

脳を活性化させて笑顔をつくる伝道師になりませんか？

第  
129  
期

# シナプソロジーインストラクター 養成コース in 長野

2014年11月22日(土)・23日(日) 会場：ながでんスイミングスクール  
フィットネスクラブFXA若里



運動経験や運動指導経験は問いません。フィットネス関連以外にも、介護予防関連・看護師・栄養士・学校教職員・講師・一般企業など、さまざまな分野からご参加頂いています。

シナプソロジーとは、視覚・聴覚・触覚などの感覚器へ、さまざまな刺激を与え続けながら、動くことを通して、注意機能や判断力などの認知機能を高め、活動的快の心理的向上が得られるなど、脳を活性化させることを目的としたプログラムです。



- ・狭いスペースでも実施可能です（場所を選びません）。
- ・短い時間で成果が期待できます（10～20分）。
- ・参加者に応じてレベル設定が行えます（年齢・性別・体力レベルなど）。
- ・1対1から1対複数と幅広い人数に対応可能です。



- ・認知機能の改善
- ・高齢者の認知症予防や機能改善の可能性大
- ・集中力、記憶力・注意力などが高まる事で、業務効率アップに繋がる可能性大
- ・ストレス緩和
- ・コミュニケーションの向上



子供から高齢者、またアスリートまで、幅広い方々に有効です。対象者に応じたレベル調整が可能です。1対1でもグループエクササイズでも行うことが可能です。





## 梅本 道代

シナプソロジー教育トレーナー

### 講師からのメッセージ：

シナプソロジーは、老若男女場所を問わず気軽にできる脳を活性化するプログラムです。

シナプソロジーを通して得られることは、何よりも素敵な笑顔。知らない人同士があっという間につながっていくコミュニケーションツールになります。こうやって世界中の人々とつながっていけると笑顔いっぱいの世界になりそうです。

まずは、その担い手になってみませんか？

シナプソロジーのメソッドからプログラムの応用方法、活用方法がしっかり学べます。

- **開催日：**2014年11月22日（土）13:00～21:00  
11月23日（日）9:30～17:30

- **講習内容（2日間14時間）：**

- ①脳の知識 ②プログラム紹介 ③指導手順とドリル  
④エクササイズ開発 ⑤展開プランなど  
筆記試験、実技試験があります。

- **受講費用（税込／テキスト・ツール・登録料含む）**

- 一般 : 50,760円
- シナプソロジー普及員 : 48,060円
- いきいき・のびのび  
健康づくり協会登録員 : 47,000円

- **定員：**20名（先着順）

- **問い合わせ：**いきいき・のびのび健康づくり協会事務局  
TEL:090-6555-2129/072-253-1757  
<http://www.ikinobi.org/>

- **会場：**ながでんスイミングスクール  
フィットネスクラブFXA（エフバイエー）若里  
(<http://www.nagaden-fxa.net/wakasato/>)

〒444-0201長野県長野市若里6-5-12  
TEL：026-227-1234  
長野駅よりアルピコ交通バスにて15分  
のりば：善光寺口2番線  
バス路線名：【21】日赤経由 松岡、大塚南行き  
「ビッグハット」停留所下車後 徒歩10分以内

- **使用ツール：**お手玉・スカーフ



## 【遠方からご参加の方へ 宿泊先のご案内】

(幹旋ではございません、各自にて予約をお願いいたします)

長野駅周辺に数軒ございます。

● チサングランド長野

TEL: 026-264-6000

● ホテルサンルート長野

TEL: 026-228-2222

会場施設からの最寄ホテル

● ホテルルートイン長野別館

TEL: 026-221-3131



ホテルルートイン長野別館が会場からの最寄ホテルとなりますが、徒歩15分ぐらい距離があります。

●常に笑いがあり、明るい雰囲気の中、受講することが出来ました。2日間でインストラクターとして活躍できる充実した講習プログラムでした。初めての方も安心して受講できます。

●ビジネスマナーの研修のアイスブレイクとして活用しています。「研修内容が頭によく入った」という声を頂いています！

(大阪府 研修講師 S. Iさん)

### 過去の受講者の声



●異業種の方とも繋がりがもてました。和やかな雰囲気の講習会です。

●アクアビクスのレッスン前後、デイサービスでの指導などで活用しています。皆様大笑いして頂いています。

●脳の話は非常に分かりやすく、興味を引く内容でした。(奈良県 フィットネスインストラクター I. Kさん)

●受講することで、今まで脳と運動について漠然と思っていたことが確信に変わり、指導に自信が付きました。

●重度知的障害者の作業所でシナプソロジーを活用しています。皆さんすごくいい笑顔でボールやスカーフを投げて楽しんでいます。また、腕の上げ下げも自然にできるようになりました！

●いつでも、どこでも、気軽に出来て、脳を活性化させられる凄いプログラムです！是非受講をお勧めします。(香川県 M.Aさん)

### 教育トレーナー石井は

こんなところでシナプソロジーを活用しています

●大阪阿倍野のデパートでのイベントレッスン

●地元西宮での高齢者健康体操サークル

他にも、介護予防教室、デイサービス指導、フィットネスクラブのレッスンの合間に、趣味の合唱サークルの練習前に...  
様々なシーンで活用しています！



<申込方法 ①電話申込>

- (1) 下記までお電話下さい ※留守番電話での受付は致しかねます
  - 協会事務局携帯：090-6555-2129  
(月・火・水・金曜⇒10:00~18:00/木曜⇒13:00~18:00)
  - 玉川携帯：090-5116-1395 (事務局営業時間外)
- (2) 申込用紙に必要事項を記入の上、協会事務局までFAX (072-253-1757) をお送り下さい
- (3) 受講料をお振込み下さい ※申込受付から2週間以内

<申込方法 ②メール申込>

- (1) 協会ホームページ <http://www.ikinobi.org/> の「講習会申込」画面、又は右側のQRコードを読み取り必要事項を入力してメール送信を行って下さい
- (2) 確認の返信メールをお送りします  
※申込完了は返信メールが届いてからとなります  
※営業時間外に届いたメールは、返信が遅れることがございます
- (3) 受講料をお振込み下さい ※申込受付から2週間以内



振込先:三菱東京UFJ銀行 泉ヶ丘支店 普通:4730531 特定非営利活動法人いきいきのびのび健康づくり協会

受講申込書 FAX番号⇒072-253-1757まで！ 申込日 年 月 日

# 第129期 シナプソロジー インストラクター 養成コース

(2014年11月22日・23日:長野)

[フリカナ]		[性別] (男・女)	
[氏名]		[生年月日] 西暦でご記入下さい 年 月 日(満 歳)	
[住所]〒 -			
[連絡先] (自宅)		(FAX)	
(携帯)		(MAIL)	
[勤務先名と住所] 勤務先名: 〒 - (TEL) (FAX)			
指導内容	指導歴(年)	指導内容	指導歴(年)

[受講料] ※該当する□に✓印をつけて下さい

<input type="checkbox"/> 一般	50,760円
<input type="checkbox"/> シナプソロジー普及員(No: )	48,060円
<input type="checkbox"/> いきいき・のびのび健康づくり協会 登録員(初回/No:N-	47,000円

[受講料のお振込みについて]※必ずご記入下さい

お振込日	年	月	日
振込銀行	銀行		
	支店		
受講料	円		

●振り込まれた受講料は、ご返金できません。ご本人が参加できない場合は、代理人の方をたてられることをお勧めします。