

スキンシップを科学する

一般社団法人  
22世紀親子から子育て塾  
人生100年時代「家族健康経営」



第24期  
22 OKJ指導者養成コース



『親子体操 × ママケア × 子ども体操』 運動指導者



塾長  
小澤 治夫

子どもから大人まで、誰もがよりよい人生を営むためには「すこやかなからだ」が全ての基盤であると考えます。  
人生100年時代、日本全体が22世紀に向かって健やかに成長するための「からだ育て」…子ども達の豊かな育ちを支援し、子どもも大人もワクワクドキドキする家族が増えれば、社会全体の活力が膨らみます。



常駐講師  
新 玲子

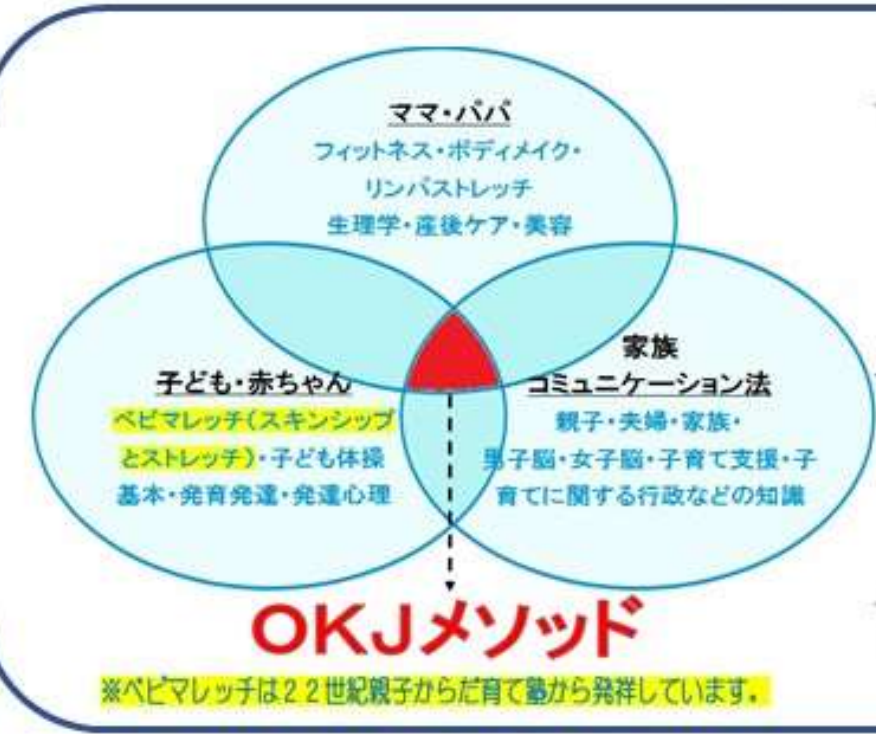


主任講師  
上田 泰子



発育発達  
医療面講師  
堀口 晴子

社会の中の最初集団「家族」が集う家庭が暖かで安心できる場所ならば、どんなことにもチャレンジできる強くて優しい子どもが育まれるはず！  
OKJのキーワードは、笑顔！元気！仲間！ その言葉、響きそのものの楽しさ、時には厳しく、身につく養成コースです！ プロを目指してください！そして親子・子ども・皆さん自身とご家族の笑顔！元気！仲間！を膨らませてください！  
チャレンジお待ちしております！一緒に♡芽育♡致しましょう。



- ★各プログラムの対象年齢に合わせ、心理・神経発達機序、骨や筋の成長段階を考慮して、子ども達に身に付けて欲しい、運動動作を盛り込んだ内容になっています。
- ★子育て中のママがホッと力を抜ける場所を提供し、産後の身体の改善・育児動作のリセット・骨盤調整など行っています。
- ★上田泰子が34年構築したプログラム・指導法・マインドをお伝えいたします。

まずはこちらから

B

ベーシック講習会

22OKJプログラム共通の理論・実技を学ぶ

認定終了後、会員登録  
年会費初年度 1,000円

講習時間：3時間 7,560円

- 【内容】
- ・人口動態と親子から子育て
  - ・子ども子育てママの体力
  - ・運動実施状況
  - ・22世紀親子から子育て塾とは
  - ・親子から子育てとは
  - ・子どもの発達概要
  - ・スキヤモンの発育曲線
  - ・デンプーの発達検査表
  - ・産後の女性の身体知っておきたい事
  - ・現在の問題点
  - ・マズローの承認要求5段階説
  - ・フィットネスとは
  - ・言語指導の10か条
  - ・メラビアンの方則
  - ・内発的動機づけと外発的動機づけ
  - ・撫育とは…スキンシップ
  - ・愛着形成
  - ・音楽の活用方法
  - ・スタートグルーミング
  - ・リセットストレッチ

次はこちらから

レギュラー講習会

講習時間：各プログラム5時間 1プログラム14,580円+テキスト代(各3,000円)

- 【内容】
- ・各プログラムの基本構成・ストレッチの意義
  - ・対象月齢の発育・発達
  - ・レジスタンストレーニングetc.

①すくすく赤ちゃん産後ケア 1ヶ月からの赤ちゃん和妈妈 R-①	②よちよち親子フィットリミック 8か月～1歳くらい親子 R-②	③わんぱく親子運動塾 2歳～6歳くらい親子 R-③	④キッズビート体操 3歳～6歳くらいのお子様 R-④	⑤ジュニアビート運動塾 小学1年生くらいのお子様 R-⑤
---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

マスターの前に実技中心に各プログラムに分かれて全体像を学びます。

次はこちらから

マスター講習会

講習時間：各プログラム15時間 1プログラム54,000円

- 【内容】
- ・各プログラムのブロックごとのポイント・目的・裏付け
  - ・各プログラムの指導法
  - ・各実技指導のポイント
  - ・運動生理学の基礎
  - ・解剖学の基礎
  - ・現場指導のためのリード練習etc.

①すくすく赤ちゃん産後ケア 1ヶ月からの赤ちゃん和妈妈 M-①	②よちよち親子フィットリミック 8か月～1歳くらい親子 M-②	③わんぱく親子運動塾 2歳～6歳くらい親子 M-③	④キッズビート体操 3歳～6歳くらいのお子様 M-④	⑤ジュニアビート運動塾 小学1年生くらいのお子様 M-⑤
---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

各プログラム2日間、各プログラムに分かれてティーチング(リード練習)を学びます

卒業後は

マスター認定卒業後 マスター会員  
登録料 2,000円 年会費 5,000円

スポーツクラブ・公共施設・保育園・自主サークルなどで運動指導が出来ます。更に会員限定の現場に役立つ講習会を受講可能です。

お問合せ・お申込みは、メールかお電話にて担当・高石までご連絡ください。  
E-mail: 22oki.contact@gmail.com  
TEL: 090-4827-7446(高石)

※QRコードにアクセスいただくと、22世紀から子育て塾HP内の「お問い合わせ」ページが開きます。