

一般社団法人メディカル・フィットネス協会主催

# 転倒予防対策セミナー

～ 転倒の原因、本当に理解していますか？ ～  
転倒の要因は？ 加齢による機能的変化とは？

超高齢化社会である我が国では、高齢者人口の増加スピードが非常に速く、特に75歳以上の後期高齢者人口の増加が著しくなっています。同時に寝たきりの状態になる高齢者も多く、要介護状態の高齢者が年々増加傾向にあると言われています。

厚生労働省の調査によると要介護状態になる原因として、『転倒・骨折』が近年急激に増加しています。骨折後の約50%は機能的予防の悪化をもたらし、そのうちの約26%が歩行不能になると報告されています。骨折の原因の4分の3がつまずき、転び、滑りなどの転倒に由来し、骨折の34.1%が寝たきり生活を送っているなどの現状があります。このことから、今後、健康寿命の延伸のために『いかに転倒を予防するか』が課題となり、転倒予防に対する知識・予防運動の技術習得がこれから求められるのです。

転倒予防対策セミナーでは、地域高齢者（特に後期高齢者）などを対象とした転倒のメカニズムや要因、傷害が起きやすい箇所などを解説、転倒予防運動としてのレジスタンストレーニングやDual-tasku（デュアルタスク）など実技を交えながらお伝え致します。

日時

2023年 11月 5日（日） 9：30 ～ 15：30

会場

大阪ハイテクノロジー専門学校 第2校舎  
（大阪市淀川区宮原4-4-65）

内容

◆講義：3時間

転倒のメカニズムとその要因

- ・疫学
- ・転倒のメカニズム
- ・転倒の要因
- ・転倒による傷害
- ・加齢による機能的変化
- ・転倒予防の対策 等

◆実技：2時間

転倒予防に必要な予防運動

- ・レジスタンストレーニング
- ・Dual-taskuについて 等

定員

20名 ※最小催行人数4名

料金

一般 11,000円 MFA会員 8,800円

※会員の方は、会員証のコピーをご提出ください。



# 単位付与について

- ◇ 健康運動指導士及び実践指導者の登録更新に必要な履修単位付与  
(講義3単位、実技2単位)

## 申込方法

参加申込方法は、

- ①当協会ホームページの申込フォームからのお申込み ②申込書によるお申込み の2種類となります。

HPからはこちら



- ※お申込みの際、上記資格を保有されている方は、保有資格の証明書類コピーをご提出ください。  
※受付後、3日以内(土日祝日を除く)にメールまたはファックス(記入がない場合はお電話)にて受講料のお振込みに関する連絡をさせていただきます。連絡がない場合は不着の可能性がございますので、その場合はお手数ですが事務局までご連絡ください。  
定員となっている場合でも、その旨ご連絡いたします。  
※受講(開始)6日前までにキャンセルされた場合は、手数料(550円)を差し引いた金額をご返金いたしますが、6日前までにキャンセルの連絡がない場合は受講されるものとし、その後にキャンセルをされた場合は返金いたしかねますので、予めご了承ください。  
※申込書によるお申込みの方は、当協会宛にファックスまたは郵送をお願いいたします。

フリガナ			
氏名			
生年月日	西暦	年	月 日 (満 歳)
住所	〒 - 都道府県		
電話	- -	FAX	- -
※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、メールアドレスまたはファックスを必ずご記入ください。両方の記載がある場合は、メール配信を優先とさせていただきます。			
メール	@		
保有資格 (単位申請)	資格名:		
	健康運動指導士:登録番号( ) 実践指導者:登録番号( )		
	JAFAGFI 会員No.( )		
勤務先 (学校)		部署 (学部)	
お支払い方法	<input type="checkbox"/> 銀行振込 <input type="checkbox"/> クレジットカード決済(メールにて決済リンクをお送りいたします)		
参加イベント	転倒予防対策セミナー 11月5日(日)開催		
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。		

一般社団法人メディカル・フィットネス協会 事務局

〒532-0003

大阪市淀川区宮原1-2-9

TEL : 06-6150-2322 FAX : 06-6150-2323

HP : <https://mfa.or.jp> MAIL : [info@mfa.or.jp](mailto:info@mfa.or.jp)