

平成30年度 岡山県老人福祉施設協議会 第3回デイサービスセンター職員研修会
スローエアロビックによるレクリエーション研修会

～いくつになっても、身体はよみがえる～

1. 趣 旨

現代社会において、運動が健康の維持増進に果たすべき役割はますます重要なものになり、筋や骨、血管などの末梢組織だけではなく、運動によりご利用者と共に職員の気分や認知機能を司る脳への効果も期待され始めています。「心も体も健康」でないと生命力・介護力は減退していきます。今回はスローエアロビックをテーマに『いつでも・どこでも・誰とでも』、楽しく体を動かすことで活力になることを目的として開催します。

2. 主 催

岡山県老人福祉施設協議会・デイサービスセンター部会

3. 日 時

平成30年12月11日(火) 10:00～15:30

4. 会 場

きらめきプラザ4階401会議室(岡山市北区南方2-13-1)

5. 参加対象

施設・事業所の職員等 60名程度

※定員を越えてお断りする場合のみ、ご連絡いたします。※非会員の皆様も参加できます。

6. 日 程

9:30 10:00 12:00 13:00 15:00 15:30

受付	開会	【1】講義・演習	昼食 休憩	【1】講義・演習	【2】事例発表	閉会
----	----	----------	----------	----------	---------	----

※ 時間配分については、多少変更する場合がありますのでご了承ください。

7. 内 容

【1】講義・演習(10:00～12:00、13:00～15:00)

講 師：岡山県エアロビック連盟

事務局長 小竹森 麻衣子 氏

(サブ) 理事長 大原 光紀子 氏

【2】事例発表(15:00～15:30)

講 師：デイサービスセンター浮洲園 理学療法士

スローエアロビックによるレクリエーションを事業所にて実践している例を発表いただきます。

8. 参加費・昼食について

- ①参加費：会員施設・事業所無料 非会員：1人あたり10,000円（研修当日徴収）
- ②昼食：注文販売は行いませんので、各自ご持参ください。

9. 服装について

当日は動きやすい服装でお越しください。

10. 参加申込

- ①別紙参加申込書にて、平成30年12月4日（火）までに事務局あてお申込ください。
※FAX可。県老協ホームページ「会員ページ」より参加申込可能です。
- ②参加を取り消される場合はご連絡ください。

11. 会場アクセスのご案内

きらめきプラザ4階401会議室

（岡山市北区南方2丁目13-1）

【交通機関のご案内】

路線バス（岡山駅から）

- ・宇野バス、岡電バス『番町口』下車
- ・中鉄バス 『跨線橋東』下車

徒歩（岡山駅から） 約15分



研修会参加者のきらめきプラザ駐車場は、会議室利用規約により利用出来ないことになっています。ご不便をお掛けしますが、公共交通機関でお越しいただくか周辺の有料駐車場をご利用ください。

12. 申込・問合せ先

岡山県老人福祉施設協議会事務局 担当：橘

（岡山県社会福祉協議会 地域福祉部内）

〒700-0807 岡山市北区南方2丁目13-1 きらめきプラザ3階

TEL：086-226-3529 FAX：086-227-3566

E-mail：tachibana@fukushiokayama.or.jp

URL：http://www.okayama-roushikyo.jp/