 科体育科学 専攻	准教授、体育 科学博士
			実習	2	楽しくおもわず笑顔がこぼれる転 倒予防・認知症予防運動 ース クエアステップ実践編ー	大藏倫博	筑波大学大 学院人間総 合科学研究 科体育科学 専攻	准教授、体育 科学博士
	平成 22 年 12 月 12 日 (日)	富山市体 育文化セ ンター	講義	1	Functional Reach 動的可動域 ー美しい姿勢への導きー 講義 編	高順姫		日本フィットネ ス協会理事、 ACSM/HFS
			実習	2	Functional Reach 動的可動域 ー美しい姿勢への導きー 実習 編	高順姫		日本フィットネ ス協会理事、 ACSM/HFS
23	平成 23 年 4 月 17 日 (日)	富山市体 育文化セ ンター	実習	2	無理のない効率のよい動きつくり (体幹＝背骨を知る) ー介護予 防から競技スポーツまでー	布村忠弘	富山大学人 間発達科学 部	教授、日本体 育協会認定ス ポーツドクタ ー、アスレティ ックトレーナ ー、国際 Feldenkrais 連 盟公認プラク ティショナー

	平成 23 年 12 月 18 日 (日)	富山市体 育文化セ ンター	実習	3	機能向上と障害予防に役立つ運 動方法 -ファンクショナルトレー ニングを応用して-	中村千秋	早稲田大学ス ポーツ科学学 術院	准教授、 NATA 公認ア スレティック トレーナー、日 本体育協会 公認アスレテ ィックトレーナ ー
24	平成 24 年 6 月 10 日 (日)	富山市体 育文化セ ンター	実習	3	機能向上と障害予防に役立つ運 動方法 -ファンクショナルトレー ニングを応用して アドバンスコ ースー	上松大輔	新潟経営大 学スポーツマ ネジメント学 科	准教授、 NATA 公認ア スレティック トレーナー、日 本体育協会 公認アスレテ ィックトレーナ ー、NASM- PES
	平成 24 年 10 月 28 日 (日)	パレブラン 高志会館	講義 実習	1 2	健康と運動～健康運動指導士に 求められるもの～ 心と身体健康運動指導法 ～ 被災地での運動指導～	内田滋 藤野恵美	NPO 法人日 本健康運動 指導士会	会長 健康運動指 導士

25	平成 25 年 8 月 25 日 (日)	富山市体 育文化セ ンター	講義	1.5	ロコモ症候群につながる中高年 の関節障害	今田光一	黒部市民病院	関節スポーツ 外科部長
			実習	1.5	低体力者対象の運動プログラム ー富山オリジナル介護予防運動 についてー	泉一郎 片貝仁子		健康運動指導 士 健康運動指導 士
	平成 26 年 3 月 16 日 (日)	サン・アビ リティー ズ滑川	実習	3	話題の脳活性化運動プログラムの 実際	岡本正一		シナプソロジ ー普及会ディ レクター
26	平成 26 年 9 月 7 日 (日)	高岡市ス ポーツ健 康センタ ー	実習	3	物忘れ予防に運動指導を活用す る	石井千恵	神奈川県藤沢 病院	企画調査室長、 健康運動指導 士、精神保健福 祉士、臨床心理 士
	平成 27 年 2 月 15 日 (日)	富山市体 育文化セ ンター	講義	1.5	摂食嚥下障害について	松田崇	あさひ総合病 院	言語聴覚士
27	平成 27 年 7 月 20 日 (月)	サン・アビ リティー ズ滑川	講義	1	姿勢改善に役立つ体幹の機能解 剖学ーストレッチとコンディシ ョニングを考えるー	尾陰由美子	アクトスペー ス	アクトスペー ス代表、健康運 動指導士
			実習	3				
	平成 27 年 12 月 13 日 (日)	高岡市ス ポーツ健 康センタ ー	講義	2	運動指導者が知っておくべき膝 関節の外傷・障害治療の最新情報	根塚武	根塚整形外 科・スポーツク リニック	院長、日本整形 外科学会専門 医、日本体育協 会公認スポー ツドクター
			実習	1	ー関節に対する再生医療の新しい 知見と現場でできる機能評価 を中心にー			