

令和 7 年度介護予防運動指導員フォローアップ研修プログラム

開催日時：①令和 7 年 7 月 22 日（火） 10：00～11：45

②令和 8 年 1 月 20 日（火） 10：00～11：45

③令和 8 年 2 月 16 日（月）～27 日（金）オンデマンド配信

進行時間	講義内容	講師
09：30～10：00	受付開始	
10：00～10：05 (5分)	研修の説明	一般社団法人健康長寿支援センター 事務局
10：05～10：50 (45分)	老年学総論	東京都健康長寿医療センター研究所 副所長 藤原 佳典
10：50～10：55 (5分)	休憩	
10：55～11：15 (20分)	スキルアップのための実践 指導 ～筋トレマシン編～	セントラルスポーツ株式会社 介護予防主任運動指導員 大東 俊彦
11：15～11：45 (30分)	総括	東京都健康長寿医療センター研究所 高齢者健康増進事業支援室 研究部長 大淵 修一

※①②③ともに研修の内容は同一です。講義を聴講後、アンケートの回答をもって「修了」といたします。