

2023 年度第 1 回 健康スポーツ関連施設連絡協議会定期研修会

開催期日	2023 年 8 月 24 日(木) 14 時 00 分～17 時 00 分 (13 時 30 分～受付開始)
開催場所	宮野医療器(株)新館 6 階ホール (兵庫県神戸市中央区楠町 2-3-11)
参加費	健康スポーツ関連施設連絡協議会会員は無料 左記以外は 4,000 円
単位認定	健康運動指導士・健康運動実践指導者登録更新単位(講義) 3 単位を認定

講演 I 「認知症を予防する生活習慣」(90 分)

講師 健康スポーツ関連施設連絡協議会会長 河村 剛史 (医学博士)
河村循環器病クリニック院長

<講師紹介>

1972 年 3 月神戸大学医学部卒、73 年 5 月東京女子医科大学第一外科、85 年 8 月カルフォルニア大学サンディエゴ校胸部外科臨床外科准教授、87 年 8 月兵庫県立姫路循環器病センター救命救急センター長、92 年 4 月救命救急センター長・心臓血管外科部長、96 年 4 月兵庫県立健康センター所長、04 年 4 月財団法人兵庫県健康財団理事、04 年 4 月河村循環器病クリニック開業。わが国における心肺蘇生法のパイオニアとして AED の普及にも尽力。12 年 3 月日本循環器学会、アメリカ心臓協会より表彰。日本循環器学会認定専門医、日本医師会認定健康スポーツ医、日本医師会認定産業医ほか。19 年 11 月兵庫県スポーツ賞。20 年兵庫県医師会表彰。



講演 II 「体幹の整形外科的問題あれこれ」(90 分)

講師 健康スポーツ関連施設連絡協議会顧問 松本 學 (医学博士)
医療法人尽生会聖和病院整形外科

<講師紹介>

1971 年 3 月慶応義塾大学商学部卒、78 年 3 月兵庫医科大学卒、同年 6 月同大整形外科教室入局、97 年 1 月宝塚市立病院整形外科主任医長、99 年 4 月同部長、02 年 7 月市立小野市民病院整形外科部長、06 年 4 月同診療部長、07 年 4 月同病院副院長、13 年より現職。日本整形外科学会専門医、日本体育協会公認スポーツドクター、関西ラグビーフットボール協会医務委員他多数。慶應時代はメキシコオリンピックを目指すトップアスリート、卒業後選手を支える側にと、医学部に入学し直し医師に。18 年 11 月兵庫県スポーツ賞。



申込方法 希望者は下記の申出事項を全て記入の上、メール、または郵送、FAX で申し込んで下さい。

- ◇ 申出事項 「第 1 回研修会」と明記の上 ①氏名(フリガナ)と年齢・性別
②住所 ③電話番号(日中連絡できる所) ④職業・職種(加盟施設職員の場合は必ず施設名) ⑤資格種類と番号(例:健康運動指導士 12304560)
- ◇ 申込先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局
メールアドレス kenspo-kenshu@hyogohsc.or.jp

FAX. 078-921-2246 〒650-0026 兵庫県神戸市中央区古湊通 2-1-22-602

申込締切 2023 年 8 月 17 日(木)

連絡先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局 (TEL. 080 - 6129 - 6858)

2023 年度第 2 回 健康スポーツ関連施設連絡協議会定期研修会

開催期日	2023 年 10 月 26 日(木) 14 時 00 分～17 時 00 分 (13 時 30 分～受付開始)
開催場所	KTV フィットネスクラブ フレスコ (兵庫県神戸市垂水区日向 1-4-1)
参加費	健康スポーツ関連施設連絡協議会加盟施設職員は無料 左記以外の者は 4,000 円
単位認定	健康運動指導士・健康運動実践指導者登録更新単位 (実習) 3 単位認定

実習 身体の調子が良くなる『ポテンシャルアップアプローチ』 (180 分)

