

2018年度がんサバイバーのための動く体づくり学講座

いつからでもご申請いただけます!!

あなたのがんと運動の経験を生かしませんか? 今までの受講された時間も単位になります。

《がんサバイバーのための動く体づくり学講座》と《インストラクター養成専科》が必須講座(53,5単位)となります。残りの46.5単位をがんサバイバーのための動く体づくり学講座の運動教室とヘルスケアアカデミーで取得し、100単位が必要単位です。

* 受講資格者は、がんサバイバー(経験者)、または、がん専門の医療者に限ります。

▶ 期限はございません。毎年、同じプログラムですので、ご自分のペースで数年かけて学ぶことが可能です。

▶ 100時間の講座は、今後の人生のために非常に深く大きな学びのある内容となっております。

▶ 運動教室では各専門のインストラクターが指導します。

▶ ヘルスケアアカデミーでは、各専門の医師や大学の教授や講師など、専門家による講義を学ぶことができます。

▶ 焦らずに、地道にコツコツと学びながら、様々ながんサバイバーの仲間と共に、話し合ったり、分かち合うことで、**がん患者さんのためのインストラクターとして活躍するために必要な技術や知識、ピアサポート力**、そして、何より、**ご自身の人生の質と健康を向上させていくことができる**でしょう。

▶ 合計100単位を取得後、最後の実演&講評を受け、最終的に、レポートを提出し、修了となります。

▶ 実演とレポートにより合格された方ががんサバイバーのための動く体づくり学講座認定インストラクターとして正式に任命されます。

▶ インストラクター養成専科は、がんサバイバーのための動く体づくり学講座を終了した方のみ受講可能です**2018年度4月～9月** **がんサバイバーのための動く体づくり学講座を全て修了した方のみ養成専科へ進めます。**

▶ インストラクター養成専科は、がんサバイバーのための動く体づくり学講座認定インストラクターである杉本亮子先生が講義を行います。

杉本先生は、大学機関にてボディ・コンディショニング、解剖学、運動生理学の指導を行っており、杉本先生の講義は単なる知識だけでなく、実際にがんサバイバーの後遺症や機能の回復のために分かりやすい実践的な技法を取得できます。

◎ 不明な点、ご質問などございましたら、お気軽にメールにてお問い合わせ下さい。

(info@cancerfitness.jp 広瀬まで)

ぜひ、一度運動教室にご参加いただき、実際にどのような場であるか、ぜひ見ていただきたいと思えます。

その時に、代表の広瀬がご説明をさせていただきます。ご興味をお持ちの方は、ぜひ一度ご参加してみてください。

あなたの持ち味を引き出し、新しい人生に向けて、心を込めてサポートいたします。

一般社団法人がんサバイバーのための動く体づくり学講座 代表理事 広瀬真奈美

106-0032 港区六本木7-21-6 e-mail info@cancerfitness.jp

WEBサイト: <http://cancerfitness.jp>

* 昨年度と少々変更もございますが、昨年のブログでインストラクターについての詳細をご案内しております。

流れや内容はほぼ同じですのでご参照下さい。

<https://ameblo.jp/cancerfitness/entry-12316427081.html>

2018年度4月～9月 がんサバイバーのための動く体づくり学講座

講師 杉本亮子先生 (一般社団法人がんサバイバーのための動く体づくり学講座理事)

日時	曜日	時間	講座名	単位(時間)	講習費2千円/1.5時間
動く体づくり講座初級					
4月15日	日	11:30-13:00	解剖学概論	1.5	2000
4月15日	日	13:20-14:50	姿勢の解剖学	1.5	2000
4月15日	日	15:20-16:50	がんサバイバーのための動く体づくり学講座	1.5	2000
5月27日	日	10:00-11:30	胴体の解剖学	1.5	2000
5月27日	日	12:00-13:30	呼吸の解剖学	1.5	2000
5月27日	日	14:00-15:30	がんサバイバーのための動く体づくり学講座	1.5	2000
6月10日	日	10:00-11:30	肩、腕の解剖学	1.5	2000
6月10日	日	12:00-13:30	脚、足の解剖学	1.5	2000
6月10日	日	14:00-15:30	がんサバイバーのための動く体づくり学講座	1.5	2000
動く体づくり講座中級					
7月15日	日	10:00-11:30	胴体の動かし方を学び姿勢改善(LMA1)	1.5	2000
7月15日	日	11:50-13:20	腕・脚のリハビリとリンパ浮腫予防(LMA2)	1.5	2000
8月12日	日	10:00-11:30	身体の歪みを知り日常動作を楽にする(BF1)	1.5	2000
8月12日	日	11:50-13:20	体幹を鍛え体力をつけよう(BF2)	1.5	2000
9月16日	日	10:00-11:30	呼吸で力を抜く方法・コア運動で動く体へ(BMC1)	1.5	2000
9月16日	日	11:50-13:20	赤ちゃんのハイハイから疲れにくい動きを学ぶ(BMC2)	1.5	2000
動く体づくり講座合計単位/合計金額				22.5	30000

2018年度9月～2019年3月 がんサバイバーのための動く体づくり学講座認定インストラクター養成専科

講師 杉本亮子先生 (一般社団法人がんサバイバーのための動く体づくり学講座理事)

日時	曜日	時間	養成専科の演習	単位(時間)	講習費2千円/1時間
9月23日	日	10:00-15:00	LMA3,4	4	20000
10月14日	日	10:00-14:40	BF3,4	4	20000
10月14日	日	15:00-17:00	BMC3	2	10000
11月11日	日	10:00-17:30	ヨガ	6	30000
12月9日	日	10:00-17:30	ピラティス	6	30000
1月13日	日	10:00-17:30	エアロビクス	6	30000
2月10日	日	10:00-12:30	実演&講評	2	10000
3月20日	火		レポート締切	1	5000
認定インストラクター養成専科合計単位/合計金額				31	155000
動く体づくり講座合計単位/合計金額				22.5	30000
* 運動教室とヘルスケアアカデミー合計				46.5	93000
46.5単位を取得すること。				100	278000