

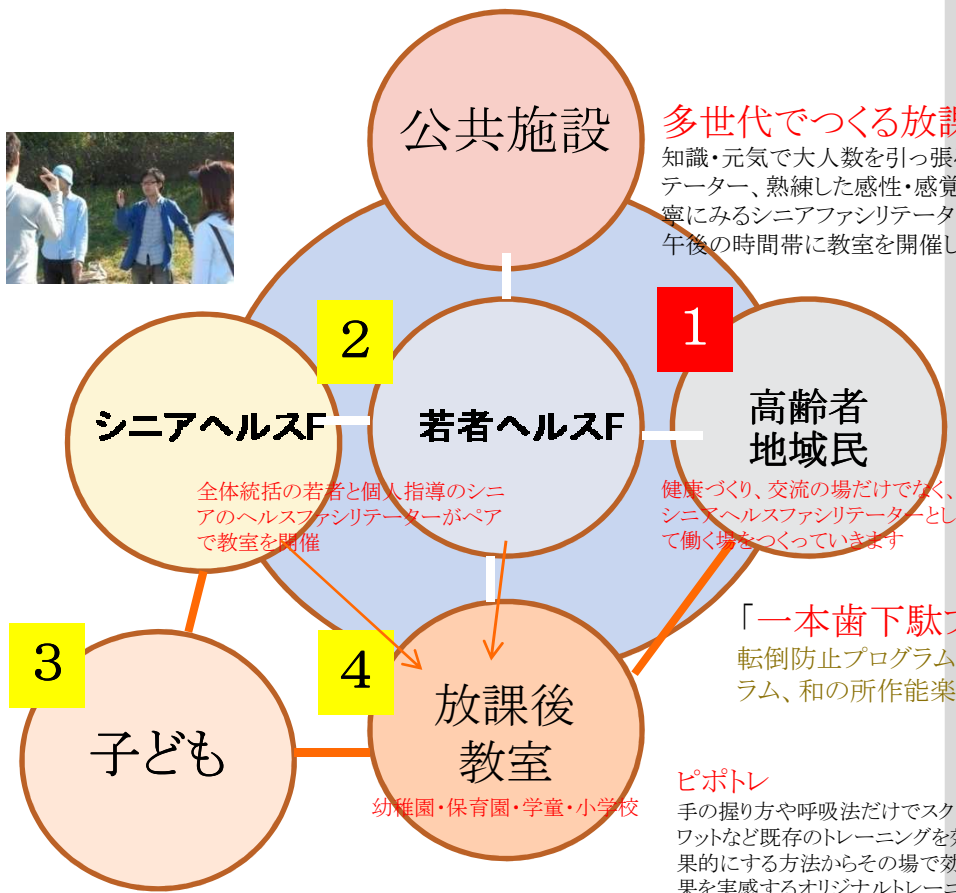
## 2タイプのヘルスファシリテーター

—少子高齢化社会に対応できる社会構造を目指して—

《ヘルスファシリテーターについて》

◆一般的に、感性・感覚といえは若者、知識といえは人生経験が豊富な年齢層が、イメージされることが多いと思います。ですがスポーツ健康科学の分野となるとこの10年の発達も有り、正しい知識と最先端の知識を持つてるのは若者の方が全体的にしめる比重が多いです。逆に現場に携わってきた中で気づいたことですが、感性・感覚は中高年、高齢者のほうが熟練しており、微妙な力加減、職人的感性を必要とするトレーニングを正確に身に付けていきます。

その両者の特性を活かし、全体を知識と元気ある若さで体操のお兄さんのようにまとめていく若者ヘルスファシリテーター、一人一人を熟練した感覚で職人のように丁寧にみていくシニアファシリテーターという2つのタイプのヘルスファシリテーターがこれからの社会の健康から子育てスポーツを構築していきます。



全体統括の若者と個人指導のシニアのヘルスファシリテーターがペアで教室を開催

健康づくり、交流の場だけでなく、シニアヘルスファシリテーターとして働く場をつくっていきます

幼稚園・保育園・学童・小学校

### 世代を超えたフェアな関係から生まれるもの

若者ヘルスファシリテーターは、先輩であり目上の方である中高年からシニア層の方々に指導者として関わっていきます。本来、教わる側にある人間が教える側になることで得られる経験やコミュニケーション能力は非常に貴重なものです。そしてその上、彼らは親御さんよりも年の離れたシニアヘルスファシリテーターの方とペアという上も下もない関係で共に教室運営をしていきます。そこにある責任がこれからの彼らの人間力を形成していきます。

### 中高年からシニア層の健康教室

全体をまとめる若者ヘルスファシリテーターと個人個人を丁寧に指導していくシニアヘルスファシリテーターがペアとなって、午前中に公民館等で健康指導を行います



### 多世代でつくる放課後教室

知識・元気で大人数を引っ張る若者ファシリテーター、熟練した感性・感覚で一人一人を丁寧にみるシニアファシリテーターが中心となって午後の時間帯に教室を開催します



### 「一本歯下駄プログラム」

転倒防止プログラム、健康プログラム、かけっこ上達プログラム、和の所作能楽プログラム、顔筋プログラム等



高齢者の健康だけでなく仕事もつくります