

求職者支援訓練
ハートレーニング



ハートレーニング
— 急がば学べ —

高齢化社会に向けて！
トレーニングインストラクター養成科（短時間）
（定員12人）

（応募状況によっては、定員を増員することがあります。）
（応募者が定員に満たない場合、訓練を中止する場合があります。）

受講料無料！

《訓練目標》 介護・医療・福祉事業所において上司の指示を受けながら、運動療法における基本作業が習得できる。

《訓練内容》 高齢者の日常生活機能向上トレーナーに関する知識及び技能・技術を習得する。

感染防止対策に取り組んでいます（マスクの着用、消毒液の設置、体温測定）

【訓練期間】 令和5年10月25日（水）～
令和6年1月24日（水）（3ヶ月）
午前10時00～午後2時50分
但し土・日・祝日は休日

【訓練対象者の条件】

「訓練期間や訓練時間に配慮が必要な方」

【訓練終了後に取得できる資格】

①普通救命講習Ⅰ

【応募方法】

受講申込書（写真＜3cm×4cm＞を貼付）を持参または郵送。
（持参→最終日の10月2日17時までに必着、郵送→10月2日必着）

＜提出先＞ NPO法人アサヒナアソシエーション

（〒890-0067 鹿児島市真砂本町53番12号）

詳細は最寄りのハローワークまでお問い合わせください。

***「教材費0円」**

【訓練機関】

NPO法人 アサヒナアソシエーション

【訓練場所】

鹿児島市真砂本町53番12号

（☎099-258-4903）

募集期間

令和5年8月24日（木）～令和5年10月2日（月）

選考日

令和5年10月10日（火）

集合時間：午前10時20分（受付開始：午前10時10分～）

試験開始：午前10時30分

選考場所

NPO法人 アサヒナアソシエーション

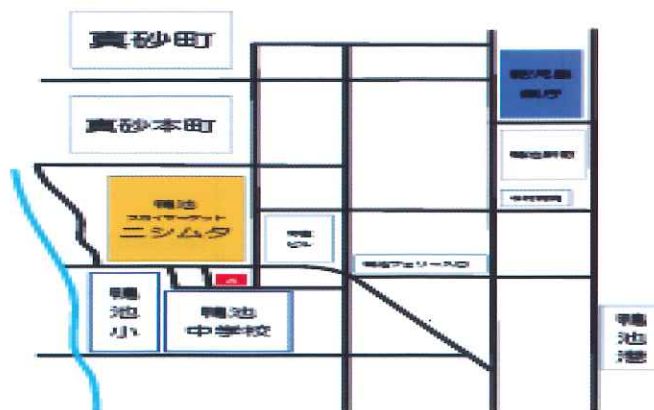
〒890-0067 鹿児島市真砂本町53番12号 D-BUILDING2F

選考方法

面接のみ *持参する物 特になし

結果通知：令和5年10月13日（金）に文書を訓練施設から応募者へ発送します。

（合格者は諸手続きのため、速やかにハローワークへお越し下さい。）



【求職者支援訓練の受講を検討されている方へ】
あらかじめハローワークで職業相談、キャリアコンサルティングを受け
ジョブ・カードを作成することをお勧めします。

訓練終了後は、修了者の就職状況を把握するため、ご本人、
就職先、公共職業安定所へ照会・確認を行う場合があります。

お問い合わせ先

NPO法人 アサヒナアソシエーション

TEL:099-258-4903 住所:〒890-0067 鹿児島市真砂本町53番12号 求職者支援訓練担当:出口

訓練カリキュラム

訓練実施機関名: NPO法人 アサヒナアソシエーション

訓練概要		介護・医療・福祉現場での高齢者日常生活機能向上トレーナーに関する知識及び技能・技術を習得する。【短時間】							
科目		科目の内容				訓練時間			
学科	安全衛生	心身の健康管理、感染予防対策				2時間			
	スポーツメディカル	スポーツと健康、スポーツ障害とスポーツ外傷、解剖生理と骨筋肉の仕組み、スポーツ栄養の概念、高齢者のエネルギー代謝 バイタルチェック知識				6時間			
	スポーツプログラム	年齢・性別・体格など目的別にあわせた高齢者トレーニングプログラムの構築と立案				6時間			
	高齢者機能訓練指導法	ペーパーアイテムアセスメント実施方法、シンクロコーチング法とフリーズコーチング法、スポーツ運動の心理面への影響、 インナーマッスルフィットネス知識、アジリティトレーニング知識、転倒予防知識				32時間			
	レクリエーションスポーツ	高齢者の健康レクリエーション、生活習慣とプラス10活動、脳活性化レクリエーション				10時間			
	就職支援	ジョブカード作成要領、履歴書職務経歴書作成要領、面接対策				18時間			
実技	高齢者機能訓練指導演習	高齢者コーチング・ティーチング法、パワーリハビリテーション、リズム体操、発想力脳トレーニング、ラダートレーニング、チュアロビクス、バランスボール、ストレッチボールトレーニング、インナーマッスル、スポーツレクリエーション、高齢者指導実践				50時間			
	応急処置	三角巾法、止血法、心肺蘇生法、応急処置法、普通救命講習Ⅰ				16時間			
	接遇演習	高齢者接遇(立ち振る舞い、物の授受、送迎業務、歩行補助、高齢者コミュニケーション)				22時間			
企業実習	<input checked="" type="checkbox"/>	実施しない	<input type="checkbox"/>	実施する	※実施する場合、カリキュラムは別途作成し、総時間のみ記入してください。				
職場見学、職場体験、職業人講話	【職場見学】	①「運動型通所介護サービス インナーマッスルフィットネスあさひな」運動型通所介護サービスの運営とインストラクターの 実際 11月7日、11月21日、12月7日、12月12日、12月19日 令和6年1月11日、1月12日、1月19日				18時間			
	【職業人講話】	①「介護施設現場の実際」12月4日 アーデロン合同会社 介護福祉士 ②「運動型通所介護サービス現場の実際」1月4日 NPO法人アサヒナアソシエーション 柔道整復師				4時間			
訓練時間総合計	184時間	学科	74時間	実技	88時間	企業実習	0時間	職場見学等	22時間
受講者の負担する費用	教科書代	0円							
	その他 ()								
	備考 ()								
		合計				0円			