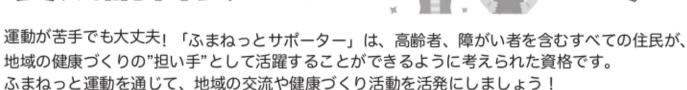
認知症になりにくいまち

転倒しにくいまち

支えあうまち

をつくろう!

ふまねっとサポー 養成講習会 のご案内





- ◎内 容
- 象 校◎
- ○受講料
- 本講習を受講し、NPO法人ふまねっとの正会 ◎権 利 員に入会することで、ふまねっと運動を使用 ・指導する権利が得られます。
- 待ち物
- ◎定 員
- までに ◎申込み 裏面申込書にご記入の上、 お申込み下さい。申込み後、受講料のお振込を お願いいたします。

【申込先】認定NPO法人 ふまねっと

電話 011-807-4667 FAX 011-351-5888 Mail info@1to3.jp HP http://www.1to3.jp 〒003-0021北海道札幌市白石区栄通19丁目2-7

ふまねっと運動 とは?

- ① あみを踏まないようにゆっくり歩き、 歩行時のバランスの改善を図ります。
- ② 簡単なステップや手拍子を組み合わ せて認知機能を働かせます。
- ③ 失敗大歓迎!交流が深まります。



ふまねっとステップ (例)



ふまねっと運動は必ず「ふまねっと本体」 と「指導資格保持者の指導」が必要です。