

Redcord



スタビリティ研究会 主催

介護福祉医療施設におけるグループでもマンツーマンでも転倒予防を目指す

転倒予防トレーニング コース

高齢者の転倒は、日常生活に大きな影響を及ぼすリスクのひとつです。予防のためには筋力やバランスの維持向上が求められます。強い筋力でもゆっくり発揮されては転倒を防げません。加齢によって最も硬くなるのは胸郭と骨盤の動きです。体幹が硬いと重心移動が大きくなってしまいます。転倒予防には、股関節や足関節の戦略より、倒れないスカイツリーの構造が参考になります。

今回の研修会では、現場ですぐに活かせる「レッドコードを活用した転倒予防トレーニング」の実践方法を学びます。介護・福祉・医療に関わる皆様のご参加をお待ちしております。

対 象：レッドコードの基本操作ができる方・参加資格は問いません

講 師：レッドコード国際インストラクター Certified Neurac Practitioner 山本 泰三

設 備：レッドコード1台を使用

1. 転倒リスクの分析の仕方
2. 転倒予防トレーニングでレッドコードを活用するメリット
3. 座位と立位で転倒予防に役立つ筋力強化トレーニング
4. 座位で胸郭と骨盤の柔軟性トレーニング
5. 簡単な立位姿勢評価と改善方法
6. バランス能力の評価とそれに合わせたトレーニング
7. 日常生活に合わせた立ちしゃがみや、移乗、歩行練習
8. 座位と立位で転倒予防トレーニングの具体例



日 時 2025年8月2日(土) 受付 9:45 研修 10:00~16:00

会 場 東京衛生学園専門学校 JR京浜東北線「大森駅」徒歩5分

参加費 15,000円(資料代・消費税を含む)

修了証 スタビリティ研究会より発行

申込み スタビリティ研究会のホームページからお願いいたします。

