

メディカル・フィットネス協会認定 介護予防運動トレーナー養成講習会

～ メディカル・フィットネス協会認定 介護予防運動トレーナーとは ～

介護予防とは「要介護状態の発生をできる限り防ぐ（遅らせる）こと、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと、さらには軽減を目指すこと」と定義される。

介護予防とは、単に高齢者の運動機能や栄養状態といった個々の要素の改善だけをめざすものではない。むしろ、これら心身機能の改善や環境調整などを通じて、個々の高齢者の生活行為（活動レベル）や参加（役割レベル）の向上をもたらし、それによって一人ひとりの生きがいや自己実現のための取り組みを支援して、生活の質（QOL）の向上をめざすものである。これにより、国民の健康寿命をできる限りのばすとともに、真に喜ぶに値する長寿社会を創成することを、介護予防はめざしている。
(厚生労働省：介護予防マニュアル改訂版より)

活躍できるフィールド

介護施設 高齢者施設 病院・整骨院 フィットネス施設
地方自治体 地域コミュニティ 健康増進施設 健康関連企業
介護予防事業関連施設

メディカル・フィットネス協会認定「介護予防運動トレーナー」は、介護予防に関する知識や実践を身につけ、安全で効果的な運動プログラムを提供するとともに、高齢者一人ひとりの生きがいや自己実現のための取り組みを支援するための資格です。

【養成講習会カリキュラム】※会場により開始時間、実施科目順が一部異なります。

	1日目(基礎)	2日目	3日目	4日目
9:00~9:10	開講式(通常コース・初日参加者)	特例コース 初日		
9:10~10:40 (90分)	介護予防概論 介護予防の背景やあり方、老化・高齢者のからだについて	介護予防マネジメント 高齢化の現状や厚生労働省が提唱している支援体制、マネジメントの留意点など	低栄養予防理論 高齢期の機能低下に伴う食事の問題点、老化に伴う食への影響など	認知症予防理論 認知症の原因・症状、認知症患者へのアプローチ法など
休憩(10分)				
10:50~12:20 (90分)	筋力向上トレーニング理論 加齢に伴う筋への影響、トレーニングの必要性や効果、指導に際しての留意点など	行動科学理論 健康行動を適切に身に付け、習慣化させていくための行動科学的な考え方の基本	転倒予防理論 高齢者の転倒要因、転倒予防プログラムの作成・運動指導方法など	失禁予防理論 高齢者の尿失禁をめぐる問題 尿失禁の種類・対策など
昼休憩(40分)				
13:00~15:00 (120分)	ストレッチング実習 ストレッチングの基本的な留意点やポイント、指導方法など	介護予防としてのレクリエーション実習 介護予防としてのボディワーク実践	高齢者トレーニング実習③ 指導を中心とした高齢者トレーニングの実践など	認定試験(45分間) 閉講式
休憩(10分)				
15:10~17:10 (120分)	高齢者トレーニング実習① 高齢者トレーニングの基礎的実践・指導など	高齢者トレーニング実習② 高齢者トレーニングの応用的実践・指導など	体力測定実習 高齢者に対して実施する体力測定の種目、留意点など	

【受講対象者】

介護福祉士 社会福祉士 医師 看護師 准看護師 理学療法士 柔道整復師 鍼灸師 管理栄養士 介護支援専門員 介護職員実務者研修(ホムワ[®]-1級・介護職員基礎研修) 介護職員初任者研修課程(ホムワ[®]-2級)又は福祉・介護・運動施設での実務経験が2年以上の者 運動指導資格保有者※1
その他協会が認めた者※2

- ※1 運動指導資格(スチューデントトレーナー中級又は上級、健康ケアトレーナー、健康運動指導士、健康運動実践指導者、ヘルスケアトレーナー、NSCA-CPT、CSCS等)保有者は、1日目を除く「特例コース(3日間)」の対象となります。ただし、ストレッチングやエアロビクスダンスエクササイズ等、特定の運動内容に限定した指導資格については通常コースの対象となります。
- ※2 「その他協会が認めた者」として受講を希望される場合は、経験や保有資格等を考慮し、受講の可否を判断いたしますので、お申し込み前に協会事務局までお問い合わせください。

【受講料金(認定試験料・テキスト代込)】

通常コース(4日間)：一般 65,000円 MFA会員 55,000円
特例コース(3日間)：一般 50,000円 MFA会員 45,000円

※特例コース受講者は、希望により通常コース初日を無料で受講していただくことが可能です。

【資格登録について】

認定試験終了後、2週間程で結果を送付いたします。認定試験に合格し、介護予防運動トレーナーとして登録された方には、「資格登録証」「資格認定会員 会員証」を発行致します。なお、登録時に資格登録料として5,000円(次年度までの年会費3,000円を含む)が必要となります。

