2024年１月27日-28日 健康運動看護師養成講座プログラム及び会場

１月27日（土）エースランド宮崎　１階　多目的室	
9:30～	受付
9:55～	オリエンテーション
10:00～10:50	【講義】運動の種類と方法：介護予防と運動（№2） 講師：鶴田　来美先生（宮崎大学医学部看護学科　教授）
11:00～11:50	【講義】栄養とエネルギー産生（№18） 講師：吉永　砂織先生（宮崎大学医学部看護学科　准教授）
12:00～12:50	【講義】運動とエネルギー消費（№19） 講師：吉永　砂織先生（宮崎大学医学部看護学科　准教授）
12:50～13:50	昼　　食
13:50～14:40	【講義】運動の種類と方法：生活習慣病予防と運動（№3） 講師：加藤　丈司先生（宮崎大学フロンティア科学実験総合センター 教授）
14:50～15:40	【講義】運動の種類と方法：上肢の関節運動（№4） 講師：宮﨑　茂明先生（宮崎大学医学部附属病院　理学療法士）
15:50～16:50	【実技】体力の測定と評価（№5） 講師：蒲原　真澄先生（宮崎大学医学部看護学科　講師）
1月28日（日）　エースランド宮崎　１階　多目的室	
9:15～	受付
9:30～10:30	【特別講座】 スポーツにおける子どもの初期対応 講師：古家信介先生（関西医療大学　ヘルスプロモーション整復学科　教授）
10:40～11:40	【実技】有酸素運動（№6） 講師：日吉　眞理子先生（NPO法人健康づくり研究会　代表）
11:40～12:40	昼　　食
12:40～13:40	【実技】筋力トレーニング（№7） 講師：日吉　眞理子先生（NPO法人健康づくり研究会　代表）
13:50～14:50	【実技】ストレッチ運動（№8） 講師：浜崎　孝浩先生（NPO法人健康づくり研究会ﾌｨｯﾄﾈｽｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ）
1月28日（日）　エースランド宮崎　２階　多目的室	
15:10～16:10	認定試験　（※全20時間全ての課程を受講された方のみ）

※休憩時間は状況に応じて変則的に取りますので、ご注意ください。

2024年１月27日-28日 健康運動看護師更新講座プログラム及び会場

１月27日（土）　エースランド宮崎　２階　多目的室	
12:45～ 13:00～14:00 14:00～15:00	受付 【実技】運動傷害と予防：運動傷害時の対応（RICE療法等） 講師：尾崎勝博先生 （野﨑東病院リハビリ部長、日本スポーツ協会公認AT、宮崎AT協会会長） 【実技】運動傷害と予防：スポーツ障害への対応（テーピング等） 講師：尾崎勝博先生 （野﨑東病院リハビリ部長、日本スポーツ協会公認AT、宮崎AT協会会長）
1月28日（日）　エースランド宮崎　１階　多目的室	
9:15～ 9:30～10:30	受付 【特別講座】　スポーツにおける子どもの初期対応 講師：古家信介先生（関西医療大学　ヘルスプロモーション整復学科　教授）
1月28日（日）　エースランド宮崎　２階　多目的室	
10:40～11:30	【講義】運動傷害と予防：アンチ・ドーピングについて 講師：田島卓也先生（宮崎大学医学部整形外科）
11:40～12:40	昼　　食
12:40～15:00	【講義】現場における脳振盪の判断と対応 【実技】現場における脳振盪の判断と対応：初期対応と搬送 講師：田島卓也先生（宮崎大学医学部整形外科）　他