



介護現場で活かせる!使える!介護ステップアップ講座



介護予防、生きがい作り、健康増進に
『介護に活かすスポーツ吹き矢』体験講座

「スポーツ吹き矢」は、年齢性別に関わらず誰でもできる有酸素運動です。20発吹くだけで、5km歩く運動量に相当します。その効果として●腹式呼吸による内臓機能の強化、内臓脂肪の減少 ●吹き矢を咥えることによる口腔筋の強化、唾液分泌の促進 ●集中力の強化や脳活性 ●尿失禁の改善 等が認められ(テレビ東京「主治医が見つかる診療所」でも紹介)、医療・介護分野での導入が急速に進んでいます。その他、◆高血圧◆喘息◆腰痛◆美肌ダイエット◆冷え性◆肩こり等への効果も期待でき、コミュニケーションを楽しみながら健康になれる「スポーツ吹き矢」、是非体験してみてください。

《日程》

- ① 平成27年 9月25日(金) 15:00~16:00
- ② 平成27年 10月 8日(木) 10:00~11:00
- ③ 平成27年 10月13日(火) 18:30~19:30
- ④ 平成27年 10月24日(土) 14:00~15:00
- ⑤ 平成27年 11月13日(金) 14:00~15:00

※ 各回、内容は同じです。希望日を選択して下さい。

いつでも、どこでも、手当てのチカラ
『東洋医学的ハンドタッチケア』初級講座

身体的な効果にとどまらず、人の心を癒し、支える「手当て」としての効果にも注目が集まっている「ハンドタッチケア」に、東洋医学の秘訣を加味した「東洋医学的ハンドタッチケア」について講義と演習を交えて学びます。

マンツーマンで行う「東洋医学的ハンドタッチケア」は、肌と肌とのふれあいによって安心感や、信頼感が生まれて、コミュニケーションの向上や緩和ケアに役立つ方法です。「東洋医学的ハンドタッチケア」の手法を是非この機会に学んでみましょう。

《日程》

- ① 平成27年 9月25日(金) 18:00~19:30
- ② 平成27年 10月 8日(木) 14:00~15:30
- ③ 平成27年 10月13日(火) 10:00~11:30
- ④ 平成27年 10月24日(土) 10:00~11:30
- ⑤ 平成27年 11月13日(金) 10:30~12:00

※ 各回、内容は同じです。希望日を選択して下さい。

《定員》 各回 20名 (各回先着順)

《受講料》 各講座 950円 (消費税込み)

《場所》 岡山市北区本町10-22 本町ビル5階

岡山駅徒歩4分 (お車で越しの方は近隣の駐車場をご利用ください。)

《締め切り》 開催日の2日前まで(定員になり次第、締め切らせていただきます。)

※参加確定の方へのご連絡はいたしませんので、お申し込みの日程にお越しく下さい。

《申込方法》 受講申込欄をご記入の上 FAX、またはメール、お電話でお申込みください。

《申込先》 株式会社 Opas (東洋セラピストカレッジ) TEL:086-231-9213 FAX:086-231-9220

東洋セラピストカレッジ 検索

Email: hirohon@amber.plala.or.jp

《講師》 本間 裕康 株式会社 Opas 代表取締役 東洋セラピストカレッジ学院長 福山福祉専門学校講師 漢方薬メーカー支店長、玉野総合医療専門学校「東洋医学介護論」講師等を経て現職。東洋医学資格者養成、介護資格者養成など人材の育成を行うと共に、自治体での講演、健康記事連載執筆など幅広く活動している。さらに介護予防・生きがい作りの一環として、スポーツ吹き矢(三段・公認指導員)、津軽三味線(竹仙会名取)の指導・普及にも努めている。

受講申込み: 事業所名

ご住所

TEL

氏名	ご連絡先	ご希望の講座に○をしてください	希望日
		吹き矢・ハンドケア	月 日
		吹き矢・ハンドケア	月 日
		吹き矢・ハンドケア	月 日

お申込み FAX 番号 : 086-231-9220