



MY ISUTORE MY FITNESS.NPO

イスを使った健康体操 【MYイス指導員】 資格取得者募集



【第1回 MYイストレコース】1日で資格取得ができます

- ◆会場 国立オリンピック記念青少年センター
渋谷区代々木神園町 3-1 (小田急線 参宮橋徒歩7分)
- ◆内容 7月20日(土)
I部 10:20~11:50 90分:研修 センター棟 4F 401号室<修了書I>
昼食後 II部 13:15~14:15 1時間:講演会 センター棟 4F 403号室
14:30~16:00 90分:イストレ講習会 // <修了書II>
- ◆費用 26,000円<賛助会員 25,000円・税込>
(入会金:5,000円・年会費 5,000円・テキスト代・修了書I・修了書IIその他)
- ◆試験 終了後 筆記試験・実技補習 「MYイス指導員」資格を取得
- ◆申し込み方法 事務局 TEL 03-3557-2328 FAX 03-3992-0725
E-mail mfk-10@myfitness.jp HP: //www.myfitness.jp/

● II部だけの参加の場合は 費用: 5,400円<税込・修了書II>

II部「修了書II」を受講し、体験を通して改めて資格の取得を希望される場合は、当日なら理事まで、後日ならば上記連絡先までお問い合わせください。

MYイス指導員募集

【第1回 MYイストレコース】

家族の介護者や施設職員の方、教室運営希望者、既存の教室へのアイデア取得希望者も、幅広く募集します。

NPO法人MYフィットネス研究会が主催する「イスに座って又は使ったの体操」で活動できる資格です。未経験者でも丁寧に指導します。シニア世代はもちろん強度を上げれば若い世代の教室にも効果があります。

新たに教室を開きたい人向けに実技講習をそっくりそのまま出せるように考案されています。資格取得後のフォローアップや特典サポートもありますので、安心して教室を継続できます。

NPO法人MYフィットネス研究会「認定指導員」への道も用意されています。イスだけでなくストレッチやエクササイズ、ダンスの要素のある教室も挑戦できます。

詳しくはHPをご覧ください。



講師紹介

杉本浩司 Koji Sugimoto 42歳



メディカル・ケア・サービス株式会社 サービス創造統括部 副部長

日本一かわいい介護福祉士、認定介護福祉士の唯一の人物モデルとして注目されています。

介護福祉士として、介護の面白さを伝える講演や自立支援、人材育成、経営管理等の講演活動の他、施設アドバイザーやコンサルタント、各団体幹事や顧問、理事としても活躍。

BS-TBS 特番『LIVING SHIFT』で「介護業界の異端児」として紹介、今年2月18日には読売新聞の1面でキャスターの安藤優子さんとの対談が掲載され、反響を受ける。テレビ、新聞、対談、インタビュー等、業界内外からの注目度も高い。

講演は年間70回以上、7000人以上の聴講者がいるなど、常に最先端の介護を実践している業界のトップランナー。

NPO法人MYフィットネス研究会

【健康寿命を延ばすお手伝い】

NPO法人MYフィットネス研究会では約20年イスを使った体操に取り組んでまいりましたが、昨今叫ばれています「100歳まで生きる！」は、近いうちに私たちの身にも迫ってくる問題です。

シニアライフを楽しむためだけでなく、姿勢を整え不必要な力を抜いて動ける体を作る意味でも、MYイストレはお役に立てます。



理事長 松原恵子

NPO法人MYフィットネス研究会はボールやベルトも使用した健康体操やダンスを提案し、会員指導員の教室運営のお手伝いをする団体です。