

# メディカル・フィットネス協会認定 介護予防運動トレーナー養成講習会

～ メディカル・フィットネス協会認定介護予防運動トレーナーとは ～

介護予防とは「要介護状態の発生をできる限り防ぐ（遅らせる）こと、そして要介護状態にあってもその悪化をできる限り防ぐこと」と定義される。介護予防とは、単に高齢者の運動機能や栄養状態といった個々の要素の改善だけをめざすものではない。むしろ、これら心身機能の改善や環境調整などを通じて、個々の高齢者の生活行為（活動レベル）や参加（役割レベル）の向上をもたらし、それによって一人ひとりの生きがいや自己実現のための取り組みを支援して、生活の質（QOL）の向上をめざすものである。これにより、国民の健康寿命をできる限りのばすとともに、真に喜ぶに値する長寿社会を創成することを、介護予防はめざしている。（厚生労働省：介護予防マニュアル改訂版より）

メディカル・フィットネス協会認定「介護予防運動トレーナー」は、介護予防に関する知識や実践を身につけ、安全で効果的な運動プログラムを提供するとともに、高齢者一人ひとりの生きがいや自己実現のための取り組みを支援するための資格です。

## 介護予防運動トレーナーが活躍できるフィールド

介護施設	高齢者施設	病院・整骨院
地方自治体	介護予防事業関連施設	健康増進施設
フィットネス施設	健康関連企業	地域コミュニティ

【養成講習会カリキュラム】 ※開催会場により開始時間等が一部異なりますのでご注意ください。

	1日目（特例コース免除）	2日目	3日目	4日目
	開講式（初日参加者）	特例コース参加者集合		
9:30～11:00	<u>介護予防概論</u>	<u>介護予防マネジメント</u>	<u>失禁予防理論</u>	<u>低栄養予防理論</u>
	小 休 憩			
11:10～12:40	<u>高齢者筋力向上 トレーニング理論</u>	<u>認知症予防理論</u>	<u>転倒予防理論</u>	<u>行動科学理論</u>
	昼 休 憩			
13:30～15:30	<u>高齢者ストレッチング 実習</u>	<u>レクリエーション 実習</u>	<u>高齢者トレーニング 実習③</u>	<u>認定試験 閉講式</u>
	小 休 憩			
15:40～17:40	<u>高齢者トレーニング 実習①</u>	<u>高齢者トレーニング 実習②</u>	<u>体力測定実習</u>	

【主催】

一般社団法人  
MFEA **メディカル・フィットネス協会**

【後援】

学校法人大阪滋慶学園大阪ハイテクノロジー専門学校  
学校法人滋慶学園東京メディカル・スポーツ専門学校  
学校法人産業技術学園北海道メディカル・スポーツ専門学校  
学校法人広島YMCA学園広島YMCA専門学校  
学校法人滋慶学園東京福祉専門学校

## 平成 29 年度 介護予防運動トレーナー養成講習会 開催要項

【開催日程】 ※追加開催のある場合は協会ホームページにてお知らせいたします。

第 1 回 大阪会場	平成 29 年 6 月 10 日(土) 及び 11 日(日), 17 日(土), 18 日(日)	健康運動
	大阪ハイテクノロジー専門学校 第 2 校舎 (大阪府大阪市淀川区宮原 4-4-65)	
第 2 回 東京会場	平成 29 年 7 月 8 日(土) 及び 9 日(日), 15 日(土), 16 日(日)	健康運動
	東京メディカル・スポーツ専門学校 (東京都江戸川区西葛西 3-1-16)	
第 3 回 北海道会場	平成 29 年 8 月 19 日(土) 及び 20 日(日), 26 日(土), 27 日(日)	健康運動 NSCA
	北海道メディカル・スポーツ専門学校 (北海道恵庭市恵み野北 2-12-4)	
第 4 回 広島会場	平成 29 年 9 月 9 日(土) 及び 10 日(日), 16 日(土), 17 日(日)	健康運動 NSCA
	広島 YMCA 専門学校 (広島県広島市中区八丁堀 7-11)	
第 5 回 福岡会場	平成 29 年 10 月 7 日(土) 及び 8 日(日), 14 日(土), 15 日(日)	健康運動 JAJA NSCA
	福岡県糟屋郡篠栗町, JR 篠栗駅から徒歩 5 分 (会場は決まっておりますのでお問い合わせください)	
第 6 回 大阪会場	平成 29 年 11 月 11 日(土) 及び 12 日(日), 18 日(土), 19 日(日)	健康運動 NSCA
	大阪ハイテクノロジー専門学校 第 2 校舎 (大阪府大阪市淀川区宮原 4-4-65)	
第 7 回 東京会場	平成 30 年 2 月 3 日(土) 及び 4 日(日), 10 日(土), 11 日(日)	健康運動(申請予定)
	東京福祉専門学校 (東京都江戸川区西葛西 5-10-32)	

健康運動 : 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を付与 (講義 9 単位、実習 8 単位)

JAJA : JAJA 教育単位研修会として認可 (旧制度取得単位 : 5.0 GFI 取得単位 : 10.0)

NSCA : NSCA-CPT 及び CSCS の資格更新に必要な継続教育単位 (CEU) として 1.7CEU (カテゴリーA) が付与

※表記がない会場は申請中又は申請を行っておりませんのでご注意ください。

### 【受講対象者】

介護福祉士 社会福祉士 医師 看護師 准看護師 理学療法士 作業療法士 柔道整復師 鍼灸師  
管理栄養士 介護支援専門員 介護職員実務者研修 (ホームヘルパー 1 級・介護職員基礎研修)  
介護職員初任者研修課程 (ホームヘルパー 2 級) または福祉・介護・運動施設での実務経験が 2 年以上の者  
運動指導資格保有者※1 その他協会が認めた者※2

