

J A全中くら高発第032号  
平成30年5月23日

都道府県農業協同組合中央会 御中  
都道府県厚生農業協同組合連合会 御中

全国農業協同組合中央会  
J A高齢者福祉ネットワーク

## 平成30年度J A介護予防運動サポーター養成研修会（東京会場） の開催について（案内）

昨年度に引き続き、標記研修会を下記により開催します。つきましては、管下J A、J A助けあい組織、J A女性組織等に対しご案内くださいますようお願いいたします。

記

### 1. 日程・会場等

平成30年6月22日（金）10時～17時40分  
J Aビル36階大会議室

※詳細は、別添「平成30年度J A介護予防運動サポーター養成研修会開催要領」および日程表をご確認ください。

※本研修会は、6月21日（木）開催の「J A健康寿命100歳プロジェクト担当者会議・研修会」（別途案内）の翌日の開催となります。

### 2. 研修会対象者

- ・ J A助けあい組織、J A女性部等のリーダー層
- ・ J A健康寿命100歳プロジェクトおよび助けあい組織、女性組織に関するJ A、中央会、厚生連等連合会の担当者

### 3. 参加費用

20,000円（DVD・昼食代込。旅費、宿泊費は含まれておりません。）

### 4. 参加申込

参加申込みについては、J A全中事業管理システム（研修会システム）により入力いただきますようお願いいたします。

申込期日は6月15日（金）です。

※J A全中事業管理システムを導入していないJ Aについては、中央会での代行入力をお願いいたします。

## 5. 本研修にかかる昨年度からの変更点

昨年度は、JA介護予防運動を本格展開していく初年度であったため、本取組みの理解の深化と着実な実施が求められたことから、昨年度限りの施策として本会が研修受講費用の一部を助成しておりましたが、今年度はその適用はいたしません。

しかし、参加者の費用面での負荷（特に助けあい組織・女性組織のメンバーの方）や、研修会で使用するDVD（斡旋資材）が別購入であることについてご意見をいただいていたこと等を踏まえ、参加費用等を調整しております。変更点は次のとおりです。

| 変更点            | 今年度     | 昨年度                   |
|----------------|---------|-----------------------|
| 助成措置           | なし      | あり                    |
| 費用             | 20,000円 | 25,000円(助成適用で15,000円) |
| DVD(3,000円)の配布 | あり      | なし(別途購入が必要)           |

## 6. サポーター等の認定

研修受講者に対し、次の認定証を発行します。

- ・JA介護予防運動サポーター認定証（JA全中認定）
- ・シナプソロジー普及員認定カード（シナプソロジー普及会認定）

※シナプソロジーについては、別添「平成30年度JA介護予防運動サポーター養成研修会開催要領」を参照ください。

## 7. その他

### (1) 研修会参加時の服装

運動をいたしますので、動きやすい服装（スカート、ヒール、ブーツ不可）でご参加ください。

### (2) 都道府県中央会等が主催するJA介護予防運動サポーター養成研修会の実施

都道府県中央会等が主体となって養成研修会を開催する場合は、事前にJA全中にご相談ください。

### (3) クールビズの実施

地球温暖化防止問題に対する国民運動の一環として、また節電の取組みの必要性等を踏まえ、「夏の軽装（ノー上着、ノーネクタイ；女性の服装はこれに準じる）」に取り組んでいますので、ご協力をお願いします。

### 【問合せ先】

JA全中 JA支援部 くらし・高齢者対策課

(JA高齢者福祉ネットワーク事務局)

担当：篠崎・初澤

TEL：03-6665-6241

E-Mail：[kourei.s@zenchu-ja.or.jp](mailto:kourei.s@zenchu-ja.or.jp)

以 上

# 平成30年度 J A 介護予防運動サポーター養成研修会（東京会場） 開催要領

## 1. 目的

J A 全中は、健康寿命延伸のため、J A 健康寿命 100 歳プロジェクトの新メニューとして介護予防運動プログラム（転倒予防・尿失禁予防）を開発し、平成 29 年度より本格展開しました。J A 健康寿命 100 歳プロジェクトは、「気軽に誰でも楽しく」を基本コンセプトにしており、資材（DVD・テキスト）を理解することで、誰でも簡単に実践することができます。

