

現場で活かせる「介護予防体操」

～ “またやりたい” を引き出す体操支援～

年齢を重ねても、障害があっても、元気に・自分らしく過ごすために大切な「介護予防」
毎日の生活の中で無理なく取り入れられる体操や、楽しみながら続けられる運動を
学びませんか？

本研修では、現場ですぐに活用できる介護予防体操のポイントや、利用者さんが安心
して参加できる声掛け・進め方について、分かりやすくお伝えします。

「楽しい」「またやりたい」と感じてもらえる体操を一緒に学びましょう。

1. 主 催

一般社団法人 山口県介護福祉士会 岩柳ブロック

2. 期 日

令和8年 7月4日(土) 9:30～12:00 (受付 9:15～)

3. 講 師

シルバーリハビリ体操指導者養成講師

介護予防リハビリ体操インストラクター 飴屋 貴子 氏

4. 会 場

玖珂中央コミュニティセンター 奏(かなで) 2階研修室
(岩国市玖珂町 4933 番地 2)

5. 定 員 20 名

6. 受講対象 どなたでもご参加いただけます

7. 受講料 会員：500 円 非会員：1,000 円

8. テキストについて

茨木健立健康プラザで作成されたテキストを使用します。

※購入を希望される方は、申込時にお知らせください。(1冊 500円)

9. 申し込み締め切り

令和8年 6月26日(金) 裏面をご確認ください。

10. その他

研修会場に更衣室がありませんので、あらかじめ体操のできる服装や靴で
参加してください。体操実施時は5本指ソックスの着用をお勧めします。



【申込み・お問い合わせ】

山口県介護福祉士会 岩柳ブロック 担当： 田村

QR コードより申込み または FAX でお申し込みください。



TEL: 0820-25-1350

FAX: 0820-25-1383

参 加 者	(ふりがな) 氏 名	事業所名	連絡先	会員 (どちらかに○)	テキスト 申込(○)
				会員・非会員	
				会員・非会員	
				会員・非会員	
				会員・非会員	
				会員・非会員	