※1 運動指導資格 (スチューデントトレーナー中級又は上級, 健康ケアトレーナー, 健康運動指導士, 健康運動実践指導者, ヘルスケアトレーナー, NSCA-CPT, CSCS 等) 保有者は、1 日目を除く「特例コース (3 日間)」の対象となります。特例コース受講者は、希望により基礎講座を無料で受講していただくことが可能です。ただし、ストレッチングやエアロビクスダンスエクササイズ等、特定の運動内容に限定した指導資格については通常コースの対象となります。

※2 「その他協会が認めた者」として受講を希望される場合は、経験や保有資格等を考慮し受講の可否を判断いたしますので、お申し込み前に協会事務局までお問合せください。

### 【介護予防運動トレーナー資格 (登録) について】

認定試験終了後、2 週間程で試験結果を送付いたします。認定試験に合格し、介護予防運動トレーナーとして登録された方には、『資格登録証』と『資格認定会員 会員証』を発行いたします。なお、登録時に資格登録料として 5,000 円 (次年度までの年会費 3,000 円を含む) が必要となります。

介護予防運動トレーナーとして登録された方は、メディカル・フィットネス協会の資格認定会員となり、セミナーの受講料が会員料金となる等の会員特典がご利用いただけます。

### 【受講料金 (認定試験料及びテキスト代込)】

通常コース (4 日間) : 一般 65,000 円 MFA 会員 55,000 円

特例コース (3 日間) : 一般 50,000 円 MFA 会員 45,000 円

※特例コース受講者は、希望により通常コース初日を無料で受講していただくことが可能です。

### 【申込方法】

参加申込書に必要事項をご記入の上、受講資格の証明書類と一緒に（会員の方は会員証のコピーも添えて）郵送又はファックスにてお送りください。受付後、3日以内（土日祝日を除く）にメール又はファックス（記入がない場合はお電話）にて受講料のお振込みに関する連絡をさせていただきます。連絡がない場合は不着の可能性がございますので、その場合はお手数ですが事務局までご連絡ください。（定員となっている場合でもその旨ご連絡いたします）

なお、受講（開始）6日前までにキャンセルされた場合は、手数料（540円）を差し引いた金額をご返金いたしますが、6日前までにキャンセルの連絡がない場合は受講されるものとし、その後にキャンセルをされた場合は返金いたしかねますので、予めご了承ください。

## 参加申込書（FAX・郵送用）

フリガナ				No.		
氏名						
生年月日	大正・昭和・平成	年	月	日（満 歳）	性別	男・女
住所	〒 — 都道府県					
電話	—	—	ファックス	—	—	
※記入された内容に確認が必要な場合に連絡させていただく場合がございますので、電話番号は必ずご記入ください。 また、受講料のお振込みに関するご連絡をいたしますので、ファックス又はメールアドレスもできるだけご記入ください。						
メール						@
保有資格 (単位申請)	<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 ( ) <input type="checkbox"/> JAFPA 保有資格及び有効期限 ( ) <input type="checkbox"/> NSCA-CPT ( 年取得) <input type="checkbox"/> CSCS ( 年取得) 会員番号 ( )					
勤務先 (学校)			部署 (学部)			
参加される イベント	平成29年度 介護予防運動トレーナー養成講習会 第 回 会場 <input type="checkbox"/> 通常コース <input type="checkbox"/> 特例コース (1日目の受講 <input type="checkbox"/> 希望する <input type="checkbox"/> 希望しない) ※受講資格(保有資格)の証明書のコピーを添えてお申込みください。					
会員種別	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> MFA 法人・学校会員 <input type="checkbox"/> MFA 資格認定会員 (会員番号: ) ※法人会員及び学校会員に所属されている方は、社員証(学生証)等証明書類のコピーを添えてお申込みください。					
備考						

【メールマガジン配信申込】 ※「magazine@mfa.or.jp」からのメールが受信できるように設定をお願いします。

上記の連絡先メールアドレスに配信を希望（下記は記入不要）

別のアドレスに配信 @

### 【お申込み・お問合せ】

(一社) メディカル・フィットネス協会 事務局 介護予防運動トレーナー係

〒532-0003 大阪市淀川区宮原1-2-9 TEL. 06-6150-2322 FAX. 06-6150-2323 E-mail info@mfa.or.jp

# 実務経験証明書

※「実務経験」で受講される場合に提出していただく書類ですので、資格をお持ちでない方のみご提出ください。  
活動施設（団体）が複数ある場合は施設（団体）毎に書類を作成してください。

フリガナ			
受講者 氏名			
生年月日	大正・昭和・平成	年 月 日 (満 歳)	性別 男・女
受講者 住所	〒 ー 都道府県		
活動期間	年 月 日 ~ 年 月 日 ( 年 ヶ月) ※必要な期間は原則「2年」以上ですが、活動形態（頻度等）によってはそれ以上の期間が必要になる場合があります。		
職種及び 活動形態	「介護福祉士：常勤（週休2日）」「スポーツインストラクター：パート（週3日程度）」等		
活動の時間・頻度等	主な活動内容		
例：週2日（火曜日・金曜日） 13時～17時（30分の休憩含む）	トレーニングルーム利用者に対するストレッチング・筋力トレーニング指導のほか、受付業務全般。		
備考			

上記のとおり実務経験を有することを証明します。

証明書作成日：平成 年 月 日

施設（団体）名：

代表者（役職・氏名）：

施設（団体）所在地：

連絡先電話番号：

ー

ー

(内線：

公印

)