

東神楽町2期生の募集です！

リハビリ体操指導士養成講習会

リハビリ体操とは

関節可動域の拡大や筋力の向上などを目的とした約100種類の体操。特別な道具を必要とせず、健康な方から日常生活にお手伝いが必要な方まで、介護予防に効果のある体操として全国に普及しています。



(考案者：茨城県立健康プラザ医師 大田仁史先生)

リハビリ体操指導士とは、講習会で得た知識をもとに住民主体の通いの場での「体操」の部分を担当または助言することにより、住民同士の支えあいによる健康増進を図るリーダー的存在が期待されています。

募 集 要 項

日 時：令和7年9月12日（金）～12月5日（金）

（11/28を除く毎週金曜、認定書授与式を含む全12回）

13：30～16：30

場 所：複合施設はなのわ B棟5・6・7

要 件：(1) リハビリ体操に関心がある方（年齢・経歴不問）
(2) 原則全12回の講習会を受講できる方

定 員：30名程度

参加費：500円（初回9月12日に集金します）

締 切：令和7年8月20日（水）

お申込：電話またはQRコードよりお申込下さい

東神楽地域包括支援センター

電話：83-5600（直通）



申込用QRコード

講習会概要

ご自身の健康管理や地域で体操指導が
出来る人材を育成する目的で、基礎となる



簡単な骨や筋肉・身体の動く仕組みと

約 100 種類のリハビリ体操を学びます。特別な道具
を使わず、「いつでも」「どこでも」「ひとりでも」

行えます。リハビリ専門職が丁寧に教えてくれます。

日程

2025 年 9 月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

2025 年 10 月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2025 年 11 月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

2025 年 12 月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

開催日 12月5日は認定証授与式

沢山のご参加
お待ちしております！

