

# 研修会報告書

名称：平成 27 年度日本健康運動指導士会群馬県支部研修会

日時：平成 27 年 7 月 5 日（日）9:00～17:00

場所：群馬県立心臓血管センター 参加者数：56 名

内容：

安達医師による講義は心疾患と運動のリスク管理や疾患機序についてであった。運動の効果や必要性を日頃からデータを元に推奨して頂ける医師なので、1スライド1スライド丁寧に説明を入れて頂けた。アンケート結果も皆「解りやすかった」と好評であった。吉田看護師は心臓リハビリに従事して15年のベテランであり、患者様へのオリエンテーションや教育について慣れているため、講義もポイントが押さえられていた。園城指導士は心リハ対象者へのエアロに従事している経験が上がってきており、METSで確認しながら運動強度を設定した内容を体験し、次に指導練習としてグループプログラムの組み立て練習を行った。7班に分かれたエアロはそれぞれ個性が出ていて楽しく習得できていた。

写真①安達医師講義

写真②会場全体



写真③吉田看護師講義



写真④園城指導士実習

