

認知症予防音楽ケア体操指導員

【33期生認定講座プログラム内容】

■ 日曜コース：14:00～17:00 【会場】読売文化センター横浜（そごう9F）

日程	タイトル	内容
第1回目 10月11日（日） 読売文化センター横浜 講師：三田英理香	認知症予防と音楽	（講義）認知症予防に効果的なトレーニング （実技①）歌と回想法 かんたん歌体操 （実技②）音楽体操【春編】
第2回目 10月25日（日） 読売文化センター横浜 講師：奥山京子	心身を活性化する 運動・体操	（講義）認知症予防と運動 （実技①）粗大運動・微細運動 （ダイナミックな体操・細やかな体操） ボディパーカッション （実技②）音楽体操【夏編】
第3回目 11月8日（日） 読売文化センター横浜 講師：三田英理香	口腔機能アップ	（講義）認知症予防と口腔ケア （実技①）顔・舌の運動、発声練習 歌って考えて口腔・脳トレーニング （実技②）音楽体操【秋編】
第4回目 11月22日（日） 読売文化センター横浜 講師：三田英理香	楽器を使って 心身リフレッシュ	（講義）リハビリや認知症予防に効果的な楽器の取り入れ方 （実技①）かんたん合奏 からだ・道具・楽器を使った活動 バリエーション （実技②）音楽体操【冬編】
第5回目 12月13日（日） 読売文化センター横浜 講師：三田英理香	脳トレと音楽	（講義）認知症予防と脳トレ （実技①）なじみの歌で楽しく脳トレ 懐かしい遊びを使った「ながら運動」で心身活性化 （実技②）音楽体操【その他】
第6回目 12月27日（日） 読売文化センター横浜 講師：三田英理香	認定模擬演技	認定模擬演技と まとめのDVD配付と復習

<問合せ先：キャリア開発センター> 0120-03-3744

【講座担当講師】

■三田英理香

- ・フェリス女学院短期大学音楽学部声楽科卒業。同学院専攻科修了。
- ・ヤマハ音楽講師を経て、日本ピアノ調律音楽院において音楽療法課程を修了。
シニアリトミック講師養成講座を修了。シナプソロジー普及員認定。
- ・NPO 法人オフィスリブスタイルセラピスト。認知症予防音楽ケア体操指導員認定講師。
- ・現在、デイサービス、老人ホームなどの複数の高齢者施設において音楽セッションを行っている。介護予防サークル主催。

■奥山京子（2回目）

- ・名古屋音楽大学音楽学部声楽科卒業後、国立音楽院で音楽療法を学ぶ。
- ・NPO 法人オフィスリブスタイル理事、筆頭音楽療法士。日本童謡学会顧問。
- ・高齢者施設障がい者施設、成人更生施設等で活動するかたわら、童謡を次世代へつなげる活動を行っている。
- ・『高齢者のための元気が出る音楽レクリエーション』（2014年、ナツメ社発行）監修。

認知症予防音楽ケア体操指導員

【33期生認定講座プログラム内容】

■木曜コース：13:30～16:30 [会場]渋谷区文化総合センター大和田

日程	タイトル	内容
第1回目 10月15日(木) 渋谷文化総合センター (練習室3)	認知症予防と音楽	(講義) 認知症予防に効果的なトレーニング (実技①) 歌と回想法 かんたん歌体操 (実技②) 音楽体操【春編】
第2回目 10月29日(木) 渋谷文化総合センター (大練習室)	心身を活性化する 運動・体操	(講義) 認知症予防と運動 (実技①) 粗大運動・微細運動 (ダイナミックな体操・細やかな体操) ボディパーカッション (実技②) 音楽体操【夏編】
第3回目 11月5日(木) 渋谷文化総合センター (練習室4)	口腔機能アップ	(講義) 認知症予防と口腔ケア (実技①) 顔・舌の運動、発声練習 歌って考えて口腔・脳トレーニング (実技②) 音楽体操【秋編】
第4回目 11月19日(木) 渋谷文化総合センター (大練習室)	楽器を使って 心身リフレッシュ	(講義) リハビリや認知症予防に効果的な楽器の取り入れ方 (実技①) かんたん合奏 からだ・道具・楽器を使った活動 バリエーション (実技②) 音楽体操【冬編】
第5回目 11月26日(木) 渋谷文化総合センター (大練習室)	脳トレと音楽	(講義) 認知症予防と脳トレ (実技①) なじみの歌で楽しく脳トレ 懐かしい遊びを使った「ながら運動」で心身活性化 (実技②) 音楽体操【その他】
第6回目 12月10日(木) 渋谷文化総合センター (大練習室)	認定模擬演技	認定模擬演技と まとめのDVD配付と復習

