

2019 共済第60号

2019年 7月18日

福利厚生センター東海北陸ブロック
ソウエルクラブ地方事務局担当者 様

社会福祉法人福利厚生センター業務受託団体
一般財団法人 岐阜県民間社会福祉事業従事者共済会事務局長
(公印略)

2019年度福利厚生センター
「社会福祉施設等メンタルと身のこなし講習会」の開催について

本会事業運営につきましては、日ごろから格別のご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

さてこの度、ソウエルクラブ地方事務局開催の標記講習会を、別添「メンタルと身のこなし講習会開催要綱」により実施いたします。

つきましては、大変ご多忙とは存じますが、貴県ソウエルクラブ加入法人への周知についてご配慮の程よろしくお願いいたします。

事務担当 一般財団法人岐阜県民間社会福祉事業従事者共済会
総務課 担当 曾我・日比野

〒500-8385

岐阜県岐阜市下奈良2-2-1

岐阜県福祉会館6階

TEL/FAX 058-275-5508

E-Mail kyousai@ninus.ocn.ne.jp

2019年度 社会福祉施設等メンタルと身のこなし講習会 開催要綱

1. 目 的

福祉サービスの需要が高まるなか、選ばれる施設となるためには、利用者に満足してもらえるサービスを提供する必要があります。

今回は、身体の不調とメンタルヘルス不全の関係性や腰痛予防など、身体の使い方・意識改革の方法などを学びます。

2. 主 催

社会福祉法人 福利厚生センター

一般財団法人 岐阜県民間社会福祉事業従事者共済会(ソウェルクラブ岐阜)

3. 参加対象者

法人代表者が推薦するソウェルクラブ会員

原則として、1事業所1名（ただし、定員に余裕がある場合は、2名以上の参加も可能とします）

今回は、各施設におけるメンタル不全予防・腰痛予防の向上を目的としていますことをご考慮願います

4. 開催期日等

開 催 日	2019年 9月 25日（水） 午前9時45分～午後4時00分
定 員	50名
会 場	岐阜県福祉・農業会館 2階 大会議室 岐阜市下奈良2-2-1 電話 058-273-1111

5. 講師

日本立腰協会 会長 河上雄太（愛称：腰の王子・ゆうちゃん）

6. 参加者負担について

- ・講習会参加費、テキスト代は無料です
（会場までの交通費については参加者負担です）
- ・昼食希望者は、1000円（税込・お茶付）で事前注文できます

7. 参加申込方法

・別添の「社会福祉施設等メンタルと身のこなし講習会参加申込書」を、岐阜県民間社会福祉事業従事者共済会あてFAXください

・定員に余裕がある場合は2名以上の参加も可能としますので、2名以上申込される場合は法人で優先順位をつけてください

8. 申込み受付期間

2019年8月19日（月）～23日（金）必着

※先着順ではありません。

9. 参加者の決定

参加申込者数が定員を越えた場合は、岐阜県民間社会福祉事業従事者共済会で参加者の選定をしたうえで、9月6日（金）までに参加の可否をお知らせします

2019年度福利厚生センター

**「腰の王子様が教える！姿勢を変えて腰とメンタルを強くする
1 DAY 講習会」プログラム**

時間	講習内容
9 : 3 0	集合・受付
9 : 4 5	開会（あいさつ・オリエンテーション・講師紹介）
10 : 0 0	講習①《基本中の基本編》 「腰とメンタルを元気にする日本古来の鍛え方」 ～メンタルを変えたければ姿勢（腰）を変えよう～ ・3つのカンタン最強エクササイズで「腰」と「知・情・意」 3つのメンタルパワーを元気にする 講習② 「地に足つけて心も腰も安定させるカンタンエクササイズ」 ～正しい立ち方があなたの腰とメンタルを守る～ 「前向きな行動力とお尻の親密な関係」 ～衝撃事実！お尻が垂れると確実にメンタルは弱くなる！？～ ・お尻と行動力の解剖学的・人類学的考察 ・お尻を上げて行動力と前向きなメンタルを作る最強エクササイズ 「腰が楽になり、メンタルと人生が勝手に前向きになる 世界一分かりやすい正しい歩き方講座」
12 : 0 0	昼食・休憩（昼食は、事前の申込者のみ準備します） ※講習日程の都合上、昼食休憩が短くなることがありますがご了承ください
13 : 0 0	講習③《応用編》 「腰&メンタルゼロストレス身のこなし術」 ・腰と心をラクにする体の使い方（動き方）を日常生活に活かす ・イス・正座・あぐらからの正しい立ち坐りを応用した 腰とメンタルゼロストレスのスーパー身のこなし術をマスターする ・音でカラダと心が変わる法則 母音（あ・い・う・え・お）理論の日常生活の活かし方 ・メンタルを自在にコントロールするハヒフヘホの呼吸法 講習④ 自分も相手もストレスフリーの立腰(タテゴシ)流介護動作入門！ 「腰&メンタルゼロストレス身のこなし術」を介護動作に応用する！ ・魔法の手を使うだけで介護動作はこんなにラクになる！ ・触れ方、意識を変えることで介護動作をラクにする裏ワザ公開！
15 : 3 0	質疑応答・研修会アンケート記入など
16 : 0 0	閉会

