

令和7年度第3回呉市介護支援専門員連絡協議会研修会開催要綱

1. 目 的 このたび、会員の皆さまを対象に「ゆらすぽ体操研修会」を開催いたします。ゆらすぽ体操は、体を無理に鍛えるのではなく、やさしく揺らし、ゆるめることで、身体本来の動きやすさや回復力を引き出す体操です。高齢者や慢性的な不調を抱える方にも取り入れやすく、日常生活動作の支援やセルフケアとして活用されています。

本研修では、ゆらすぽ体操の基本的な考え方を学ぶとともに、実際に体験しながら、力を抜く感覚や身体の変化を確認します。利用者支援の視点から、無理のない関わり方や、生活の中で活かすヒントも共有します。

日々のケアマネジメントに新たな視点を取り入れたい方、利用者の「できる」を支える引き出しを増やしたい方、また自らの健康に関心のある方のご参加をお待ちしております。

2. 主 催 呉市介護支援専門員連絡協議会

3. 日 時 令和8年3月27日(金) 13:30～15:30

4. 会 場 シシンヨーオークアリーナ ミーティングルーム（呉市総合体育館）
（呉市広大新開1丁目7-1）

5. 内 容 「ゆらすぽ体操って、どんな体操？」

6. 講 師 行海(ぎょうかい)（ゆらすぽ体操創案者／健康体操指導者）

7. 対象者 呉市内の事業所で勤務または居住している介護支援専門員

8. 定 員 100名

9. 参加費 無 料

10. 申込方法・申込期限

次のURL又はQRコードを読み取り、「研修申込フォーム」に必要事項を入力の上、令和8年3月20日(金)までにお申込みください。

URL

<https://forms.gle/KPgoTSVMeejFHPVH8>

QRコード:



※ 研修会は現地開催です。「研修資料」は会場で配布させていただきます。

※ 研修申込フォームに必要事項を入力後、送信 ボタンをクリックしてください。受付後、送信した内容のコピーが指定のアドレスにメールで送信されます。

1 1. 問い合わせ先

〒737-2518 呉市安浦町内海北6丁目3番20号 ケアビレッジたつき 内

呉市介護支援専門員連絡協議会 研修委員 担当 渡邊

電話 080-9798-6678 F A X 0823-70-6077

メールアドレス:tatsukikai.watanabe@gmail.com