『ポテンシャルアップアプローチ』とは? 筋力、柔軟性、パフォーマンスといった身体能力。これらをカンタンに「いい調子」に引き出す方法がある。より効率よく身体を使ってエクササイズ効果を上げたり、スポーツの結果を良くしたりしましょう。

【実習の内容】

- (1) プログラムイントロダクション
- (2) ワークショップガイド
- (3) 筋力、パフォーマンスアップ (マッサージ) プログラム
- (4) 柔軟性のプログラム
- (5) 弱体化のプログラム (6) まとめ

講師 宅見 啓司



【指導歴 20 年】

フィットネスクラブやオンラインを中心にフィットネスレッスンを展開、MIZUNO 株式会社や日本フィットネス協会において講師業を勤める。

【取得資格】

日本フィットネス協会 グループフィットネスディレクター
ボディバランスチューニング協会 ダイエット力診断士 身体能力診断士
睡眠力診断士 勝ち色診断士

【受賞歴】

2014 年 ベストボディジャパン関西大会 ミドルクラス グランプリ
2016 年 ベストボディジャパン神戸大会 ミドルクラス グランプリ
2017 年 第 3 回オールジャパンメンズフィットネス 優勝

申込方法 希望者は下記の申出事項を全て記入の上、メール、または郵送、FAX で申し込んで下さい。

- ◇ 申出事項 「第 2 回研修会」と明記の上 ①氏名(フリガナ)と年齢・性別
②住所 ③電話番号(日中連絡できる場所) ④職業・職種(加盟施設職員の場合は必ず施設名) ⑤資格種類と番号(例:健康運動指導士 12304560)

- ◇ 申 込 先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局

メールアドレス kenspo-kenshu@hyogohsc.or.jp

FAX. 078-921-2246 〒650-0026 兵庫県神戸市中央区古湊通 2-1-22-602

申込締切 2023 年 10 月 19 日 (木)

連絡先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局 (Tel. 080 - 6129 - 6858)

2023 年度第 3 回 健康スポーツ関連施設連絡協議会定期研修会

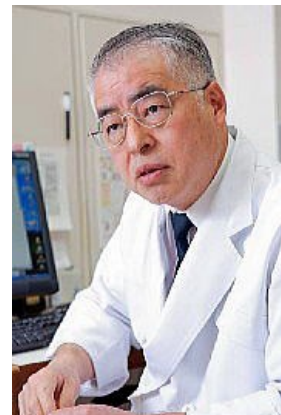
開催期日	2024 年 1 月 11 日(木) 14 時 00 分～17 時 00 分 (13 時 30 分～受付開始)
開催場所	宮野医療器(株)新館 6 階ホール (兵庫県神戸市中央区楠町 2-3-11)
参加費	健康スポーツ関連施設連絡協議会会員は無料 左記以外の者は 4,000 円
単位認定	健康運動指導士・健康運動実践指導者登録更新単位(講義)3 単位を認定

講演Ⅰ 「糖尿病は認知症になるか」(90 分)

講師 健康スポーツ関連施設連絡協議会会長 河村 剛史 (医学博士)
河村循環器病クリニック院長

<講師紹介>

1972 年 3 月神戸大学医学部卒、73 年 5 月東京女子医科大学第一外科、85 年 8 月カルフォルニア大学サンディエゴ校胸部外科臨床外科准教授、87 年 8 月兵庫県立姫路循環器病センター救命救急センター長、92 年 4 月救命救急センター長・心臓血管外科部長、96 年 4 月兵庫県立健康センター所長、04 年 4 月財団法人兵庫県健康財団理事、04 年 4 月河村循環器病クリニック開業。わが国における心肺蘇生法のパイオニアとして AED の普及にも尽力。12 年 3 月日本循環器学会、アメリカ心臓協会より表彰。日本循環器学会認定専門医、日本医師会認定健康スポーツ医、日本医師会認定産業医ほか。19 年 11 月兵庫県スポーツ賞。20 年兵庫県医師会表彰。



