

2020年度がんサバイバーのための動く体づくり学講座

あなたのがんと運動の経験を生かしますか？

今までの受講された時間も単位になります。いつからでもお申し込み可能です。
《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（55単位）となります。
残りの45単位をがんサバイバーのための動く体づくり学講座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、理事推薦の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がん患者向けの運動療法を指導しています。
▶ヘルスケアアカデミーでは、がん患者に必要な健康管理について、各専門の講師が講義をしています。
▶がんサバイバーの場を通して、様々ながんサバイバーの仲間と話し合ったり、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必要な技術や知識、ピアサポート力を向上させていきます。
▶ご自身の健康と人生の質と向上もさせていただきます。

▶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。
▶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。
遠方の方のために、100単位のうち、10単位取得できるレポート制度もございます。ご相談下さい。

◎ご不明な点、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)

がんになったことは辛いことですが、がんによって得た新しい人生にトライしてみませんか!!

一般社団法人がんサバイバーのための動く体づくり学 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>

2020年度4月～10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 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
動く体づくり学講座 初級					
4月19日	日	11:30-13:00	解剖学概論	1.5	2000
4月19日	日	13:20-14:50	姿勢の解剖学	1.5	2000
4月19日	日	15:20-16:50	動くからだ作り学実践運動教室	1.5	2000
5月24日	日	10:00-11:30	胴体の解剖学	1.5	2000
5月24日	日	12:00-13:30	呼吸の解剖学	1.5	2000
5月24日	日	14:00-15:30	動くからだ作り学実践運動教室	1.5	2000
6月14日	日	10:00-11:30	肩、腕の解剖学	1.5	2000
6月14日	日	12:00-13:30	脚、足の解剖学	1.5	2000
6月14日	日	14:00-15:30	動くからだ作り学実践運動教室	1.5	2000
動く体づくり学講座 中級					
7月5日	日	10:00-11:30	胴体の動かす方を学び姿勢改善(LMA1)	1.5	2000
7月5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30日	日	13:20-14:50	身体の歪みを知り日常動作を楽にする(BF1)	1.5	2000
8月30日	日	15:10-16:40	体幹を鍛え体力をつけよう(BF2)	1.5	2000
9月13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13日	日	11:50-13:20	赤ちゃんのハイハイから寝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

8/30のみ金剛院(池袋より1駅、駅前にお寺)になります。

2020年度11月～2021年4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

*2020年度4月～10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。

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 理事）

日時	曜日	時間	養成専科の演習	単位(時間)	講習費
10月11日	日	10:00-15:00	LMA3,4	4	20000
11月15日	日	10:00-14:40	BF3,4	4	20000
11月15日	日	15:00-17:00	BMC3	2	10000
12月6日	日	10:00-17:30	ヨガ	6	30000
1月10日	月	10:00-17:30	ピラティス	6	30000
1月11日	日	10:00-17:30	エアロビクス	6	30000
2月21日	日	10:00-12:30	実演&講評	2	10000
3月20日	土		レポート締切	2.5	10000
認定インストラクター養成専科合計単位/合計金額				32.5	160000
動く体づくり講座合計単位/合計金額				22.5	30000
必須講座 合計単位/合計金額				55	190000
				+	
運動教室・ヘルスケアアカデミーで合計単位				45	
認定インストラクター養成コース 合計単位				100	

*運動教室とヘルスケアアカデミーの講座で45単位を取得し、合計100単位とすること。