

参加費  
無料

令和7年度

介護予防のための

運動指導実務者

研修会

より安全な指導  
がしたい

元気な高齢者を  
増やしたい

高齢者の健康づくりを  
サポートしたい

自信を持って  
指導をしたい

高齢者の運動指導にあたっては、加齢に伴う身体機能の変化を理解し、安全かつ効果的な運動プログラムを提供することが不可欠です。特に、身体を支え、運動の土台となる「足」は、加齢による影響を受けやすく、その機能低下は転倒リスクの増加や活動量の低下に直結します。

そこで、高齢者の身体特性を深く掘り下げるとともに、高齢者の足のトラブルの予防と対処法について実践的に学ぶ研修会を開催いたします。

皆様の指導力向上と、高齢者のより豊かな生活をサポートするため、ぜひ本研修会にご参加ください。

(1) 高齢者の身体特性について(50分)

九州栄養福祉大学  
リハビリテーション学部  
理学療法学科教授  
橋元 隆 氏

(2) 高齢者のフットケアについて(50分)

九州栄養福祉大学  
リハビリテーション学部  
理学療法学科助教  
長野 友彦 氏

対象

北九州市で高齢者の運動指導に関わっている方 等

日時

令和8年1月9日(金)  
18:00~20:00

会場

北九州市総合保健福祉センター  
2階 講堂  
(小倉北区馬借1丁目7-1)

定員

60名

応募多数の場合は抽選。  
落選者のみ1週間前までに連絡します。

申込

ハガキまたは電子申請にて  
お申込みください。  
《ハガキ記載事項》  
①氏名 ②携帯電話番号



申請  
コード

申込  
問合先

特定非営利活動法人 北九州スポーツクラブ連絡会  
〒806-0055 北九州市八幡西区幸神1丁目3-2  
☎093-883-8350

申込期限

令和7年12月15日(月)  
(当日消印有効)

総合保健福祉センターの地下駐車場は、夜間・休日急患センターの利用者専用となりますので、公共交通機関をご利用ください。(車でお越しの際は近隣の駐車場のご利用をお願いいたします。)

主催

北九州市

実施機関

特定非営利活動法人 北九州スポーツクラブ連絡会