一方、組合員アンケートでは、J A に対して「高齢者の生きがいづくり」が求められており、J A 健康寿命 100 歳プロジェクトのメニューのひとつである「J A 介護予防運動（てんとうムシ体操・みつばち体操）」を地域で展開していくことは、元気高齢者対策としても有用な施策といえます。

「さらに介護予防の理解を深めたい」「体操をもっと広げたい」「本格的な体操教室を開催したい」「教室開催・運営実務を学びたい」「より楽しく伝えられるよう「講師役（インストラクター）」としてのノウハウを高めたい」「J A 介護保険事業所等と連携して「地域支援事業」に取り組みたい」等ステップアップを考えている J A 助けあい組織、J A 女性組織の方を対象として本養成研修を実施します。

## 2. 実施

- ①主催：全国農業協同組合中央会
- ②実施：株式会社ルネサンス

## 3. 学習目標

- ①標準プログラム（90 分×5 回）の運営ができる。
- ②映像教材・テキストを使用して受講者に介護予防の意義・目的を説明できる。
- ③映像教材・テキストを使用して転倒予防体操、尿失禁予防体操の実施方法についてサポートできる。
- ④映像教材・テキストを使用して転倒予防体操、尿失禁予防体操の指導をサポートできる。
- ⑤標準プログラム（1.5 時間×5 回）の効果測定をすることができる。

## 4. 日時・場所 [各会場へのアクセスは、別紙案内図を参照ください]

平成 30 年 6 月 22 日（金）10 時～17 時 40 分

J A ビル36階大会議室

東京都千代田区大手町 1 丁目 3 - 1

（1 階受付にて入館証を受け取り入館ゲートからエレベーターで 36 階までお上がりください）

## 5. 参加対象者

- J A 助けあい組織、J A 女性部等のリーダー層  
(何らかの助けあい組織や女性部活動に関連した教室運営や講師を務めた経験のある方)
- J A 健康寿命100歳プロジェクトおよび助けあい組織・女性組織に関する J A、中央会・厚生連等連合会の担当者

## 6. 日程

別添日程表を参照ください。

## 7. 参加費等

20,000円 (DVD・昼食代を含む)

※ 上記には旅費、宿泊費は含まれておりません。

※ 研修会終了後、参加者所属団体の口座から引落決済させていただきます。ただし、研修会システムが J A に導入されていない場合または連合会については、都道府県中央会の口座から引落決済させていただきます。

## 8. 定員等

定員：60名 (先着順とし、定員になり次第締め切りとさせていただきます。)

最少開催人数：20名 (最少開催人数に満たない場合は、開催を中止します。)

## 9. 申込

全中研修会システムによりお申込ください。申込期日は6月15日(金)です。

※参加申込み、参加予定の取消しともに、上記の申込期限までに全中研修会システムにより入力してください。全中研修会システムが J A に導入されていない場合は、都道府県中央会で代行入力をお願いします。

## 10. 認定

研修修了者には、認定証「J A 介護予防運動サポーター」(J A 全中認定)を発行します。また、あわせてシナプソロジー(※)普及員認定カード(シナプソロジー普及会)発行します。

※シナプソロジーとは、「2つのことを同時に行う」「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」といった普段なれない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図るプログラムです。詳細はシナプソロジー普及会 HP (<https://synapsology.com/sy/>) をご覧ください。

## 11. その他

① 宿泊等の手配につきましては各自でお願いします。

② 持ち物・服装

筆記用具、動きやすい服装と靴 (スカート、ヒール、ブーツ不可)

## 12. 研修会事務局

J A全中 J A支援部 高齢者対策課 (担当:篠崎・初澤)

TEL : 03-6665-6241、FAX : 03-3217-5073 E-Mail : [kourei.s@zenchu-ja.or.jp](mailto:kourei.s@zenchu-ja.or.jp)

以 上