*オンライン受講可<問合せ先: キャリア開発センター>0120-03-3744

【講座担当講師】

■奥山京子

- ・名古屋音楽大学音楽学部声楽科卒業後、国立音楽院で音楽療法を学ぶ。
- ・NPO 法人オフィスリブスタイル理事、筆頭音楽療法士。日本童謡学会顧問。
- ・高齢者施設がいがい者施設、成人更生施設等で活動するかたわら、童謡を次世代へつなげる活動を行っている。
- ・『高齢者のための元気が出る音楽レクリエーション』（2014年、ナツメ社発行）監修。

■沼山陽子（2回目）

- ・国立音楽大学卒業、中学校・高等学校音楽科教員免許取得。
- ・小学校音楽専科教諭、ヤマハ・カワイ音楽教室講師、東京都特別支援教室専門員を勤める。
- ・音楽療法セラピスト資格取得、日本音楽療法学会所属。NPO 法人オフィスリブスタイル講師として、いくつかの高齢者施設において音楽療法を行う。

認知症予防音楽ケア体操指導員

【大阪会場：33期生認定講座プログラム内容】

■金曜コース：14:00～17:00 [会場] 毎日文化センター大阪

(毎日新聞ビル2F 200教室)

日程	タイトル	内容
第1回目 10月2日(金)	認知症予防と音楽	(講義) 認知症予防に効果的なトレーニング (実技①) 歌と回想法、かんたん歌体操 (実技②) 音楽体操【春編】
第2回目 10月16日(金)	心身を活性化する 運動・体操	(講義) 認知症予防と運動 (実技①) 粗大運動・微細運動 (ダイナミックな体操・細やかな体操) ボディパーカッション (実技②) 音楽体操【夏編】
第3回目 11月6日(金)	口腔機能アップ	(講義) 認知症予防と口腔ケア (実技①) 顔・舌の運動、発声練習 歌って考えて口腔・脳トレーニング (実技②) 音楽体操【秋編】
第4回目 11月20日(金)	脳トレと音楽	(講義) 認知症予防と脳トレ (実技①) なじみの歌で楽しく脳トレ 懐かしい遊びを使った「ながら運動」で心身活性化 (実技②) 音楽体操【冬編】
第5回目 12月4日(金)	楽器を使って 心身リフレッシュ	(講義) リハビリや認知症予防に効果的な楽器の取り入れ方 (実技①) かんたん合奏 からだ・道具・楽器を使った活動 (実技②) 音楽体操【その他】
第6回目 12月18日(金)	認定模擬演技 &総復習	(講義) 認定模擬演技 *「まとめのDVD」配付

<問合せ先：キャリア開発センター>0120-03-3744

【担当講師】

■田伐マリ子

- ・NHK 京都文化センターオカリナ講師、療育施設、子育て総合支援センター勤務を経て、音楽療法を学ぶ。
- ・現在、北条コミュニティセンター、野崎まいり公園、社会福祉法人みどりの里講師、トート音楽院・ブレイメン音楽研究所オカリナ講師。

認知症予防音楽ケア体操指導員

【名古屋会場：33期生認定講座プログラム内容】

■日曜コース：9:30～12:30 [会場]中日文化センター栄（久屋中日ビル）

日程	タイトル	内容
第1回目 10月4日(日)	認知症予防と音楽	(講義) 認知症予防に効果的なトレーニングとは (実技①) 歌と回想法 かんたん歌体操 (実技②) 音楽体操【春編】
第2回目 10月18日(日)	心身を活性化する 運動・体操	(講義) 認知症予防と運動 (実技①) 粗大運動・微細運動 (ダイナミックな体操・細やかな体操) ボディパーカッション (実技②) 音楽体操【夏編】
第3回目 11月1日(日)	口腔機能アップ	(講義) 認知症予防と口腔ケア (実技①) 顔・舌の運動、発声練習 歌って考えて口腔・脳トレーニング (実技②) 音楽体操【秋編】
第4回目 11月15日(日)	脳トレと音楽	(講義) 認知症予防と脳トレ (実技①) なじみの歌で楽しく脳トレ 懐かしい遊びを使った「ながら運動」で心身活性化 (実技②) 音楽体操【冬編】
第5回目 12月6日(日)	楽器を使って 心身リフレッシュ	(講義) リハビリや認知症予防に効果的な楽器の取り入れ方 (実技①) かんたん合奏 からだ・道具・楽器を使った活動 バリエーション (実技②) 音楽体操【その他】
第6回目 12月20日(日)	認定模擬演技 &総復習	(講義) 認定模擬演技 *「まとめのDVD」配付

<問合せ先：キャリア開発センター>0120-03-3744

【講師紹介】

■古川洋子

- ・名古屋音楽短期大学卒
- ・ミュージックサーフィン（音楽&運動融合プログラム）主宰。チーフミュージックセラピストとして老人介護施設、障害者施設、社会福祉協議会の講座等で認知症予防・介護予防プログラムを実施。
- ・祖母の認知症発症を機に介護福祉分野に携わり、2020年3月までケアマネジャーとしても活動。