

人気講座
第2弾!

0 (ゼロ)から学ぶ、 運動を支える**身体**の仕組み

— 呼吸・循環・筋活動 入門編 —

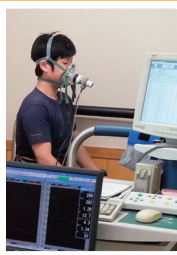
*健康運動指導士・健康運動実践指導者の登録更新講習会 ◆講義2単位 ◆実習2単位

私たちが、生体動作やスポーツ活動などを行う際には、息を吸って酸素を取り込む「呼吸」、血液に乗せて酸素を全身へ運ぶ「循環」、受け取った酸素を使って筋力を発揮する「筋活動」という3つの歯車が連携しあって働いています。

健康づくりを支援する運動指導者として欠かせない、**生命を支える身体**の仕組みを**体験的に学ぶ**ことで理解し、運動指導や健康教育などの場において、今まで以上に自信をもって、わかりやすく対象者に伝えられるようになります!

1 呼吸

【呼気ガス分析器】
を使って様々な
身体活動時の酸
素摂取量を調べ
る



2 心臓

実際にブタの心
臓の解剖を行い、
【心電計】を使っ
て心臓の構造や
働きを理解する



3 筋肉

【筋活動センサー】
を使って生活動
作やトレーニング
動作時の筋活
動度を確認する



日時 **6月25日(日)**

10:00 ~ 15:00 (4時間・休憩1時間含む)

料金 **7,560円** (税込)

会場 **東北福祉大学 雄翔館1階 仙台元気塾**

対象 **健康運動指導士、健康運動実践指導者、
介護予防運動指導員、
運動指導や健康教育に携わっている方**

定員 **24名**

講師

河村 孝幸 先生
Takayuki Kawamura

東北福祉大学准教授
心臓リハビリテーション上級指導士
健康運動指導士

東京学芸大学教育学部卒業後、米国ウィスコンシン大学大学院において、
運動・スポーツ科学心臓リハビリテーション専攻修士課程を修了
東北大学大学院医学系研究科障害科学専攻博士後期課程修了
東北福祉大学での学生指導の傍ら、中高年者や疾患を有する方に対する各
種運動の効果と安全性について実践、研究を行っている



締切 **6月20日(火)**

※お早めにお申し込みください!

※スケジュール等変更になる場合がございます。予めご了承ください。

お申込み・お問合せ

東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター
予防福祉健康増進推進室



【受付時間】月～金 9:00～17:30 土 9:00～12:00
(日・祝日はお休み)

〒989-3201 宮城県仙台市青葉区国見ヶ丘6-149 東北福祉大学雄翔館1F

TEL◇022-208-7792

MAIL◇info@tfu-ac.net

FAX◇022-208-7791

WEB◇

0 (ゼロ)から学ぶ、
運動を支える身体の仕組み
—呼吸・循環・筋活動 入門編—

会場

仙台元気塾 国見ヶ丘キャンパス

宮城県仙台市青葉区国見ヶ丘 6-149 東北福祉大学 雄翔館 1F



自家用車でお越しの方は…

専用駐車場をご利用ください。

- 台数に限りがございます。
お申し込みの際にお申し出ください。



バスを利用する場合…

JR仙台駅前15番バスのりばから

- 870 (X870) 系統または、875 (876) 系統に乗り、「青陵中等教育学校前」で下車してください。

お申し込み

TEL、FAX、Eメール のいずれかでお申し込みください。

TEL ◆ 022-208-7792 [電話受付時間] 月～金 9:00～17:30 土 9:00～12:00 (日・祝日はお休み)

FAX ◆ 022-208-7791 メール ◆ info@tfu-ac.net

【受講料について】

郵便局にて下記口座へ払込みください。

【口座番号】 02250-0-79726

【加入者名】 東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室

※払込手数料は、お客様ご負担をお願いいたします。

※入金後、キャンセルによる返金はできかねますので、予めご了承ください。

— 開講 1 週間前に「開講案内」をお送りします。開始時間・会場をご確認ください。 —

講座申込書

【記入日 年 月 日】

フリガナ		生年月日	昭和 平成	年	月	日 (才)
氏名						
住所	〒() ()					
固定電話番号	() () ()	携帯電話番号	() () ()			
メールアドレス	@					
保有資格		受講理由 ※複数選択可	<input type="checkbox"/> 講座内容に興味があった <input type="checkbox"/> 仕事で必要 <input type="checkbox"/> 自身のスキルアップ <input type="checkbox"/> 単位取得のため <input type="checkbox"/> その他()			
勤務先/活動場所						

FAX ◆ 022-208-7791

*申込書に記載いただいた皆様の個人情報、当該目的以外には利用することはありません。
*送付の際、FAX番号をお間違えになりませんようご注意ください。