

Redcord



スタビリティ研究会 主催

【スペシャル】

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。

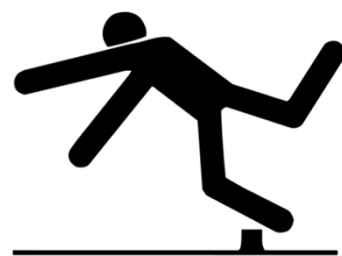
今回の研修会では、現場ですぐに活かせる「レッドコードを活用した転倒予防トレーニング」の実践方法を学びます。介護・福祉・医療に関わる皆様のご参加をお待ちしております。

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 **2026年9月26日(土)** 受付 9:45 研修 10:00~16:00
会場 **インターリハ株式会社 本社セミナールーム**

JR京浜東北線 上中里駅 徒歩1分 (マルエツの上)

参加費 15,000円 (資料代・消費税を含む) ペア割・翌日とセット割

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。

