

2つのミッション

1. 日本の介護予防をチェアエクササイズで実現しよう！
2. 29CP啓発参加者1億人を目標そう！

を9つのプライドを
自覚し実現努力する
講師を派遣します。



29CP

ふ きゅう しー ぴー

ってなんだ？

チェアエクササイズ®を
ツールに元気を届けます！

『介護予防・認知症予防事業は 1億人元気運動協会におまかせ下さい』

フレイル 講話&体操



チェアエクササイズを開発し、国内唯一のインストラクター教育団体である本協会では、日本の介護予防への推進活動として、60・90分間の健康づくり・介護予防の講話&実技を本協会監修教材を基に講演ができる人材を養成し「29CP」をスタートします。



29CP

「29CP」とは、介護予防の普及（ふきゅう；29（ふきゅう））をChair exerciseをツールとして、活動していくこと（Promotion）。そして2つのミッションを9つのプライドを自覚し実現することができるようなChair exerciseをはじめとする介護予防運動指導者の資質を段階的に漸進させること（Progression）。これら2つの目標を掲げて、活動のタイトルネームとしています。



「チェアエクササイズ®骨ばん背ほね体操！手ぬくいプロジェクト」

NPO法人1億人元気運動協会 認定チェアエクササイズインストラクターの

です。

「29CPファシリテーター」の専門教育を修了
しています。ぜひご連絡をください。お待ちしております。

【連絡先】

『こんにちは！

NPO法人1億人元気運動協会です』

本協会は「チェアエクササイズ®」を考案し、科学的根拠のもと、高齢者・低体力者の健康・体力づくり運動の開発・普及・指導者育成を行う教育団体です。専門分野を活かし、介護予防事業を始め、デイサービスや介護保険施設等の運動プログラム導入・指導にも携わっています。超高齢社会において、医療・介護・福祉と連携し、高齢者がいつまでも自分らしい人生を送るための“生きがいづくり”を支援しています。

【お問合せ先】

NPO法人1億人元気運動協会
URL: <https://genki-kyokai.com/npo>
電話：0798-36-3729
メール：info@genki-kyokai.com

NPO法人
1億人元気運動協会
E.E.O.A.

