

災害時健康サポーター養成事業開催要項

- 1 ねらい
災害時に起こりうる健康被害に関する基礎知識と学ぶとともに、避難場所や仮設住宅等において、運動支援を行う際の具体的な技術を習得する。
- 2 主 催 徳島県 一般財団法人徳島県スポーツ振興財団
- 3 事業協力 徳島県立西部防災館
- 4 日 時 平成30年11月17日（土）
午後12時50分から午後4時00分まで
- 5 会 場 徳島県立西部防災館（美馬市美馬町字中鳥）
- 6 内 容 別紙の「日程表」を参照のこと
- 7 対 象 者 総合型地域スポーツクラブ関係者、スポーツ推進委員
健康運動指導士、福祉/自主防災関係者、
障がい者スポーツ指導員、レクリエーション指導者
その他興味関心のある方
※ とくしまスポーツすだつネットに指導者登録をさせていただく方を優先します。
- 8 定 員 30名程度 申し込み先着順
- 9 参加費 無料
- 10 参加申込
(1) 方 法 別紙「参加申込書」に必要事項を記入して、申込ください。
(2) 申込期限 平成30年11月9日（金）必着
(3) 申込先・問合せ先
徳島県広域スポーツセンター（担当：渋谷）
〒772-0017 鳴門市撫養町立岩字四枚61
鳴門・大塚スポーツパーク内 徳島県広域スポーツセンター
電 話 088-685-4021
ファクシミリ 088-685-4022
メール：sibuya@awa-spo.net
- 11 備 考
(1) 全日程を参加された方は、修了証を発行します。
(2) 運動ができる服装、飲み物、タオル等を持参してください。
(3) 報告書等の作成のため、受講の様子を写真や映像にて記録させていただきますことをご了承ください。
(4) この災害時健康サポーター養成講習会は、県立総合大学校西部校「まなびーあ徳島」の主催講座です。2単位取得できます。

日 程 表

| 時 間 | 配分 | 内 容 |
|---------------|----|---|
| 12:30 ~ 12:50 | 20 | 受付 |
| 12:50 ~ 13:00 | 10 | 開会、諸連絡 |
| 13:00 ~ 14:30 | 90 | <p>講義：災害時や避難場所での健康管理 ～心のケアや食生活を中心に～</p> <p>講師：西部総合県民局保健福祉環境部 (美馬保健所) 健康増進担当 管理栄養士 湯浅茜 保健師 西岡真奈美</p> <p>内容：水分や食事について 病気の予防について 心のケアについて 等</p> |
| 14:30 ~ 16:00 | 90 | <p>実技：災害時の運動 エコノミー症候群予防運動</p> <p>講師：健康運動実践指導者 小橋美香 <トクシマフィットネスラボ></p> <p>内容：・運動・活動の必要性について ・指導上の留意点について ・エクササイズを紹介 ○腰痛・背中痛みの予防運動の紹介 ○エコノミー症候群の予防運動の紹介 等</p> |
| 16:00 ~ | | 閉会 |