

# 介護予防運動指導員の皆さんへ

筋力アップ教室でスキルアップをしませんか？

東京都鍼灸師会が日本鍼灸師会館で実施している筋力アップは利用者の方々はもとより行政（豊島区）からも高い評価を得ています。

今年度も豊島区からの委託を頂き、地域在住の高齢（65歳以上）の方々を対象に筋力アップ教室を実施しています。

毎年度二回（各15回コース）の筋力アップ教室は介護予防運動指導員でもある鍼灸師が実施者として担当します。

今年度も実施者として参加してくださる先生を募集しています。鍼灸師であれば誰でも参加していただけます。

鍼灸施術の対象者の多くは高齢者としても過言でもないでしょう。

この筋力アップ教室で高齢者の特性やニーズ、そして高齢者向け筋力運動の実験を体験することで多面的角度からのアドバイスが可能になります。

参加希望の方、関心のある方は下記までご連絡ください。また、内容詳細はHPをご覧ください。

社団法人東京都鍼灸師会 事務局 03-3985-7501

日程・・・毎週水曜日・週一回。合計15回。

第一回目…平成24年5月9日（水）～平成24年12月19日（水）

第二回目…平成24年10月24日（水）～平成25年6月19日（水）

時間

10時～11時半。（事前事後の準備のため9時～12時の参加です）

会場

日本鍼灸師会 会館2階会議室（JR大塚駅から徒歩3分）