講演Ⅱ 「四肢の整形外科的問題あれこれ」(90 分)

講師 健康スポーツ関連施設連絡協議会顧問 松本 學 (医学博士)
医療法人尽生会聖和病院整形外科

<講師紹介>

1971 年 3 月慶応義塾大学商学部卒、78 年 3 月兵庫医科大学卒、同年 6 月同大整形外科教室入局、97 年 1 月宝塚市立病院整形外科主任医長、99 年 4 月同部長、02 年 7 月市立小野市民病院整形外科部長、06 年 4 月同診療部長、07 年 4 月同病院副院長、13 年より現職。日本整形外科学会専門医、日本体育協会公認スポーツドクター、関西ラグビーフットボール協会医務委員他多数。慶應時代はメキシコオリンピックを目指すトップアスリート、卒業後選手を支える側にと、医学部に入学し直し医師に。18 年 11 月兵庫県スポーツ賞。



申込方法 希望者は下記の申出事項を全て記入の上、メール、または郵送、FAX で申し込んで下さい。

- ◇ 申出事項 「第 3 回研修会」と明記の上 ①氏名(フリガナ)と年齢・性別
②住所 ③電話番号(日中連絡できる所) ④職業・職種(加盟施設職員の場合は必ず施設名) ⑤資格種類と番号(例:健康運動指導士 12304560)

◇ 申込先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局

メールアドレス kenspo-kenshu@hyogohsc.or.jp

FAX. 078-921-2246 〒650-0026 兵庫県神戸市中央区古湊通 2-1-22-602

申込締切 2024 年 1 月 4 日(木)

連絡先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局 (TEL. 080 - 6129 - 6858)

2023 年度第 4 回 健康スポーツ関連施設連絡協議会定期研修会

開催期日	2024 年 3 月 10 日(日) 14 時 00 分～17 時 00 分 (13 時 30 分～受付開始)
開催場所	コープ健康スポーツクラブ スタジオ (兵庫県神戸市東灘区田中町 5-3-20)
参加費	健康スポーツ関連施設連絡協議会加盟施設職員は無料 左記以外の者は 4,000 円
単位認定	健康運動指導士・健康運動実践指導者登録更新単位 (実習) 3 単位認定

実習： 美骨ピラティス (180 分)

講師： 今川 早都子 (SATOKO)



1970 年生まれ。32 年間エクササイズ指導者として活動。美骨ピラティススタジオ Bicotty 代表。

2011 年秋、ピラティスをベースに筋膜を活性化、特に背骨にアプローチした独自のプログラム『美骨ピラティス』を開発。自身のスタジオ「美骨ピラティススタジオ Bicotty」を開設。オーナートレーナーとしてスタジオ運営をする他、大手企業の新プログラム開発やインストラクター養成等の運営業務にも携わる。

STOTT PILATES 認定インストラクター

PHI PILATES 認定インストラクター

ウェーブストレッチ®認定マスタートレーナー

GYROKINESIS®認定トレーナー

申込方法 希望者は下記の申出事項を全て記入の上、メール、または郵送、FAX で申し込んで下さい。

- ◇ 申出事項 「第 4 回研修会」と明記の上 ①氏名(フリガナ)と年齢・性別
②住所 ③電話番号(日中連絡できる場所) ④職業・職種(加盟施設職員の場合は必ず施設名) ⑤資格種類と番号(例：健康運動指導士 12304560)

- ◇ 申 込 先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局

メールアドレス kenspo-kenshu@hyogohsc.or.jp

FAX. 078-921-2246 〒650-0026 兵庫県神戸市中央区古湊通 2-1-22-602

申込締切 2024 年 3 月 1 日 (金)

連絡先 健康スポーツ関連施設連絡協議会事務局 (TEL. 080 - 6129 - 6858)