

高齢者の足を鍛える！

2022年 9月 4日(日) 東京会場

フレイルトレーニング® 1日集中講座

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、今回のフレイルトレーニングでは、その整えた足を「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、楽しく継続することで、足が鍛えられ、100歳まで歩くことのできる足づくりを、目指していきます。

超高齢化社会の日本、「フレイル対策としてのフットケア&トレーニング」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！「足を整える」と「足を鍛える」は、**両輪**です。どちらも欠かすことができません。ぜひこの限られた機会に、習得してください。

※フレイルとは？ 健常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

一般社団法人高齢者ケア推進協会理事、同協会フットケア、ハンドマッサージ代表講師、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、多数の手足や身体のケアをおこなう30年以上となる。また、病院、スクールなどでの技術指導をおこない、積極的に後進育成にも注力している。

WEBからの
お申込みは、
こちらの
QRコードへ→



開催日時	2022年 9月 4日(日) 10:00 ~16:00 (開場 9:30~)
会場	連合会館(2階)／東京都千代田区神田駿河台3-2-11 【地下鉄】新御茶ノ水駅から徒歩0分、【JR】御茶ノ水駅から徒歩5分
対象／定員	看護師／30名 ※看護職以外の方でもご参加は可能です
受講料金	19,800 円(税、資料、トレーニング用物品込) ※受講料に昼食は含まれません。 ※お支払方法は、銀行振込ですが、クレジット決済の希望者様は、WEBから申込みください。
プログラム	(講義) 人生100年時代の到来、フレイルとは？、フレイル予防の重要性、なぜフレイルになるのか？フレイルと転倒、加齢に伴う歩行様式の変化、姿勢をよくする理由、足部の機能と構造、回内足/回外足、足に良い靴の選び方、筋の再教育等 (実習) 足を鍛える！足裏コロコロ、立骨フミフミ、膝の筋膜リリース、後脛骨筋トレーニング、足の横アーチトレーニング、腓骨筋トレーニング、内転筋トレーニング、骨盤運動、肩甲骨寄せ

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。

主催 (お問合せ先)
メディカルセミナーズ事務局
東京都調布市東つじヶ丘1-2-6
電話：03-6909-0870

- ✓ FAXの場合：下記に必要な事項をご記入の上、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(03-6909-0870)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)	
すべての受講者名/フリガナ		ご職種	すべての受講者名/フリガナ	ご職種
1		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