

# 2016 日本『方塊踏步指導員』資格認定講習會

## 壹、依據：

針對健康照護需求與發展趨勢，連結國際資源，期望提升我國健康照護服務產業，並提升運動保健相關領域師生的競爭力。

## 貳、目的：

有鑑於國際老化趨勢受到各界高度關懷的重要性，反映了長期照護需求與發展趨勢，有必要將國外銀髮族運動指導相關資訊納入長期照護領域，提昇師生在長期照護之銀髮族運動指導實務知能。本校特邀請日本特定非營利活動（NPO）法人方塊踏步協會專任講師來台辦理『方塊踏步指導員』資格認定講習會。期透過此講習會的舉辦來增進國內外與會師生與人員對於長照機構之銀髮族運動指導的學術交流，探討健康照護服務產業之運動指導專業人才培育等主題之發展趨勢與應用新知。

**方塊踏步運動：**是由專攻於運動醫學、健康體力科學、老年體力學等研究之日本國立大學法人的教師群所聯合開發、是一種有科學根據的運動。方塊踏步的適用範圍很廣，從高齡者的長期照護預防（跌倒預防・提升認知機能）、成人的慢性病預防、兒童的身體機能發育、各種年齡層的體能訓練・同儕交流，甚至是運動員的競技力提昇與體能調整等皆可適用。

## 參、辦理單位：

- 一、指導單位：教育部
- 二、主辦單位：國立臺北護理健康大學運動保健系、臺灣方塊踏步運動協會

**肆、活動時間：** 105 年 08 月 11 日（星期四）上午 8：00~下午 15：30。

**伍、活動地點：** 國立臺北護理健康大學 明倫館（台北市北投區明德路 365 號）

**陸、活動內容：** 方塊踏步指導員養成之相關課程、實際操作。

**柒、研習課程：** 講習會課程內容與時間如附件。

## 捌、參加對象：

- 一、對本課程內容有興趣之各大專院校健康照護產業的老師及學生來報名。
- 二、各梯次參加人數名額有限，額滿即不再接受報名。報名後請立即與主辦單位

**聯繫以確認是否有完成報名及研習會時間。**

**玖、報名方式：**

報名時間自即日起至 07 月 8 日，**本講習會請務必以電話或電子郵件方式回覆確認報名。** 傳真號碼 (02) [28212124](tel:28212124) 或 E-mail 至 [edoca33ehs@ntunhs.edu.tw](mailto:edoca33ehs@ntunhs.edu.tw)

(抬頭並請註明「報名 2016 方塊踏步指導員資格認定講習會」)

報名表如附件。

報名請洽 助理 林芃文 聯絡電話：02-28227101 分機 7702

E-mail： [edoca33ehs@ntunhs.edu.tw](mailto:edoca33ehs@ntunhs.edu.tw)

承辦人：彭雪英老師 聯絡電話：02-28227101 分機 7700

E-mail： [hsuenying@ntunhs.edu.tw](mailto:hsuenying@ntunhs.edu.tw)

**拾、預期成果：**

一、藉由國內外學者對於銀髮族運動指導專業人才培育與實務經驗之分享，增進銀髮族動態生活之推廣。

**拾壹、備註：**

一、參加者請穿著運動服裝及運動鞋。

二、報名者若未與主辦單位聯繫確認相關細節者，恕不接受報名，本研習會亦不接受現場報名。

**拾貳、國立臺北護理健康大學運動保健系保留本次活動修改之權力。**

**拾參、『方塊踏步指導員』資格認定講習會課程表**

	8 月 11 日 (星期四)	講師
8:00~8:30	報到 (明倫館 1 樓)	日本 三重大學教育學部 重松良祐 教授
8:30~8:40	始業式(長官致詞)	
8:40~10:00	課程開始 - 方塊踏步	
10:00~11:00	實技操作 - 有關於方塊踏步	
11:00~12:00	實技操作 - 有關於指導輔助	
12:00~13:00	中午用餐	
13:00~15:00	復習 - 有關於課程及實技指導	
15:00~15:30	總講評	

到達本校交通方式：

1、本校交通位置及路線，詳見下圖與乘車指南。

## 國立臺北護理健康大學(原 國立臺北護理學院)地圖



## 乘車指南

**捷運：**淡水線石牌站（台北車站、中永和、新店）均可搭乘，出站後可轉乘任何往榮總公車只需兩站即可到達（或往榮總方向步行約十分鐘）

**公車：**榮總站 216.223.224.266.267.277.285.288.508.601.603.606 均可搭乘

**台汽客運：**基隆至國立臺北護理健康大學(原 國立臺北護理學院)

**高速公路：**中山高速公路重慶北路交流道下往士林、淡水方向，過百齡橋後左轉承德路，行至石牌路右轉，依上圖可至國立臺北護理健康大學

# 2016 『方塊踏步指導員』資格認定講習會

## 報名表

姓名	中文：(必填) 英文：	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
服務單位／就讀學校	(必填)	職稱	<input type="checkbox"/> 教師，職稱：_____ <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 其他 _____
收據開立	(抬頭): 統編/身分證:		
聯絡方式	地址：		
	電話：	手機：	傳真：
	e-mail：		
膳食	<input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食		
費用	報名者請與國立臺北護理健康大學運動保健系之承辦人員聯繫相關事宜，謝謝。  <b>報名流程說明：</b> 1. 請先行來電(02)28227101 分機 7702(林芃文小姐)或 7700(彭老師)確認完成報名，若未經確認，恕不接受報名。		
備註	1.本講習會報名日期為即日起至7月08日下午17時止。 2.為能清楚辨識您的各項資料，請配合以正楷書寫。 3.講習會進行中，為維護著作權者權益，禁止錄影及錄音或拍照行為，經徵詢講師後，恕無法提供課程DVD之服務，敬請見諒。 4.為了響應環保行動，本次講習會將不提供紙杯及免洗餐具，敬請攜帶環保杯及環保餐具與會，謝謝。 5.因名額有限，主辦單位保留調整參與人數之權利。 6.報名者若未與主辦單位聯繫確認相關細節者，恕不接受報名，本研習會亦不接受現場報名。 7. 本校停車位數量有限，建議參加者搭乘大眾交通工具，本校地圖詳見附件。 8.洽詢電話：(02)28227101 轉 7702,7700。 9.國立臺北護理健康大學運動保健學系保留本次活動修改之權力。		