

# 高齢者の足を鍛える！

## フレイルトレーニング＜指導者＞養成講座

フットケア入門講座では、高齢者の足を正しい位置に「整える」をテーマに学習をしましたが、新講座では、**整えた足を「鍛える」**をテーマとして、様々なトレーニング方法を学習していきます。簡単な方法で、楽しく足が鍛えられる。そんな、「フレイルトレーニング」で、100歳まで歩くことのできる足づくりを、目指していただきたいと思っています。

また、本講座の修了者には、「指導者認定証」を発行いたしますので、ぜひ、あなたの働く環境の中や、ご家族、お知り合いに、フレイルトレーニングを実施してください。

超高齢化社会の日本、「フレイル対策としてのフットケア」は、厚生労働省のみならず、全国の地方自治体が注目をしており、今、最も求められるスキルです！

※フレイルとは？ 健康から要介護へ移行する中間の段階と言われており、主に加齢とともに心身の活力が低下し、生活機能障害、要介護状態、死亡などの危険性が高くなった状態



### 講師：大杉 京子 先生

フットケア研究会代表、メディカルセミナーズフットケアスクール 代表講師、国内、海外の技術やあらゆるケア、マッサージ法を学び、日本人にあった独自の技術を確立し、多数の足や身体のケアをおこない30年となる。また、積極的に後進育成にも注力しており、本講座「看護師のためのフットケア入門講座」は、2013年から全国主要都市で開催しており、2000名以上の医療介護職が参加をしている(2019年5月現在)

**主催（お問合せ先）**  
**メディカルセミナーズ事務局**  
 東京都調布市佐須町3-11-3-3F  
 電話：042-486-0477

さらに詳しいセミナー情報は、**ホームページをご覧ください。**  
<http://www.medisemi.com>  
 メディカルセミナーズ 検索

開催日時	2019年 9月1日(日) 10:00 ~16:00 (開場 9:30~)
会場	愛日会館 2F / 大阪府大阪市中央区本町4-7-11-2F 【交通アクセス】地下鉄御堂筋線「本町駅」4番階段から徒歩5分
対象 / 定員	看護師 / 40名 ※看護職以外の方でもご参加は可能です
受講料金	32,400 円(税、資料、物品込) ※受講料に昼食は含まれませんので、各自でお取りください。
修了者特典	指導者認定証を発行します。(途中参加、退席は不可)
プログラム	(講義) 1.フレイルと高齢者学 2.動作分析と筋力、可動域 (実技) 3.足関節と足部トレーニング 4.股関節と膝関節トレーニング 5.体幹と肩甲骨トレーニング
ご協力	本講座のプログラム作成にあたり、ご協力いただいた方々です。 ◆秋田豊氏(サッカー元日本代表、サッカー解説者、株式会社サンクトジャパン代表取締役) ◆大野有三氏(理学療法士、健康運動指導士)

### お申し込み方法 & お申込後の流れ

① FAX、電話、ホームページからお申込みください。(下記参照)  
 ② お申込みをされた方には、セミナー当日のご案内、受講料のお支払方法などをお知らせします。③ 受講料のお支払いが完了された方には、受講票、会場地図などを郵送いたします。

- ✓ FAXの場合：下記に必要事項をご記入の上、FAXしてください。当社よりお申込み代表者様宛にFAXでご返信いたします。
- ✓ 電話の場合：当社(042-486-0477)に連絡し、参加希望のセミナー名をお伝えください※受付時間：9~17時(土日祝日を除く)
- ✓ ホームページの場合：当社ホームページ(<http://www.medisemi.com>)からお申込みください。当社よりメールでご返信いたします。

お申込み代表者名	フリガナ	施設名	勤務部署
受講票送付住所	↓どちらかを○で囲ってください。〒 (自宅・勤務先)		
参加人数	名	電話番号(緊急連絡先)	FAX番号(必須) (自宅・勤務先)
1	すべての受講者名/フリガナ	ご職種	3
2			4

メディカルセミナーズ事務局行き  
 お申込みFAX番号(24時間受付)

▶ **050-3488-0116**

site