

**認知症予防音楽ケア体操指導員**  
**【37期生認定講座プログラム内容】（横浜会場）**

【問合せ先】0120-03-3744（キャリア開発センター）

■ 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10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 (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24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14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28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【冬編】
第5回目 12月12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【その他】
第6回目 12月26日(日)	認定模擬演技 &総復習	認定模擬演技 まとめのDVD配付と復習

【説明会&ミレッサ】2021年9月26日(日) 17:15～18:30 読売文化センター横浜

【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。同大学院専攻科修了。
- ・日本ピアノ調律音楽院において音楽療法課程を修了。シナプソロジー普及員等認定。
- ・デイサービス、老人ホームなどで音楽セッションを持ち、介護予防サークルを主宰。

**認知症予防音楽ケア体操指導員**  
**【37期生認定講座プログラム内容】（荻窪会場）**

【問合せ先】0120-03-3744（キャリア開発センター）

■火曜コース：15:00～18:00 [会場]読売文化センター荻窪（ルミネ6F）

日程	タイトル	内容
第1回目 10月12日（火）	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26日（火）	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9日（火）	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23日（火）	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14日（火）	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28日（火）	認定模擬演技 &総復習	認定模擬演技 まとめのDVD配付と復習

【説明会&ミレッサ】2021年9月28日（火）15:00～16:15 読売文化センター荻窪

【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・障がい者施設等で活動。主著：『高齢者のための元気になる音楽レクリエーション』

## 認知症予防音楽ケア体操指導員

### 【37期生認定講座プログラム内容】(大阪会場)

【問合せ先】0120-03-3744 (キャリア開発センター)

■土曜コース：13:00～16:00 [会場]毎日文化センター大阪 (毎日新聞ビル2F)

日程	タイトル	内容
第1回目 10月2日(土)	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(土)	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(土)	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(土)	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(土)	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18日(土)	認定模擬演技 &総復習	(講義) 認定模擬演技 まとめのDVD配付と復習

【説明会&ミレッサ】2021年9月18日(土) 13:00～14:15 毎日文化センター大阪

【担当講師】田伐マリ子

- ・音楽学部を卒業後、NHK京都文化センター講師、療育施設等を経て、音楽療法を学ぶ。
- ・現在、北条コミュニティセンター、社会福祉法人みどりの里講師、トート音楽院等でオカリナ講師を務める。

## 認知症予防音楽ケア体操指導員

【37期生認定講座プログラム内容】（名古屋会場）

【問合せ先】0120-03-3744（キャリア開発センター）

■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7F）

日程	タイトル	内容
第1回目 10月3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 （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17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7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21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5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19日（日）	認定模擬演技 &総復習	（講義）認定模擬演技 まとめのDVD配付と復習

【説明会&ミレッサ】2021年9月19日（日）10:30～11:45 中日文化センター栄

【担当講師】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。老人介護施設、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。
- ・介護福祉分野に携わり、現在はケアマネジャーとしても活動している。