

令和7年度

荒川ばん座位体操 リーダー育成研修

参加者募集

荒川ばん座位体操の効果や介助の仕方を学ぶとともに、
リーダーとして活動できる方を募集しています。
詳しくは障害者福祉課までお問い合わせください。

講師 東京都立大学准教授 信太 奈美 先生
東京都立大学准教授 蘭牟田 洋美 先生
東京都障害者スポーツ指導員協議会荒川
健康運動指導士 神保 秀久 先生

実施日	内 容
5月13日(火)	「荒川ばん座位体操」の理論～体操の楽しさと健康づくり～
5月27日(火)	「荒川ばん座位体操」の実技～正しい体操方法と介助方法～
6月3日(火)	体操をさらに楽しくするレクリエーションの手法Ⅰ
6月24日(火)	体操をさらに楽しくするレクリエーションの手法Ⅱ
6月27日(金)	個性を認め合って楽しい仲間づくりを
7月1日(火)	リーダーの役割と今後の活動～修了式

場 所 アクロスあらかわ1階多目的ホール（荒川区荒川2-57-8）

時 間 午後2時～午後4時まで

対 象 区内在住・在勤で全6回参加できる方 20名（申し込み順）

※全6回の参加が難しい方はご相談ください。

費 用 無料

なお、上記以外に荒川ばん座位体操実施拠点にて体験・演習に参加していただきます。

申し込み・問い合わせ

荒川区 福祉部 障害者福祉課 相談支援係
電話 3802-3111 FAX 3802-0819
内線2685（中村・清原・渡辺）