

令和5年度  
日本スイミングクラブ協会東海支部

## 妊婦水泳研修会要項

(兼 水泳教師・アクアフィットネスインストラクター・メディカルアクアインストラクター等資格更新研修会)

————— 妊婦水泳の正しい指導の提供を目指して —————

1. 主催：日本スイミングクラブ協会東海支部
2. 主管：東海支部指導力向上委員会
3. 期日：令和5年10月1日（日）
4. 会場：邦和セミナープラザ会議室およびみなとスイミングスクール  
(住所：〒455-0015 愛知県名古屋港区港栄1-8-23) (TEL：052-654-3321)  
(最寄駅：地下鉄名港線 港区役所駅2番出口から徒歩3分)  
(車の場合：高速4号東海線 港明出口より3分) (※会場に無料駐車場があります。)
5. 定員：30名
6. 参加資格：妊婦水泳に興味のある水泳指導者及び資格更新希望者
7. 講師：小林 香織 (NPO 法人フィット・フォー・マザー・ジャパン理事長)  
プレコンセプション、妊娠期、産後、更年期を対象とした運動指導を、助産師、保健師、看護師などの医療従事者や運動指導者そして女性の健康支援者などを対象に行い、2900人以上を育成。また、書籍・DVDの監修やリリースも行い、TVや雑誌など各種メディアでも活躍中。  
目黒伸良 (妊婦水泳指導理論執筆者)  
山形県生まれ。中央大学商学部卒業。妊婦水泳から高齢者水泳までの各年齢別指導そしてメディカルアクアまでこなす水泳指導者。特に妊婦水泳指導においては、医学的根拠に基づいた水泳指導を提唱して、全国の水泳指導者から支持を得ている。著書に「妊婦水泳指導理論」(環境工学社)の他に、「ベビースイミング指導理論」(環境工学社)、「幼児と学童のための水泳指導理論」(松柏社)、「アクアリラックス指導法」(環境工学社)等がある。
8. 参加費用：8800円
9. 申込締切：令和5年9月23日（土）
10. 申込方法：申込書に必要事項をご記入の上、郵送と同時に参加費用を指定口座にお振込み下さい。
11. 郵送先：〒512-8065 三重県四日市市千代田町201-2  
日本スイミングクラブ協会東海支部指導力向上委員会 宛
12. 振込先：①銀行名：百五銀行河芸支店 ②口座名：日本SC協会東海支部  
③口座番号：(普通) 349604
13. 申込確認：お申込の確認は、申込確認書の発送をもってご連絡をいたします。なお、定員を超えた場合は、事前に連絡し参加費用を返金いたします。
14. その他：①1クラブ2名以上お申込の場合は、申込書をコピーしてお使い下さい。  
②参加費用の領収書としては、振込銀行発行の振込金受領書を当て下さい。  
③当日の実技希望者は、水着・水泳帽子・タオルをご持参下さい。  
④この研修会は、水泳教師・アクアフィットネスインストラクター・メディカルインストラクター等資格保持者の更新研修会として認定されております。更新期日が間近の方は、是非この研修会を受講下さい。  
⑤お問合せは、担当目黒 (☎059-365-0450) 迄、ご連絡下さい。

14. 研修会プログラム：

10月1日（日）	
時 間	研 修 内 容
9：45～10：00	受 付
10：00 ～11：00	（講義①） 妊娠・分娩について 講師：小林 香織 （NPO 法人フィット・フォー・マザー・ジャパン理事長）
11：00 ～ 12：00	（講義②） 妊婦水泳について 講師：小林 香織 （NPO 法人フィット・フォー・マザー・ジャパン理事長）
12：00 ～13：00	休 憩
13：00～15：00	（講義③） 妊婦水泳指導理論について 講師：目黒 伸良（妊婦水泳指導理論執筆者）
15：00 ～16：00	（実技①） 妊婦のための準備運動・水なれ・背泳ぎ系・クロール系について 講師：目黒 伸良（妊婦水泳指導理論執筆者）
16：00 ～17：00	（実技②） 妊婦のための弛緩法・平泳ぎ系・バタフライ系・呼吸法について 講師：目黒 伸良（妊婦水泳指導理論執筆者）
17：00～17：10	閉 講 式

令和5年度  
妊婦水泳研修会 (2023.10.1) 申込書

氏名		年齢	歳	妊婦水泳指導経験	年
所属クラブ		連絡先電話番号	( )		
連絡先住所 (申込確認書の 郵送先住所)	〒				

更新研修会受講修了証明書の発行を希望される方は、下記の事項についてご記入下さい。

(※未記入事項がある場合は、証明書の発行ができませんのでご注意ください。)

あなたの生年月日	西暦 年 月 日 生まれ		
資格名 (※取得している 資格に○印を付 けて必要事項を 記入下さい。)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 水泳教師</li> <li>・ 水泳 ( 級) インストラクター</li> <li>・ 水泳教員</li> <li>・ アクアフィットネス ( 級) インストラクター</li> <li>・ アクアダンスインストラクター</li> <li>・ メディカルアクアフィットネスインストラクター</li> </ul>		
資格番号と 有効期限	水泳教師	水泳 ( 級) インストラクター	水泳教員
	NO :	NO :	NO :
	20 年 月 日	20 年 月 日	20 年 月 日
	アクアフィットネス インストラクター	アクアダンス インストラクター	メディカルアクアフィッ トネスインストラクター
NO :	NO :	NO :	
20 年 月 日	20 年 月 日	20 年 月 日	

講師に質問があればお書き下さい。(当日、お答えいたします。)

---



---



---



---