

指導者のための スキルアップセミナー

介護予防運動指導員®養成講座

加速する超高齢社会において、今後ますます需要が高まる「将来にわたって長く活躍できる」資格です。高齢者が自立した生活を長く送れるよう、科学的根拠に基づいた専門的な運動プログラムを指導するスペシャリストを目指しませんか？

★トップクラスの 信頼性

東京都健康長寿医療センター
研究所のデータと研究に
基づいた最新の知識・スキルが
身につきます！

★学びやすい eラーニング

全33時間の講習のうち、
講義(座学)は自宅や移動中で
視聴可能！効率的に
資格取得を目指せます！

★横浜市スポーツ協会の 手厚いサポート

高齢者施設などで、
自信を持って質の高い運動指導・
効果測定を行えるようになります。
修了後の活動施設のご紹介も！

講義 (eラーニング)	約21時間	老年学・老年病学特論、介護予防概論、地域づくりによる介護予防、 栄養改善・口腔機能向上・認知症予防などに関する基礎理論
実習	約12時間	高齢者筋力向上トレーニングなどの実践的な マシントレーニング指導法・測定評価の実技など

＼講習課程の詳細／



受講対象者 (資格保有)

医師、歯科医師、薬剤師、保健師、助産師、看護師、准看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、
社会福祉士、介護福祉士、精神保健福祉士、歯科衛生士、あんまマッサージ指圧師、はり師、きゅう師、
柔道整復師、栄養士、介護支援専門員、健康運動指導士等、介護職員基礎研修課程修了者、訪問介護員2
級以上で実務経験2年以上の方、実務者研修修了者、初任者研修修了者で実務経験2年以上の方など

日程 2026年11月7日(土)～12月12日(土)

詳細 11月7日(土)～ 各自eラーニングで講義の受講
11月23日(月・祝) 集合研修
11月24日(火) 実技研修
12月6日(日) 講座内容の振り返り(希望者のみ)
12月12日(土) 修了試験

※11月24日(火)のみ港南スポーツセンター
その他は横浜市スポーツ協会事務局にて開催

金額 65,000円(税込)

申込〆切
10月15日(木)

お申込み

左のQRコードからお申し込みください。
(他講座と共通のお申し込みページです。)

ご参加お待ちしております！

※「横浜市スポーツ人材活用システム」にご登録
いただいている方は割引価格でご購入いただけます

お問合せ

横浜市スポーツ協会 スポーツ事業課
TEL：045-640-0014 (平日9:00-17:00)
E-mail：kenko-yoyaku@yspc.or.jp

