

ふまねっと運動

期間：平成 29 年 8 月～平成 30 年 1 月

フォローアップ研修会のご案内

目的と内容

- ① ふまねっと運動の正しい基本の指導法の再確認
- ② ふまねっと教室の運営方針の考え方
- ③ 疑問点の解消と意見交換・交流



ふまねっとサポーター・ふまねっとインストラクターの皆さん、ぜひご参加ください！

FAX 申込書 【送信先事務局 FAX 011-351-5888】

↓ 参加希望の欄に「○」を記入してください。

参加希望	地域	日時	場所	定員
	東京	8月26日(土) 10:00~12:00	(株)ケアフォース ショールーム (東京都千代田区霞が関 3-2-6 東京倶楽部ビルディング 6 階)	30名
	札幌	9月 2日(土) 13:30~15:30	ふまねっと研修センター (札幌市白石区栄通 19 丁目 2-7) <small>新しい移転先にて行います</small>	30名
	留萌	9月21日(木) 18:00~20:00	るもい健康の駅 <small>※要上履き</small> (留萌市花園町 3 丁目 1-1)	24名
	神奈川	9月24日(日) 10:00~12:00	横浜市新橋地域ケアプラザ 多目的ホール <small>※要上履き</small> (神奈川県横浜市泉区新橋町 33-1)	20名
	栃木	10月 2日(月) 10:00~12:00	とちぎ生きがいつくりセンター 多目的ホール (栃木県宇都宮市駒生町 3337-1 とちぎ健康の森)	40名
	東京	10月14日(土) 10:00~12:00	(株)ケアフォース ショールーム (東京都千代田区霞が関 3-2-6 東京倶楽部ビルディング 6 階)	30名
	愛媛	平成 30 年 1月19日(金) 17:15~18:45	一般財団法人創精会松山記念病院 (愛媛県松山市美沢 1 丁目 10 番 38 号)	24名

お名前		会員番号	
お住まい	市・町・村	資格	サポーター・インストラクター
連絡先	(TEL)	(FAX)	

- ◎持ち物 認定証・筆記具・飲み物・眼鏡
- ◎参加費 無料(今年度限り)
- ◎申込み 先着順。電話・FAX・メールにて、1週間前までにお申込ください。
(※受付の返事はいたしておりません。当日直接会場へお越し下さい。)
(※定員を超え、ご参加いただけない場合はご連絡差し上げます。)

毎日 40 分
歩こう

認定 NPO 法人 地域健康づくり支援会ワンツースリー

北海道札幌市北区北 23 条西 6 丁目 1-45 浜ビル 1 階

電話 080-3179-7931 Fax 011-351-5888 メール info@1to3.jp

ふまねっと運動



ホームワーク研修会のご案内

「ふまねっとホームワーク」とは？

目的 歩行が低下して外に出たがらない高齢者等を対象に自宅(6畳程度)でできるハーフサイズ(縦4マス×横3マス)のふまねっと運動を指導するための方法を学習します。

用途 ・在宅で家族が一緒に行うふまねっと運動
・狭いスペースで行うふまねっと運動



日 時	場 所
8月26日(土) 13:00~15:00	(株) ケアフォース ショールーム (東京都千代田区霞が関 3-2-6 東京倶楽部ビルディング 6階)
10月14日(土) 13:00~15:00	

◎持ち物 認定証・筆記具

◎参加費 無料(今年度限り)

◎定員 各回 30名 ※先着順

◎申込み 電話・FAX・メールにて、1週間前までにお申込ください。
(※受付の返事はいたしておりません。当日直接会場へお越し下さい。)
(※定員を超え、ご参加いただけない場合はご連絡申し上げます。)

ふまねっと運動フォローアップ研修会も同日開催されます。ぜひご参加ください！
(詳しくは裏面をご覧ください。)

FAX 申込書 【送信先事務局 FAX 011-351-5888】

お名前		会員番号	
お住まい	市・町・村	資格	サポーター・インストラクター
所属先			
参加日時	8月26日(土)・10月14日(土) (参加を希望する日に「○」をつけてください)		
連絡先	(TEL)	(FAX)	

毎日40分
歩こう

認定 NPO 法人 地域健康づくり支援会ワンツースリー

北海道札幌市北区北23条西6丁目1-45 浜ビル1階

電話 080-3179-7931 Fax 011-351-5888 メール info@1to3.jp