

健康生活支援講習指導員養成講習説明会・事前研修会の日程

9月26日(土)	
10:00	開会 オリエンテーション 自己紹介
10:20	赤十字について ボランティアについて 健康生活支援講習普及事業と指導員の役割について
11:00	指導員養成講習について
	実技確認 第2章 指輪っかテスト 口腔体操(あいうべ体操など) ストレッチ・レジスタンス運動 体温・脈のはかり方・手洗い 背部叩打法・腹部突き上げ法(デモンストレーション)
12:00	昼 食
13:00	実技確認 第3章 座位からの立ち上がり 車椅子使用前の安全確認・基本操作 車椅子への移乗・移動 食べやすい姿勢の確認 骨盤底筋体操 ホットタオルの作り方 衣服の着脱
14:30	第4章 レクリエーションの紹介 リラクゼーション 手浴・ハンドケア コグニサイズ
16:30	指導員養成講習会に向けて
17:00	閉会