国立のぞみの園セミナー2023
知的・発達障害者のすこやかシリーズ

「知的障害者の健康を支える運動」

加齢に伴う身体機能の低下は誰にでも起こりますが、知的障害者の場合はその傾向が早期に現れることが明らかにされています。重い知的障害のある人の場合、運動習慣作りが課題になることも少なくありません。

国立のぞみの園では、高齢化した重度知的障害者の身体機能の維持・向上を目的とした運動プログラムである「健康増進プログラム」に取り組んできました。本セミナーでは、「健康増進プログラム」の実践報告を中心に、重い障害を持つ人や行動障害のある人など、運動習慣作りが難しい人のための身体機能維持・向上と、予防的な取り組みのあり方にについて考えたいと思います。

申込期間	令和6年1月30日（火）10時～2月19日（月）17時まで
配信期間	令和6年3月 1日（金）10時～3月18日（月）17時まで
参加費	お一人様 1,000円
払込期限	令和6年2月22日（木）

お申し込み方法

申し込みフォームよりお申し込みください

国立のぞみの園ホームページ　https://www.nozomi.go.jp/ 養成・研修 >
研修のご案内 >国立のぞみの園セミナー2023 >知的障害者の健康を支える運動

※ お申し込み後、自動返信はございませんのでご注意ください

参加費の払込について

- 申し込みフォームの受付最終画面にて、受付番号と払込口座のご案内をいたしますので、スクリーンショットなどで画面を保存することをお勧めします
- ゆうちょ銀行に備え付けてある払込取扱票の通信欄に（①受付番号、②受講者名、③住所、④振込者名）を必ずご記入ください。なお、払込手数料は受講者様の負担でお願いいたします
- 請求書、領収書の発行は行っておりませんので、払込時の受領証を大切に保管ください

キャンセルについて

- URL送付後のキャンセルはできませんのであらかじめご了承ください
- URL送付前のキャンセルにつきましては、手数料を差し引いた金額をご返金いたします

お申し込み後の流れについて

- お振込み確認後、お申し込みのメールアドレスに視聴ページ・資料ダウンロード等のURLをお送りいたします。

※2月29日(木)までにお振込みが確認できた方には、3月1日(金)9時頃にＵＲＬをご案内いたします
※お振込み確認まで入金後１０日前後の時間を頂いております。

主催：独立行政法人 国立重度知的障害者総合施設のぞみの園
〒370-0865　群馬県高崎市寺尾町2120-2　URL https://www.nozomi.go.jp/

Contents

講演1　知的障害者の高齢化

高齢かつ重度の知的障害者にとって、どんな運動が受け入れやすく、継続して実施することができるのでしょうか？日中活動の一つとして取り組んだ「健康増進プログラム」についてご紹介します。5年間の調査研究を経て得られた知見についても併せてご報告します。

町田春子（国立のぞみの園診療部　機能訓練係）

報告1　行動障害のある人の運動習慣作り

行動障害のある人は新たな活動を自分の生活の中に取り入れることが苦手な人が多く、それは運動においても同様です。行動障害のある人に対する運動習慣の確立のポイントについて、実践を踏まえてお話します。

町田春子（国立のぞみの園診療部　機能訓練係）

報告2　運動が心に及ぼす影響を評価する

一般的に、運動は身体的健康だけでなく、気分転換やストレスの解消など、心にも良い影響を及ぼすとされています。では、知的障害者にとってはどうなのでしょう？読み解くことが難しい知的障害者の心を、客観的指標に基づいて紐解いてみました。

町田春子（国立のぞみの園診療部　機能訓練係）

知的・発達障害者のすこやかシリーズ
好評頒布中！

「ひとりでも多くの知的・発達障害者が、生涯を通して健康で丈夫であってほしい。」という思いを込め、日々をすこやかに暮らすためのポイントを紹介しています。

～シリーズ紹介～

01　健康診断
02　生活習慣病の予防
03　食と口腔衛生
04　運動習慣づくり（仮）
※2024年度発刊予定

価格　各500円（消費税・送料込み）

【お問い合わせ先】
国立のぞみの園事業企画部研修・養成課【担当】槻岡、長井
TEL：027-320-1357（土日祝日除く）
MAIL：nozomi-seminar-01@nozomi.go.jp