別紙１

鹿児島県健康づくり運動指導者協議会

令和８年度第２回全体講習会　開催要領

１　日時

令和８年 12 月８日（火）　　午前 10 時 00 分　～　午後４時 20 分

２　場所

県民健康プラザ健康増進センター　鹿屋市札元１丁目８－７

３　日程及び内容

午前 9 時 30 分 ～　午前 10 時 00 分	受付、出欠確認
午前 10 時 00 分 ～　午前 11 時 00 分	講義①「乳幼児から高齢者の運動発達とトレーニング」 講師　NPO 法人健康づくりフォーラム 高橋　彬　氏
午前 11 時 10 分 ～　午後 0 時 40 分	実技①　「乳幼児から高齢者の運動能力と認知・判断能力を改善するコオーディネーショントレーニング」 講師　NPO 法人健康づくりフォーラム 高橋　彬　氏
午後 0 時 40 分 ～　午後 1 時 40 分	休憩（昼食）
午後 1 時 40 分 ～　午後 2 時 40 分	講義②　「介護予防の必要性」 講師　BODY&LIFE tuning　AIKA 代表 山下　秀人　氏
午後 2 時 50 分 ～　午後 4 時 20 分	実技②　「現場で使える脳トレ」 講師　BODY&LIFE tuning　AIKA 代表 山下　秀人　氏
午後 4 時 20 分	終了、退室