年 月 日

2019年度 社会福祉施設等メンタルと身のこなし講習会申込書

ソ ウ エ ル
契約者コード

--	--	--	--	--	--	--

法人名

代表者名

⑨

電話番号

記入者名

標記について下記会員の参加を申込みます

参加者氏名	ソウエル会員番号	職種	申込順位
(フリガナ)			
(漢 字)			昼食希望
(男 ・ 女)			有 ・ 無
勤務先施設名			
勤務先住所	〒		
勤務先電話番号			
勤務先FAX番号			

< 申込先 > 岐阜県民間社会福祉事業従事者共済会 総務課 担当 曾我・日比野
FAX 058-275-5508

< 申込受付期間 > 2019年8月19日 (月) ~ 8月23日 (金) 必着
※先着順ではありません

腰の王子様が教える！ 姿勢を変えて腰とメンタルを 強くする1DAY講習会

in 岐阜 2019年9月25日（水）

腰とメンタルを元気にする日本古来の鍛え方
地に足つけて心も腰も安定させる方法
前向きな行動力とお尻の親密な関係♡
前向きな骨盤とメンタルをつくる最強の歩き方
腰&メンタル・ゼロストレス身のこなし術！
自分も相手もストレスフリーの
立腰流介護動作入門



令和元年9月25日（水）

10:00～16:00

【会場】岐阜県福祉・農業会館

<http://www.group-sanwa.co.jp/fukushi-nogyo/index.html>

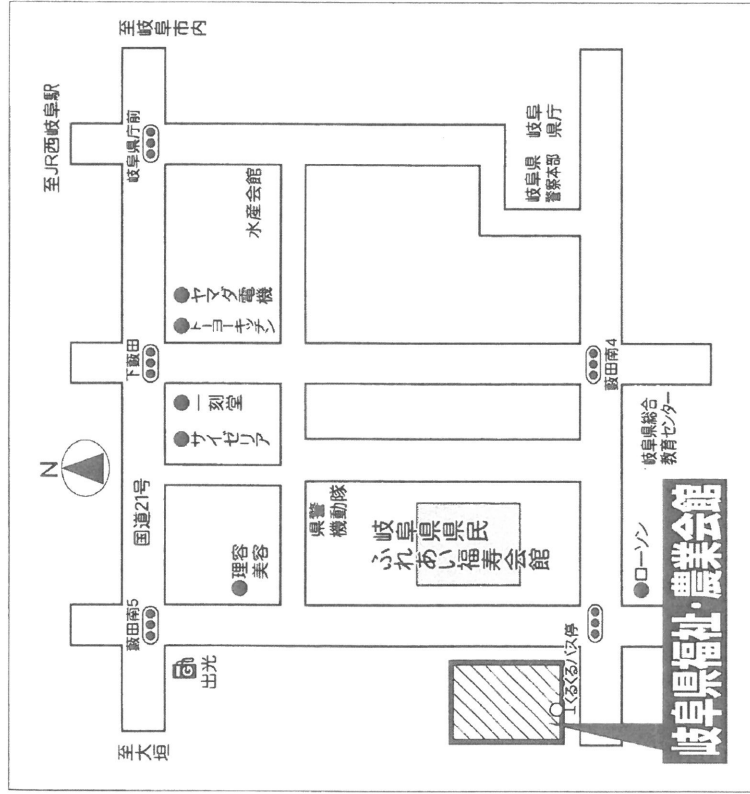
〒500-8385 岐阜県岐阜市下奈良2-2-1

TEL 058-273-1111/ FAX 058-271-8080

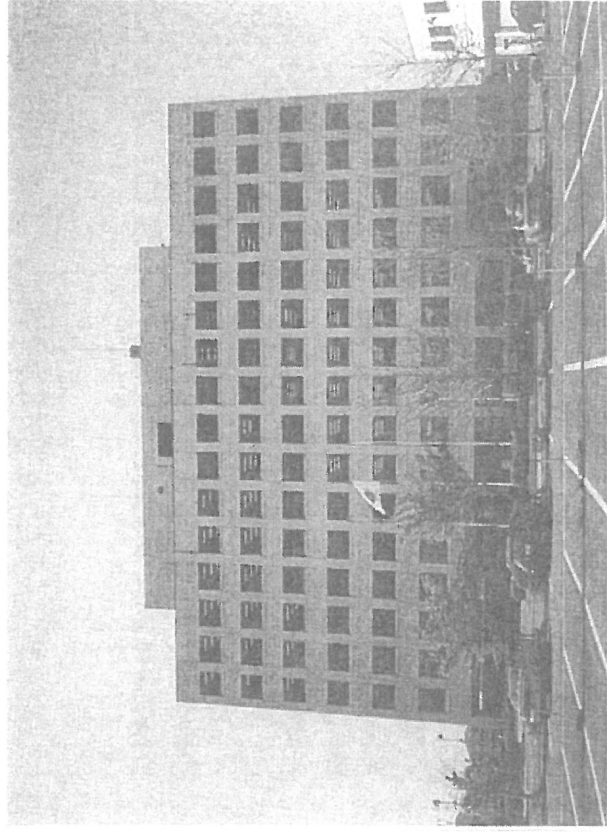
2025年までに日本人全員が立腰に！



会館位置図



岐阜県福祉・農業会館



● 交通案内

- JR 西岐阜駅から西ぎふ・くるくるバス(100円)で福祉・農業会館南口まで約21分
- JR 岐阜駅・名鉄岐阜駅から岐阜バスで県民ふれあい福祉会館前まで約20分、徒歩5分
- 乗用車のときは、国道21号線(岐大バイパス)の下奈良または下藪田の交差点を南進して下さい。藪田南5の交差点を南進しても中央分離帯のため会館東入口へは入れません。