

コーディネーション能力から見た

高齢者の “表層能力”と “潜在能力”

誰でもかかる可能性のある身近な病気、それが認知症です。だからこそ予防とケアが重要です。気軽に楽しく取り組めて脳と身体を刺激する「コーディネーショントレーニング」を取り入れて、いつまでも「自分らしい」暮らしを続けませんか？



帰省時にこんな症状が気になったら要チェック!

- 食欲がなく痩せた
- お薬の量が増えた
- 夜の寝つきが悪くなった
- 外出が面倒くさい
- 階段の上り下りがつらい
- 家の中が乱雑になっている



講師

徳島大学名誉教授
学位:学術博士(筑波大学)/専門分野:運動行動制御論
株式会社MP and Cアドバイザリー
非営利法人日本コーディネーション
トレーニング協会 理事長

荒木 秀夫氏

運動生理学を専門として、脳科学を基盤にした運動と行動の制御を研究テーマとしている。長年の研究と実践の中から脳の刺激感受性の向上を目的とした独自のコーディネーション論を展開。新しい運動観に基づいたトレーニング法や学習法の普及に取り組んでいる。対象は幼児・子どもから高齢者、障がい者、トップアスリートまで幅広く、その内容はスポーツ分野にとどまらず、音楽、教育、医療技術、矯正スキルなど多岐にわたり、東京都教育委員会の「総合的な子供の基礎体力向上方策推進計画」において、都内公立学校(幼・小・中・高・特支の2400校)へのコーディネーショントレーニングの導入など教育現場での注目が高まり、各地の教育委員会等における事業にも参画している。

開催日

2024年 1月31日(水)
第一部 /10:00 ~・第二部 /14:00 ~
【参加費無料・事前予約制】

会場

【第一部】 ロングライフ・クイーンズ宮崎台
〒216-0033 神奈川県川崎市宮前区宮崎 1-13-17
【第二部】 ロングライフ梶ヶ谷
〒213-0033 神奈川県川崎市高津区下作延 2-33-1

お申込みは下記フリーダイヤルまでお電話ください。



Health & Natural Beauty

日本ロングライフ株式会社



0120-550-294

受付時間/9:00~18:00(年中無休)