

受講生のみなさまへ

この度は、「ロコモケアメイト養成講座」にご参加いただき、誠にありがとうございます。

厚生労働省では「ロコモティブシンドロームの認知度を上げよう」という目標を掲げ、介護予防へ繋げようと考えています。

ロコモを予防することで、健康上問題の無い状態で日常生活を送れる「健康寿命」を伸ばしましょう。

本講座受講後は、ご自身への介護予防はもちろん、身近な方へお伝えいただき、ロコモケアメイトを増やすお手伝いをしていただけたら幸いです。

ヨガインストラクターの方ならどなたでも、すぐ、本講座を開講できます。

本講座の目的

- 正しい知識と予防法を知る「ロコモケアメイト」を増やす。
- 「ロコモケアメイト養成講座」の講師役「ロコモケアメイト」を養成する。

受講修了後は、アンケートのご記入にご協力をお願いいたします。

本講座後援先

NPO 法人日本ヨガ連盟

〒020-0885 盛岡市紺屋町4-24

電話番号 019-601-8891 FAX 019-601-8894

メールアドレス info@npo-yoga.com ホームページ <http://www.npo-yoga.com/>