

## 「歩く人。」インストラクター養成講習会開催要項

1. 目的  
被災地では、生活環境の急変から生活不活発病となり、健康寿命を損なうケースが多発しています。また、被災地に限らず、超高齢社会となった日本では健康寿命の延伸は喫緊の課題となっています。「歩く人。」プログラムは、日常生活での「歩くこと」を重視し、歩行能力を保持する期間としての歩行寿命を延ばし、引いては健康寿命を延伸することを目的としています。この目的を達成するには、歩くことの効果とリスクについて理解し、運動器を痛めない安全な歩き方や歩くために必要な種々のコンディショニングを指導する能力をもつインストラクターが必要であり、その養成が急務です。  
本養成事業では、健康運動指導士等の一定の運動指導能力と経験があり、活動目的に賛同する人を対象に「歩く人。」プログラムの知識と技能を付加し、迅速に養成することとします。
2. 主催  
一般社団法人 OVAL HEART JAPAN
3. 後援  
公益社団法人日本医師会 厚生労働省申請中 大阪府申請中
4. 協力  
シナプソロジー普及会／(株)ルネサンス  
NPO 法人いきいき・のびのび健康づくり協会
5. 日時と会場  
2017年3月11日～12日 大阪会場：ラクタブドーム／大阪府門真市  
2017年3月25日～26日 東京会場：ルネサンス本社／東京都墨田区  
※いずれも1日目：10：00～17：10 2日目：10：00～16：00（認定試験を含む）  
※定員は各会場50名
7. 受講対象資格
  - ① 「歩く人。」の活動に賛同する人
  - ② 以下のいずれか一つに該当する人
    - a. 以下の資格を有している人  
医師、歯科医師、看護師、准看護師、保健師、助産師、薬剤師、あんまマッサージ師、鍼灸師、柔道整復師、理学療法士、管理栄養士、栄養士、作業療法士、言語聴覚士、健康運動指導士、健康運動実践指導者、臨床検査技師、ヘルスケアトレーナー、日本体育協会公認アスレチックトレーナー、日本体育協会公認コーチ、NSCA-CPT、シナプソロジー普及会会員、いきいき・のびのび健康づくり協会会員
    - b. 運動指導歴が3年以上の人
    - c. 上記の条件と同等以上の能力を有すると事務局が認定した人
  - ③ 非喫煙者が望ましい

裏面につづく

## 8. 受講料（テキスト代、認定試験料を含む）

一般：26,000 円

シナプソロジー普及会会員、いきいき・のびのび健康づくり協会会員：22,000 円

## 9. 主な内容と講師

- ・歩行と健康長寿についての科学的検証／大阪産業大学教授 佐藤真治
- ・歩くことと様々な疾病／日本医師会常任理事 羽鳥裕
- ・歩行寿命を延ばす歩き方、機能測定、基礎体力づくり  
／ダイナミックスポーツ医学研究所顧問 土井龍雄
- ・歩くための脳と体の準備 “シナプソロジー”  
／シナプソロジー普及会アドバンス教育トレーナー 佐々木夏子（東京会場）  
梅本道代（大阪会場）
- ・歩行プログラムを普及するリーダーづくり  
／一般社団法人 OVAL HEART JAPAN 代表理事 大西一平

※講習内容と講師は変更される場合があります。

※健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新講習会として申請予定。

## 10. お申込み手続き

下記①～⑧をご記入（書式自由）の上、事務局宛てに E-mail または郵送にてお送りください。ご予約受付通知を返信させていただきます。

- ①氏名 ②郵便番号と住所 ③E-mail アドレス ④所属先名 ⑤所有資格  
⑥運動指導年数 ⑦希望会場 ⑧シナプソロジー普及会会員番号／いきいき・のびのび健康づくり協会会員番号（会員番号：〇〇〇〇〇と記入してください）

※お申込み受けは先着順により定員になり次第締め切ります。

<お申込み先> 〒104-0051 東京都中央区佃3丁目2-4 プラムハウス  
一般社団法人 OVAL HEART JAPAN 事務局  
E-mail: info@oval-heart-j.com  
TEL: 070-4424-7776

### 11. 認定試験 講習会修了者を対象に講習会最終日に認定試験を行う。

### 12. 登録

- ① 認定試験に合格された後、登録されると「歩く人。」インストラクターとして資格認定し、下記ツール（※）を配給します。
- ② 「歩く人。」インストラクターは「歩く人。」インストラクターの称号を用いての運動指導や地域の高齢者などを対象とした講習会を開催する等の活動ができます。
- ③ 資格認定登録料（2年間有効） 12,000 円（継続登録料は2年毎に2,000 円）

※「歩く人。」ツール

- ① 歩く人指導用 DVD セット一式
- ② 資格認定証
- ③ 「歩く人。」インストラクター・ライセンスカード
- ④ 「歩く人。」T シャツ
- ⑤ ライセンスバッジ