

「第2回健康づくりサポーター講習会」開催のお知らせ

ふくしまスポーツプロモーション（以下「当法人」）は、中高年者を対象として健康の維持増進を目的とした運動支援を行う非営利型の一般社団法人です。

健康の維持増進を目的に運動を行う際、指導者の関わりは非常に重要です。この考え方から、当法人は昨年より、健康づくりに関わる方を対象に講習会（健康運動指導士・実践指導者認定講習会）を実施してきました。

今年は、「運動と糖尿病」をテーマに講習会を実施いたします。

運動（筋活動）は、糖尿病の予防に対して極めて有効なツールです。本講義では、まず、運動によって骨格筋がどのように糖を取り込むのか、トレーニングによってその性質はどのように変化するのかについて、生理・生化学的に解説を行います。次に実際に多くの糖尿病患者に対して運動指導を長年行ってきた太田西ノ内病院運動指導室の先生方を講師に迎え、指導上の問題点等について講義および実技指導をして頂きます。

本講習会は、健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な履修単位として講義3.0単位、実技1.0単位が認められます。（認定番号 126542）

本講習会が、皆様の今後の活動の参考になるよう、ぜひご活用ください。

記

【主催】 一般社団法人 ふくしまスポーツプロモーション

【後援】 福島県伊達市 福島市

【日時】 平成24年9月30日（日）

【会場】 コラッセふくしま5階 研修室
(福島県福島市三河南町1番20号)

【受講料】 7000円

【定員】 70名(先着)

【取得単位数】 講義3.0単位、実技1.0単位

【申込方法】 別紙申込書に必要事項をご記入の上、FAXまたは郵送で下記までお申し込み下さい。FAXまたは郵送以外のお申し込みは受付できませんので、あらかじめご了承ください。申込期限は9月10日となります。（当日消印有効）
申込み受付後、事務局より受講票をお送りいたします。
尚、定員に達した時点で、締め切りとさせていただきますので、お早めにお申込みください。詳細は随時ホームページに掲載します。

【受講料振込について】 受講料は受講票に記載の指定口座にお振込みいただきます。
振込期限は9月24日(月)です。

振込がない場合、受講をお断りする場合があります。

【事務局】 〒960-0801

福島県伊達市霊山町掛田字町田14-5 霊山総合福祉センター内

一般社団法人 ふくしまスポーツプロモーション

TEL 050-1093-8419（担当：田島）

FAX 024-525-4069（共用）

メール tashima@fs-promotion.net

HP <http://www.fs-promotion.com/>

時間	内容	講師
10:00~10:10	開講式	
10:10~11:40	【講義】運動・トレーニングに伴う骨格筋の糖代謝について	福島大学 安田 俊広 准教授
13:00~14:30	【講義】糖尿病運動のすすめ	健康科学アドバイザー(日本 体力医学会) 藤沼 宏彰
14:45~15:45	【実習】糖尿病を有する患者に対する適切な運動療法	(財)太田西ノ内病院 運動指 導室 室長補佐 佐久間 貞典
15:45~16:00	閉講式	