介護予防運動トレーナーとして登録された方は、メディカル・フィットネス協会の資格認定会員となり、セミナー等の受講料が会員料金となるなどの会員特典がご利用いただけます。

主催

一般社団法人
MFA **メディカル・フィットネス協会**

～HPからもお申込みいただけます～

<http://www.mfa.or.jp>

後援

学校法人大阪滋慶学園 大阪ハイテクノロジー専門学校
学校法人広島YMCA学園 専修学校 広島YMCA専門学校

2018年度 介護予防運動トレーナー養成講習会 開催日程

大阪①会場	2018年7月7日(土)・8日(日)、14日(土)・15日(日) 会場：大阪ハイテクノロジー専門学校 第2校舎(大阪府大阪市淀川区宮原4-4-65)	健康運動		
広島会場	2018年9月15日(土)・16日(日)、22日(土)・23日(日) 会場：広島YMCA専門学校 (広島県広島市中区八丁堀7-11)	健康運動	NSCA	
福岡会場	2018年10月13日(土)・14日(日)・20日(土)・21日(日) 会場：福岡県福岡市 (詳細は、お問い合わせください)	健康運動 (申請中)	JAF A	NSCA (申請中)
徳島会場 ※特例コースのみ	2018年11月23日(金・祝)・24日(土)・25日(日) 会場：とくぎんトモニアリーナ 第二会議室 (徳島市徳島町城ノ内6番地)	健康運動 (申請中)	JAF A	NSCA (申請中)

※その他、今後の開催予定については、日程・実施会場が決定次第、ホームページ 又は DM等にてご案内させていただきます。

【各種 単位付与について】

※下記表記がない会場は、申請中又は申請を行っておりませんのでご注意ください。

- 健康運動 : 健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な履修単位を付与 (講義9単位、実習8単位)
- JAF A : JAF A教育単位研修会として認可 (旧制度取得単位 : 5.0 GFI取得単位 : 10.0)
- NSCA : NSCA-CPT及びCSCSの資格更新に必要な継続教育単位 (CEU)として1.7CEU (カテゴリー-A) が付与

【申込方法について】 郵送またはFAX、HP上からお申込いただけます。

※受講資格の証明書類の提出が必要となります。郵送・FAXの場合は、証明書コピー。HPからの場合、データ添付(写真データ可)を添えてお申込ください。
※受講6日前までにキャンセルされた場合は、手数料 (540円) を差し引いた金額をご返金いたしますが、その後にキャンセルされた場合は返金致しかねますので、予めご了承ください。

参加申込書 (FAX・郵送用)

フリガナ				No.HP-		
氏名						
生年月日	大正・昭和・平成	年	月	日 (満 歳)	性別	男・女
住所	〒 - 都道府県					
電話	-	-	ファックス	-	-	
※記入された内容に確認が必要な場合に連絡させていただく場合がございますので、電話番号は必ずご記入ください。 また、受講料のお振込みに関するご連絡をいたしますので、ファックス又はメールアドレスもできるだけご記入ください。						
メール	@					
※メールマガジン配信申込 <input type="checkbox"/> 上記のメールに配信を希望 <input type="checkbox"/> 別のアドレスに配信 @						
保有資格 (単位申請)	<input type="checkbox"/> 健康運動指導士 <input type="checkbox"/> 健康運動実践指導者 登録番号 ()					
	<input type="checkbox"/> NSCA-CPT (年取得) <input type="checkbox"/> CSCS (年取得) 会員番号 ()					
勤務先 (学校)				部署 (学部)		
参加される イベント	2018年度 介護予防運動トレーナー養成講習会 _____ 会場 <input type="checkbox"/> 通常コース <input type="checkbox"/> 特例コース(1日目受講 <input type="checkbox"/> 希望する <input type="checkbox"/> 希望しない) ※受講資格(保有資格)の証明書コピーを添えてお申込ください					
会員種別	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> MFA法人・学校会員 <input type="checkbox"/> MFA資格認定会員 (会員番号 :) ※法人会員及び学校会員に所属されている方は、社員証 (学生証) 等証明書類のコピーを添えてお申込みください。					
備考						

【お申込み・お問合せ】

(一社) メディカル・フィットネス協会 事務局 介護予防運動トレーナー係

〒532-0003 大阪市淀川区宮原1-2-9 TEL. 06-6150-2322 FAX. 06-6150-2323 E-mail info@mfa.or.jp