

平成26年12月15日

会 員 各 位

日本健康運動看護学会
理事長 鶴田 来美

健康運動看護師（健康スポーツナース）養成講座のご案内

師走の候、会員の皆様におかれましては益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、健康運動看護師養成講座を下記の日程にて開催いたします。

本講座は事前に申し込み受付を行います。受講を希望される方は申し込み手順（資料2）をご確認の上、学会事務局にメールまたはFAXにて、**平成27年1月23日（金）までに**お申し込み下さいますようお願いいたします。

なお、本講座は**健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新**、および、**健康運動看護師認定更新**に必要な履修単位として認められます。

記

- 1 日 時： 平成27年2月28日（土） 10：00－15：00
平成27年3月 1日（日） 9：30－15：40
- 2 場 所： 宮崎大学医学部看護学科総合教育研究棟
- 3 対象人数： 30名程度
- 4 プログラム
2月28日（土） 10:00- オリエンテーション
10:10-11:00 栄養とエネルギー産生 (No.18)
11:10-12:00 運動とエネルギー消費 (No.19)
13:00-14:00 体力の測定と評価（実技） (No. 5)
14:10-15:00 運動の種類と方法：トピックス (No. 4)

3月 1日（日） 9:30-10:20 運動の種類と方法：介護予防と運動 (No. 2)
10:30-11:20 運動の種類と方法：生活習慣病予防と運動 (No. 3)
12:20-13:20 有酸素運動（実技） (No. 6)
13:30-14:30 筋力トレーニング（実技） (No. 7)
14:40-15:40 ストレッチ運動（実技） (No. 8)
16:00-17:00 認定試験（**20時間全ての課程を受講された方のみ**）

注）（ ）養成講座のコースNo.を示している

- 5 受講料： 1時間（講義50分、実技60分）につき500円（非会員は2,000円）
- 6 認定試験料（登録料含む）： 5,000円
- 7 申し込み先：日本健康運動看護学会事務局
TEL/FAX 0985-85-9732（長谷川） E-mail sports-nurse@med.miyazaki-u.ac.jp
ホームページ <http://www.med.miyazaki-u.ac.jp/home/jasfn/>

日本健康運動看護学会認定				
健康運動看護師(健康スポーツナース)養成講座カリキュラム一覧				
コースNo.	内 容	理論 (講義)	実践 (実技)	総時間
	1 健康運動看護概論	1		1
1	健康運動と看護健康運動看護師の役割、他職種との連携	1		1
	2 健康づくりの運動	3	4	7
2	運動の種類と方法:介護予防と運動	1		3
3	運動の種類と方法:生活習慣病予防と運動	1		
4	運動の種類と方法:トピックス(女性の健康と運動、障害者スポーツなど)	1		
5	体力の測定と評価		1	
6	有酸素運動		1	
7	筋力トレーニング		1	
8	ストレッチ運動		1	
	3 生体機能と運動	2		2
9	運動器系と運動、神経系と運動	1		1
10	呼吸器系と運動、循環器系と運動	1		1
	4 運動傷害と予防	2	5	7
11	健康障害(突然死、熱中症)	1		1
12	運動と外傷(過労性スポーツ傷害、骨・関節の外傷・障害、切創・挫創・擦過創、頭部の外傷・障害)	1		1
13	運動処方、運動負荷テスト		1	
14 15	メディカルチェックと運動処方: 内科的疾患がある場合(高血圧、糖尿病、高脂血症、腎疾患、呼吸器疾患、脳血管疾患、心疾患)		2	
16 17	メディカルチェックと運動処方: 外科的疾患がある場合(膝関節疾患、腰痛)		2	
	5 栄養と運動	2		2
18	栄養とエネルギー産生	1		1
19	運動とエネルギー消費	1		1
	6 健康管理と危機管理	1		1
20	データ管理、健康危機管理システム	1		1

【注意事項】

1. 3月1日午後の実技（有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチ運動）は、13：00～15：40の中で組み合わせて講義します。そのため、原則3時間連続で受講できることを受講条件とします。ご注意ください。
2. 健康運動看護師資格の認定を目指している方は、全講座の受講をお勧めいたします。
3. 認定試験は、健康運動看護師養成講座全20時間受講済みの方を対象としています。
講座の受講状況を確認いたしますので、修了証もしくは全ての受講証明書をご持参下さい。
なお、健康運動看護師養成講座の全カリキュラムは資料1をご参照ください。
4. 申し込みはFAXまたはE-mailで受け付けます。
所定の用紙（別紙3）にてお申し込みください。なお、様式はホームページにも掲載しております。ご利用ください。
5. 事務局からの連絡は、原則メールで行います。
申込書には必ずご自分で確認のできるアドレスをご記入ください。携帯アドレスを記入された方は、事務局からのメールが受信できるよう設定をご確認ください。申し込み後、1週間を過ぎても連絡が来ない場合は、事務局までお問い合わせください。
6. 受講決定者には、事前に受講証をお送ります。
当日、受付にて受講証を確認いたしますので、忘れずにお持ち下さい。
7. 受講料は当日お支払い頂きます。
釣銭がないようご準備ください。
8. 講座内容に運動の実施が含まれます。
健康管理は各自で十分に行ってください。
9. 健康スポーツナース養成講座 申し込み手順
申し込みから受講までの流れは、以下のようになっております。ご確認ください。
なお、状況により下記の日程がずれる場合がありますが、ご了承ください。

～1月23日（金）

所定の用紙（別紙3）にて受講申し込み（E-mailまたはFAX）

随時、事務局より受講申し込み受付の完了メール配信



2月2日～6日

事務局より、受講決定者へ受講証および連絡事項の発送



2月28日～3月1日

健康スポーツナース養成講座 開催

当日は受付にて受講証を確認後、講座を受講して頂きます。

なお、講座受講後に受講証明書を発行いたします。

ご不明な点等がございましたら、学会事務局までお問い合わせ下さい。

健康スポーツナース養成講座受講申込書

フリ 氏 名			
会員番号		性別	男 ・ 女
所属	(病院・大学だけでなく、詳細に)		
連絡先	TEL ; E-mail ;	FAX ;	

受講講座申し込み 受講を希望される講座の「受講希望欄」に○をつけてください。			
2月28日(土)		3月1日(日)	
講座内容 [コースNo.]	受講希望	講座内容 [コースNo.]	受講希望
オリエンテーション		運動の種類と方法「介護予防と運動」 [No.2]	
栄養とエネルギー産生 [No.18]		運動の種類と方法「生活習慣病と運動」 [No.3]	
運動とエネルギー消費 [No.19]		有酸素運動 (実技) [No.6]	
体力の測定と評価 (実技) [No.5]		筋力トレーニング (実技) [No.7]	
運動の種類と方法「上肢の関節運動」 [No.4]		ストレッチ運動 (実技) [No.8]	
		認定試験 (20時間全ての課程を受講済みの方のみ)	

※No.6 有酸素運動、No.7 筋力トレーニング、No.8 ストレッチ運動は、原則3時間受講できることを受講条件とします。

事務局が使用します。記入しないでください。

申し込み受付	月	日
受付完了メール配信	月	日
受講証発送	月	日

※事務局は個人情報保護法を遵守し、個人情報を利用・管理します。

日本健康運動看護学会事務局