

令和8年度

# 荒川ばん座位体操

## 参加者募集

# リーダー育成研修

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 藺牟田 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
6月12日(金)	「荒川ばん座位体操」の理論～体操の楽しさと健康づくり～
6月26日(金)	「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30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
7月3日(金)	個性を認め合って楽しい仲間づくりを
7月7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
7月10日(金)	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 約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 3802-4057 FAX 3802-0819  
(佐々木・清原)