

介護予防事業のご案内

介護予防事業

平成16年度（2004年）に厚生労働省の介護予防モデル事業のお手伝いをはじめて以来、自治体が行う介護予防事業の委託・運営のお手伝いをさせていただき、そこで経験したノウハウを生かし、市区町村・地域包括支援センターなどのニーズに合わせ、介護予防プログラムのグループ指導を中心に実践しています。

また、高齢者センター・デイサービス・ショートステイなどの高齢者施設への運動指導員の出張指導や施設スタッフでは実施が難しい、体力測定や施設スタッフ向けの出張研修会などを行います。

【高齢者施設向け運動指導スタッフ派遣】企画のご案内

例えば、施設利用者に運動指導を実施したいが職員のスタッフが足りない。筋トレマシン等を使用した運動指導が出来る職員がいない、など、様々なご事情で高齢者向け機能向上トレーニング実施にお困りの施設様向けに、健康運動指導士や介護予防運動指導員資格を持ち、高齢者への運動指導の経験豊かな、当社運動指導スタッフが施設にお伺いして、皆様がお困りの状況に合わせて各種お手伝いをいたします。

年間を通じたの依頼や、イベントなどの単発の依頼などご要望に応じて対応いたします。お気軽にご相談ください。



【高齢者施設向け運動指導スタッフ派遣】企画概要

目的：高齢者の健康増進・生活機能向上・閉じこもり予防等

開催日時：週1回 1時間程度

会場：施設内ホール又は食堂

内容：イス座位でできるウォーミングアップ

タオルや簡単な器具を使った体操

歩行の改善につながる立位の体操

実施体制：運動指導員1名

費用：運動指導員1名 15,000円（税別）※別途交通費実費

その他：運動指導時には施設職員の方をサポートとして付けていただきます。

【高齢者施設スタッフ対象出張研修会】企画のご案内

高齢者への運動器の機能向上を目的とした運動指導では、今後は高齢者のADL・IADLの向上の為、筋力トレーニングを主体とした運動指導を安全に、効果的に実施出来るスキルが求められています。

そのスキルとはトレーニングマシンを使用した指導やトレーニングマシンを使用しない指導など、高齢者の体力や状況に合わせて、的確な運動指導及びサポートであり、高齢者の方が安全で、安心して運動を継続できるように指導できる人材が求められています。

当社では、高齢者施設のスタッフへの運動指導を目的として、経験豊かな主任運動指導スタッフが出張して研修会を開催します。研修内容、研修日程、その他、各施設様の要望に合わせて、スタッフ向けの研修会を企画・開催します。

【高齢者施設スタッフ対象出張研修会】企画概要

スタッフ

健康運動指導士等の高齢者の運動指導に精通した者 1名

開催時間

半日（約3時間）

実施費用

50,000円（税別）※別途交通費・宿泊費実費

【高齢者施設スタッフ対象出張研修会】 企画概要

実施例①

『トレーニングマシンを利用した運動指導研修』

- ・ トレーニングマシンの使用方法
- ・ トレーニングメニュー作成について
- ・ 指導上の注意点
- ・ トレーニングマシンを使用できない利用者への対応 など



実施例②

『トレーニングマシンを使用しない運動指導研修』

施設にある、簡易な器具などを

使用した運動方法の研修会

- ・ 座位で出来るストレッチ、トレーニング
- ・ 立位で出来るトレーニング
- ・ 歩行につなげるトレーニング
- ・ タオルや簡易な器具を使用したトレーニング など

