登録名 （ふりがな）	**石川　雅夫** （いしかわ　まさお）
ジャンル	スポーツ・健康
ジャンルの詳細	転倒予防教室
活動の種類	指導・披露・講演
活動内容	地域の皆さんの健康寿命を伸ばす出前講座です。①転倒の恐ろしさ、②転倒の原因、③個々人の転倒のし易さ発見　④転倒を予防する体つくり、⑤身の回りの改善　を分かり易く漫談調で解説し、体感して頂きます。
活動に関する資格・経験・活動歴等	①資格：転倒予防指導士（日本転倒予防学会）　②活動歴：6 年　③実績：地域活動団体、自治会、シルバー人材センター、企業、ケアプラ
活動の対象	一般・シニア
活動可能日	相談可

具体的なプログラムの一例

【タイトル】
「転倒予防教室」「転倒予防講座」「転倒予防漫談」

【内容】
①「転ぶ」とどうなる？②「転び易い」のはどんなひと？③「転びにくい体」つくり④「転びにくい住まい」つくり⑤「職場」での転倒予防策等を依頼団体のご要望に応じて

【定員】
数名～

【所要時間】
30 分程度～

【教材費】
講演資料配布

【その他】
①スライド（パワーポイント）等を利用して分かり易く解説します
②参加者にチェック動作をして頂き、個々人の転倒のし易さを理解していただきます
③転倒予防に効果のある運動方法を体感していただきます

街のアドバイザーから
①「転ぶ」とどうなる？②「転び易い」のはどんなひと？③「転びにくい体」つくり④「転びにくい住まい」つくり⑤「職場」での転倒予防策⑥「入院時・入所時」転倒予防策等々、依頼団体のご要望に応じて