

平成28年 7月29日 (金)

健康運動指導士  
健康運動実践指導者

日本健康運動指導士会  
茨城県支部長 本村 利津子

## 平成28年度第 1回 日本健康運動指導士会茨城県支部研修会開催のご案内

拝啓 皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

健康運動指導士、健康運動実践指導者の皆様におかれましては、日頃健康づくりに関する様々な分野でご活躍のことと思います。

さて、このたび下記により平成28年度第1回茨城県支部研修会を開催いたしますので、ご案内申し上げます。この研修会は資格更新のための認定講習会になりますので、皆様のご参加をお待ち申し上げます。

敬具

### 記

- 主催 NPO 法人日本健康運動指導士会  
主管 日本健康運動指導士会茨城県支部  
後援 (公財) 健康・体力づくり事業財団 健康日本21推進全国連絡協議会
- 期日 平成28年10月23日(日)
- 会場 茨城県 流通経済大学 スポーツ健康センター  
茨城県竜ヶ崎市120 電話 0297-60-1155
- 対象 健康運動指導士、健康運動実践指導者 一般指導者
- 定員 70名
- 登録単位認定数 講義 1.0単位 実習 4.0単位 合計 5.0単位
- 内容

実施時間	講師	内 容
講義 10:00～ 11:00	橋本 有子(ハシトコ)先生 (お茶の水女子大学非常勤 講師)	「ストレッチングの基礎知識」 ストレッチング指導で大切な、ヒトの筋骨格系の基礎知識を学び、ストレッチングの効果と注意点について考える。
実習 11:00～ 12:00 13:00～ 16:00	橋本 有子(ハシトコ)先生 (お茶の水女子大学非常勤 講師)	「ストレッチング指導実習」 ストレッチングの実践を通し、ストレッチングと筋骨格系構造の理解を深め、双方のつながりを体感的に学ぶ。このことにより、「理論や知識に基づいた鮮明なボディイメージ」を対象者に伝える術を知り、ストレッチング指導の実践力を身に付ける。

- (5.0単位講習) 受講料 10,800円(税込)  
指導士会会員 5,400円(税込)
- 申込方法 ①受講料のお振込み、及び、申込用紙に必要事項をご記入のうえ、茨城県支部事務局へ E-Mail、FAXまたは郵送にてお申込み下さい。なお、メールでのお申し込みは**開封確認**を設定して下さい。開封確認の返信が届かない場合は、迷惑メール対策設定で jafias.net ドメインからのメールを受信許可として下さい。  
②振込確認後、メール申込者へはメールで受講票、その他は受講票(はがき)を郵送します。

★申込先 〒300-0843 土浦市中村南4-11-7 ジョイフルアスレティッククラブ内  
日本健康運動指導士会茨城県支部 糸山宛  
E-mail ([ibarakishibu@jafias.net](mailto:ibarakishibu@jafias.net)) FAX 029-842-8789

★振込先 ●ゆうちょ銀行口座：【記号】10620【番号】28074201  
●加入者名： 日本健康運動指導士会茨城県支部  
☆他銀行から振込みの場合 【店名】〇六八(読み ゼロロクハチ)【店番】068  
【預金種目】普通預金 【口座番号】2807420

\*振込手数料は自己負担でお願い致します。

- 締切：平成28年10月14日(金)(定員になり次第締め切らせていただきます)
- 持ち物：健康運動指導士・健康運動実践指導者証、筆記具、運動できる服装、上履き、タオル(必要数のストレッチマットを準備できません。膝腰等が床に当たって痛くならないよう、マットの代用としてご持参下さい)、昼食
- 連絡先：日本健康運動指導士会茨城県支部事務局 糸山 TEL 029-842-8833

講師プロフィール

橋本 有子先生

【現職】

大学非常勤講師（お茶の水女子大学、杏林大学、武蔵野大学など）  
順天堂大学大学院 スポーツ健康科学研究科 博士後期課程在学中

【略歴】

お茶の水女子大学大学院 人間文化創成科学研究科 人間文化科学専攻 修了  
ニューヨーク州立大学大学院 ブロックポート校 舞踊専攻 修了

NPO 法人日本健康運動指導士会のご案内

当会は、健康運動指導士・健康運動実践指導者の皆様の職能団体です。当会への入会につきましては、下記の本部事務局まで、健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録番号・氏名・郵便番号・住所・電話番号を明記の上、「入会資料希望として」FAX または e-mail にてお知らせください。折り返し郵送にて入会のご案内をお送りいたします。

入会資料申請先：NPO 法人日本健康運動指導士会本部事務局 宛

〒105-0004 東京都港区新橋 6 丁目 20 番 1 号 ル・ガ ラシエル BLDG. 1-602 FAX：03-5472-5820

e-mail:office@jafias.net (支部研修会の申込先とは異なります。ご注意ください)

.....キ.....リ.....ト.....リ.....

日本健康運動指導士会茨城県支部

研修会申込書

実施日：平成28年10月23日（日）10：00 ～ 16：00

ふりがな	
氏名	
性別（男・女）	年齢（歳）
登録番号；	必ず記入してください
健康運動指導士 ・ 実践指導者 ・ 一般	○をつけてください
健康運動指導士会に； 入会 ・ 未入会	○をつけてください
現在従事している業務内容（ ）	
運動指導経験	（豊富・普通・無し）
連絡先住所	〒
電話	
FAX	

送付先；

E-mail ([ibarakishibu@jafias.net](mailto:ibarakishibu@jafias.net))

FAX 029-842-8789