

リズムケア運動プログラム

リズムケア運動は介護・支援が必要な方々を対象に音楽を使用した運動プログラムです。出来ないとおぼやかっていたことが出来るようになる喜びを重視しています。

寝たきりになるきっかけを作らないためにイスに正しく座ることのできる筋力、体力、姿勢を確保することを目的としています。出来ることを探しその能力を伸ばすことで次に出来ることも発見できます。

運動の内容は、日常に役立つ個々の持つ眠っている機能を引き出すよう工夫されています。

音楽は明るい環境作りを可能にするため、運動への参加意欲を増すばかりではなく「見て、聞いて、考える」という運動方法が脳の活性を促し、認知症の予防や改善に役立ちます。

■リズムケア運動指導者とは

協会の開発したリズムケア運動プログラムを覚え、参加者の持つ残存機能や運動意欲を上手に引き出し、日常生活に役立つ機能の改善を目的とした指導を行います。

「リズムケア運動指導者」A級、B級の資格認定を取得するためには協会が開催する講習会を受講します。

●B級指導者資格認定

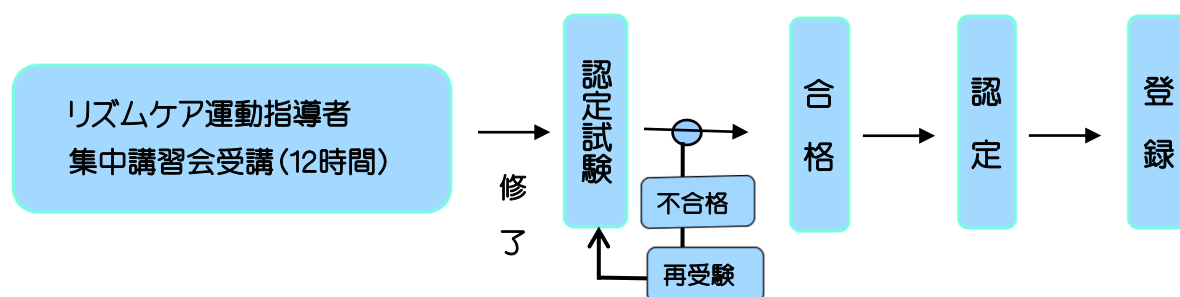
協会が提供する基本のプログラムを覚え、安全に指導ができるまでの指導方法を習得します。
プログラムを覚え、安全な動き方を確認しながら指導方法を練習します。

●A級指導者資格認定

A級を取得するためにはB級指導者の資格認定者で最低1回の資格更新を行っていることが条件です。

A級はB級の知識に指導力を強化した内容です。介護を必要とする人や障害があり気力のない人の残存機能や運動意欲を引き出すには指導力、人間力が必要です。そのための指導技術を習得します。

■認定までの流れ



■登録

認定試験に合格し、当協会に登録を申請された方は、一般社団法人バリアフリーフィットネス協会認定指導者として登録され、認定証と登録証が交付されます。(登録費10,800円)

■資格更新について

2年の有効期限があり、更新時まで8単位を取得する必要があります。(更新料10,800円)
更新講習会については、バリアフリーフィットネス協会ホームページ内でご確認ください。

■活動場所

介護予防施設、高齢者施設、病院、公共施設などで活動しています。