

新体協第 731 号の 2

平成 29 年 1 月 5 日

新潟県栄養士会長 様

公益財団法人新潟県体育協会  
会 長 馬 場 潤 一 郎

平成 28 年度 健康づくりのための室内運動指導者研修会の開催について（依頼）

新春の候、ますます御清祥のこととお喜び申し上げます。

このたび、本会では、新潟県からの受託事業として、健康づくりのための室内運動指導に携わる方々を対象に、標記研修会を別紙実施要領のとおり開催します。

健康運動指導に関する知見を広める機会とともに、室内運動指導についての理解を深める機会として本研修会を是非ともお役立ていただきたいと思いますと考えております。

つきましては、御多用のところ誠に恐縮ですが、関係者に御案内くださいますようお願いいたします。

公益財団法人新潟県体育協会  
新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター  
担当：三留・齋藤（健康づくり）  
〒950-0933 新潟市中央区清五郎 6 7 番地 1 2  
デンカビッグスワンスタジアム内  
TEL 025-287-8806  
FAX 025-287-8807  
URL <http://www.ken-supo.jp>

## 平成 28 年度 健康づくりのための室内運動指導者研修会 実施要領

### 1 目的

高齢少子社会といわれる現在、生活習慣病を始めとするメタボリックシンドローム、ロコモティブシンドロームの予防対策の一つとして運動習慣は欠かせない。運動習慣の普及・定着を一層推進するためには、県民が身体活動や運動の重要性を理解し、日常生活の中で無理なく継続して実践することが重要である。また、健康づくりのための運動の重要要件として、指導者は身体の機能を理解し、安全かつ効果的な運動の方法を習得していくことが望まれている。

本研修では、QOLを高めるための運動の効果と実践を学び、指導者等が指導に必要な知識を深め、現場で実際に指導できる知識・技術を習得することにより、健康づくりのための運動指導者としての資質向上を図る。

### 2 主催

新潟県（業務受託者：公益財団法人新潟県体育協会）

### 3 受講対象者・定員

県、市町村の健康づくり事業を担当する保健師、管理栄養士、健康運動指導士、健康運動実践指導者、その他健康づくりに関わる者 40名

### 4 期日・会場

#### (1) 期日

平成 29 年 2 月 27 日（月） 13：30～16：30

#### (2) 会場

新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター 大研修室

新潟市中央区清五郎 67 番地 12 デンカビッグスワンスタジアム内

TEL：025-287-8806 FAX：025-287-8807

### 5 参加費

無 料

### 6 内容

#### (1) 日程

13：00	受付開始
13：30	開会・あいさつ
13：35	内容：「QOLを高めるためのレジスタンストレーニングとストレッチングの効果と実践（講義 60 分・実技 90 分）」 休憩含む（10 分）

(送付文不要)

公益財団法人新潟県体育協会  
新潟県健康づくり・スポーツ医学センター  
三留・齋藤 行き  
FAX 025-287-8807  
TEL 025-287-8806

## 健康づくりのための室内運動指導者研修会受講申込書

平成 29 年 月 日

所属名： \_\_\_\_\_

所属住所： \_\_\_\_\_

連絡先電話番号： \_\_\_\_\_ (担当： \_\_\_\_\_)

課・係名	職 種	氏 名	室内運動指導者としての 現在の従事状況 (該当の一つに○を付ける)	指導年数 (左欄で「1」を 記入の場合)	健康運動指導士・健康運 動実践指導者の有資格者 は、登録番号を記入して ください。
			1.指導者として従事 2.補助スタッフとして従事 3.指導していない(経験有り) 4.指導したことはない		当てはまる資格に☑してください <input type="checkbox"/> 健康運動指導士 <input type="checkbox"/> 健康運動実践指導者 〔登録番号〕
			1.指導者として従事 2.補助スタッフとして従事 3.指導していない(経験有り) 4.指導したことはない		当てはまる資格に☑してください <input type="checkbox"/> 健康運動指導士 <input type="checkbox"/> 健康運動実践指導者 〔登録番号〕
			1.指導者として従事 2.補助スタッフとして従事 3.指導していない(経験有り) 4.指導したことはない		当てはまる資格に☑してください <input type="checkbox"/> 健康運動指導士 <input type="checkbox"/> 健康運動実践指導者 〔登録番号〕