

予防…前もって防ぐこと

0歳から最期まで  
すべての方へ  
病気を予防する知識を



## 0歳

子どもの骨格は大人の縮小版ではなく、まだ成長の途中です。体を歪ませずに成長させること。それが0歳からの予防です。成長過程で習得した機能は、一生引き継がれます。正しく成長させてあげる基礎知識を学びましょう。



## 成人

腰痛、ストレス、VDT障害など、働いている人にこそ、予防が行える環境作りをする必要があります。JEDAでは、職場内で実践できる環境作りを進めます。また、健康な体づくりを実践しているウォーカー・ランナーへ、正しい歩行についての知識を、提供します。



## シニア

年齢に関係なく「自分らしくいたい」という、前向きな気持ちを支えます。また、シニア世代を支える医療・介護職向けの、研修も行います。



## 活動内容

### 疾病予防講座



- 子ども向け■
  - ・0歳からのからだ作り
  - ・子どもの姿勢
  - ・歩き方講座
  - ・遊びながら講座
- 医療・介護者向け■
  - ・高齢者の転倒予防
  - ・職員の腰痛対策

### 資格養成講座

- ・産業ヨガインストラクター
- ・歩育アドバイザー
- ・疾病予防インストラクター
- ・足骨調節セラピスト

### 企業健康サポート

- ・健康経営コンサルティング
- ・企業ヨガ
- ・研修



予防を「知る」機会を増やし、健康をより身近に。



一般社団法人  
日本疾病予防教育協会