

第4回

レッドコードを 心リハで使い倒す

心リハの未来形：レッドコードが拓く道

修了証
発行有り

座学編

(オンライン視聴)

2026. **7.17** 金 ~ **8.22** 土

ZOOMでのオンライン視聴となります。質疑・応答については実技編で実施いたします。

※実技参加までに必ず一度ご視聴ください。

実技編

(対面)

2026. **8.23** 日 10:00 ~ 16:00

八王子みなみ野心臓リハビリテーションクリニック *駐車場あり

東京都八王子市兵衛 1-6-18

【定員】9名

対象

- ・医療関係者（理学療法士、健康運動指導士、作業療法士、看護師、医師など）
- ・スポーツジム・フィットネスクラブ関係者（パーソナルトレーナー、グループトレーナー・健康運動実践指導者、介護予防運動指導員など）
- ・通所介護・通所リハなど、介護施設で運動療法に携わっている方々
- ・またレッドコードに興味のあるすべての方々

講師



菊地原 幸 先生

八王子みなみ野心臓リハビリテーションクリニック
健康運動指導士



山崎 茉林 先生

八王子みなみ野心臓リハビリテーションクリニック
理学療法士



ファシリテーター 大田 幸作

インターリハ株式会社フィジオ事業部
理学療法士

認定理学療法士（運動器・健康増進）、健康運動指導士
介護予防主任指導員、東京都糖尿病療法士
レッドコード国際インストラクター、Neurac 認定プラクティショナー

セミナー概要

本セミナーでは、これからレッドコードを導入する施設または検討予定の施設のスタッフを対象に、心リハにおけるレッドコードの活用方法を、講義と実技でお伝えします。

座学編では、レッドコードの基本的な使い方や、回復期・維持期における外来心リハなどで活用できる方法を紹介します。昨今、心疾患患者の高齢化やフレイルの増加が課題となっており、これに対応するためにレッドコードは非常に有効です。クリニック心リハの施設データを交えながら、レッドコードの有効性を示し、フレイルや高齢患者に適した運動プログラムの設定方法を学びましょう。

実技編では、ストレッチング、レジスタンストレーニング、バランス練習を実施します。

また、グループワークを通じて実際の心疾患患者を想定した症例検討とシミュレーションも行います。

参加者には、明日から使える運動メニュー一覧も配布！本講習会終了時に修了証も発行致します。

セミナーを通して、心リハの未来形を体感し、一緒に心リハでレッドコードを使い倒しましょう！

講義及び実技の内容

講義編

- レッドコードの紹介と使用方法について
- なぜ心リハにレッドコードか（キーワード；高齢化、集団療法、継続率）
- なにを目的に心リハでレッドコードを使うのか（キーワード；テララーメード、データでみるレッドコード）
- どのように心リハでレッドコードを使うのかーリスク管理をふまえてー（キーワード；姿勢別でみるレッドコードの実際）

実技編

- 基本メニューを体験
(リラクゼーション・ストレッチング・レジスタンストレーニング、バランス練習)
- 応用メニューを体験
(運動負荷の変更方法、道具を使ったエクササイズ)
- グループワーク
(目的に応じた運動メニュー作成)
- シミュレーション ※心リハドクターからの症例解説あり
(①重症心疾患患者へのレッドコードメニューの作成、②慢性心不全患者へのレッドコードメニュー作成)
- 各施設の運用メニューの伝授
(各施設の運用方法、運動メニュー、クリニック院内ツアーなど)
- 質疑応答

受講費・お申込み

受講費 **19,800** (税込み) ※事前銀行振込

※原則、座学のみや実技のみでのお受付はしていません。座学・実技を両方受講することで、修了となります。
実技の日程の都合がつかない場合は、次回開催の際にご案内させていただきます。

お申し込みは、下記 URL または QR コードよりお申込みください。

記入いただきましたメールアドレスへ、振込先情報をご返信いたします。

■申し込み締切：8月18日（火）

<https://www.irc-web.co.jp/seminar/20260823>

※領収書は、セミナー終了後に発行いたします。
※迷惑メールやプロモーションなどへ、返信メールが振り分けられる場合がございます。
返信メールが届かない場合は、お手数ではございますがお問い合わせください。

