

## 第9回高齢者体力テスト指導士養成(資格認定)講習会開催要項

### 1. 趣 旨

健康とは、身体的、精神的及び社会的に良好な状態であると言われていています。健康を支えるには体力が必要であり、健康の保持・増進を図るためには、個人の健康状態や体力に応じた体力づくりプログラムが求められます。特に、効果的かつ安全に高齢者の体力づくり指導を行うには、健康状態の確認に加え、日常生活活動テスト、高齢者体力テスト等を行い、それらに基づいて、具体的な運動実践内容の構成、合理的な運動実践活動(強度、時間、回数)、運動実践効果の確認、改善プログラムの構築という手順を習得することが求められます。そのため、本講習会では高齢者体力テストの実践と活用方法について講義・実技を行い、資格取得希望者に対して「高齢者体力テスト指導士」の資格を授与致します。

2. 対象者: 現在、運動指導に携わっている方、或いは運動指導に将来携わる予定の満18歳以上の方。

3. 主 催: 公益財団法人日本スポーツクラブ協会

〒151-0053 東京都渋谷区代々木3-1-10 代々木中央ビル102

TEL(03)5354-5351 FAX(03)3373-0021

URL <http://www.jsca21.or.jp> E-mail [info@jsca21.or.jp](mailto:info@jsca21.or.jp)

4. 日 程: 平成30年6月23日(土) 9時50分～11時50分(受付9時40分～)

5. 場 所: 独立行政法人国立オリンピック記念青少年総合センター センター棟5F 501研修室  
東京都渋谷区代々木神園町3-1

6. 定 員: 50名(先着順・定員になり次第、締め切らせていただきます。)

7. 講 師: 丸山 麻子 順天堂大学 助手

### 8. 費 用

受 講 料: 一 般 5,000円

協会維持会員、協会認定校の教職員・学生、指導者登録会員 4,000円

資格認定料: 本資格の取得を希望される方は、上記受講料の他にレポート審査料2,000円、認定料2,000円、計4,000円がかかります。(認定証を発行します。更新の必要はありません。)

#### キャンセル料について

※入金後にキャンセルの場合は1,000円、開催日5日前からは2,000円、開催日

2日前からは3,000円を入金額から差し引き、返金致します。

※連絡なしのキャンセルの場合は、返金致しません。

※受講通知書受理後にキャンセルされる場合は事務手数料として500円、開催日5日前

からは2,000円、開催日2日前からは3,000円がかかりますので、請求書を送付致します。

※天災地変により欠席となる場合は、事務手数料として1,000円がかかります。

9. 申込方法: 別紙申込書を当協会事務局宛に送付してください。(FAX及びE-mailの受付も可)

