高齢者・障害者施設の管理者、介護職員の方向け

**参加者募集**

*今までにない画期的なセラバンドのトレーニング方法！*

# 転倒予防のためのセラバンド体操セミナー

従来のセラバンド体操ではない、新しいエクササイズとしてセラバンドの活用セミナーを開催します。高齢者や障害者は、過度に負荷の掛かる運動は時に、筋肉を硬直化させ、歩行のバランスを崩すこともあります。
今回のセミナーでは、筋肉内部に刺激を与え、緊張を解き、体幹のバランスを整える事で、スムーズな体の動きを取り戻し、転倒予防につながる事を紹介いたします。
併せて、今回のエクササイズに最適なセラバンドCLXのご紹介もいたします。



**内容（講義、実技）**

・従来の筋トレ方式だとバランスが低下し、けがや転倒の危険が！ ？
・高齢者向けの安全で効果的な転倒予防体操：体を動かした直後のバランス低下を最小限に抑え、無理なく安全に行えるよう配慮した、座ったまま、一人でもできる、身体機能向上のための体操です。
・時間があれば、セラバンドを利用した介護職員向けの腰痛予防や体のメンテナンス法などを行います。

**講師／水仙花整体院院長　藤田紫乃**

【講師略歴】姿勢発達研究会主催。理学療法士。小学校の頃から独学で整体を行い、柔術や空手など様々な身体技法を学ぶ。2006年 新潟にて藤田整体院開院。 ヨーロッパ、アジアなど海外からも来院するほどの人気院となる。2009年さらに技術を広めるため埼玉に移住。以降、東京・名古屋・大阪を拠点に進化したPT育成のため活動中。

**日時／ 2019年11月14日（木）17時00分～19時00分**

**会場／アビリティーズ・ケアネット株式会社　本社ショールーム・セミナー室**
東京都渋谷区代々木4－30－3
新宿ミッドウエストビル1階

**対象／高齢者・障害者施設の管理者、介護職員の方**

**定員／定員20名**　※定員となり次第締め切らせていただきます。

**参加費／¥3,000-（セラバンドCLX2本含む）**

**主催／アビリティーズ・ケアネット株式会社**



参加申し込みはFAXにて先着順に受付いたします。
裏面の必要事項をご記入の上,そのま送信ください。

お問い合わせは　アビリティーズ・ケアネット株式会社　東京施設営業課　矢部
電話：03-5388-7500　　FAX:03-5388-7502

# FAX送信　セミナー係行

**下記参加申込書に必要事項をご記入の上**

# FAX.03−5388−7502 に送信下さい。

**11月14日（木）「セラバンド活用セミナー」**

| | | | |
|---|---|---|---|
| ご住所 | （勤務先）　　電話：　　FAX：<br>〒 | | |
| 勤務先名称 | | | |
| ふりがな | | 役職 | |
| お名前 | | 職種 | |
| | | E−mail | |
| ふりがな | | 役職 | |
| お名前 | | 職種 | |
| | | E−mail | |

**◆個人情報の取扱について**
**ご記入いただいた個人情報は、セミナーのご案内、受付及び弊社営業活動のための利用以外の目的には使用いたしません。なお、取得・保有した個人情報につき適切な保護措置を講じます。**




## セミナー会場案内

**アビリティーズ・ケアネット株式会社**
**本社ショールーム・セミナー室**

**住所／東京都渋谷区代々木4−30−3**
**新宿ミッドウエストビル1階**
**電話／03-5388-7502**

**電車／JR新宿駅南口より徒歩15分　京王線初台駅東口より徒歩約5分　小田急線参宮橋駅より徒歩約10分　都営地下鉄大江戸線都庁前駅より徒歩約8分**

**※は駐車場はございません。近隣の有料駐車場を**