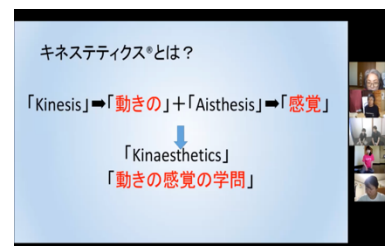


キネステティクス®リモート体験会

・コロナ禍でデスクワークなどが増え、体がきつい方、
起き上がり介助などの動きの支援をしていて、
自分の身体を痛めた経験のある方、
ぜひ、**自分の動き**を見直してみませんか？

・日常、何気なく行っていた自分の動きが、
キネステティクスを**体験学習**すると、
「ガチガチの動き」だったということに
気づくかもしれません。



・キネステティクスは、**健康増進プログラム**です。自分が楽に動くと体も楽
になります。また、介助される方も楽に動けるかもしれません。
今回は、日常生活や介助の場面でも多い活動、【**仰向けからうつ伏せ、横向き（体位交換）**】に注目してキネステティクス概念を学習します。

日程	時間	体験する概念
6月19日（土）	10：00～11：30	機能解剖（骨と筋肉）
7月2日（金）	20：00～21：30	機能解剖（マスとスペース）
7月17日（土）	10：00～11：30	機能解剖（骨と筋肉）
8月13日（金）	20：00～21：30	機能解剖（マスとスペース）
8月28日（土）	10：00～11：30	機能解剖（マスとスペース）

テーマ 【仰向けからうつ伏せ、横向き（体位交換）】

- ▶対象：介護職、看護職、リハビリ職、ご家族、人の動きに興味のある方
- ▶講師：マイエッタ・ハッチ社 キネステティクス®トレーナー
松村美幸 マスタートレーナー、シェル・ハブ国際指導員、作業療法士
海尾美年子 アドバンストレーナー、理学療法士
- ▶受講料：各 1,500 円
- ▶主催：福岡ひとにやさしい介助を考える会

- ・Zoom によるリモート体験会です。
- ・受講時、寝転がれるスペースにてご参加ください。
- ・お振込された受講料は如何なる理由があっても返金いたしません。



お申し込み・お問い合わせ：福岡ひとにやさしい介助を考える会
メール：fukuokakaijyo@yahoo.co.jp