

■ 補完代替医療の理論と基本知識の習得 (音楽健康福祉士2級)

研修形式	講義名	講義時間	講義内容
eラーニング 研修 (座学)	研修概論	60分	虹の会の音楽を通じたレクリエーション活動の経験と補完代替医療の技術を結びつけて高齢者の健康とQOLを高める心音レインポートレーニングが誕生したことや普及が求められる背景、実践による効果などを説明します。
	臨床実績	60分	軽度認知障害(MCI)が認められる方々に対して実施した心音レインポートレーニングを基としたレクリエーション(音楽療法・運動療法・アロマ療法を組み合わせた臨床試験)での認知機能改善効果やMCIの簡易診断法等を紹介します。
	補完代替医療	150分	補完代替医療とは何か、なぜ補完代替医療が必要なのか。補完代替医療に基づいた心音レインポートレーニングと体質別養生法を指導する重要性や具体的な養生方法などを説明します。
	音楽療法	210分	心音レインポートレーニングが治末病に役立つこと。老化と病気の関係、認知症と脳の関係の中で心音レインポートレーニングがどのように役立つのか、音楽療法をメインに老化を遅らせる具体的な五感力の磨き方などを紹介します。
	食事療法	90分	高齢者の健康維持のために「未病」という考え方を取り入れて食事で病気にならないようにすることが大切なことを説明。更に肥満や糖尿病、高血圧などを予防し長寿に役立つ食事方法を具体的に指導します。
	運動療法	120分	長生きのための運動の重要性や老化に伴う体の機能低下と問題点を紹介。介護や認知症を予防するための運動、運動と音楽との組み合わせの有効性などを説明します。
	アロマ療法	90分	アロマセラピーとは何か、アロマセラピーの歴史、高齢者施設や在宅介護でのアロマセラピーの効用や利用ポイントを紹介。アロマセラピーの五感活性化が高齢者の健康増進に役立つことを説明します。
	まとめ	40分	音楽健康福祉士とは何かを再確認するとともにeラーニングの講義で学んだことを復習。更に心音レインポートレーニングの計画づくりなどの実践方法や音楽健康福祉士の皆さんが、具体的に実施している活動とその効果を学んでいただきます。

計13時間40分

■ 心音レインポートレーニングの実施・指導方法の習得 (音楽健康福祉士1級)

研修形式	講義名	講義時間	講義内容
オンライン 研修 (実習)	運動療法	160分	高齢者対象の運動指導に際しての注意事項や指導のポイントを紹介。介護予防や認知症予防に具体的に役立つ色々な運動の実践指導を行います。
	アロマ療法	160分	代表的な精油を使ったローションの作り方や高齢者を対象としたアロマセラピーのマッサージ法を実践指導します。目的別の様々なレシピやアロマセラピー実施にあたっての注意点を紹介します。
	演習	200分	高齢者施設での心音レインポートレーニング実践方法を模範演技で指導します。対象者(要支援介護者または健康高齢者、年齢層、参加者数等)と目的(運動・レクリエーション等)を想定し、音楽療法・運動療法・アロマ療法等を組合せた心音レインポートレーニングの実行計画づくりの方法をプログラムシートを利用して指導します。

計8時間40分

※講義内容・講義時間は、今後変更される場合があります。

高齢者の認知症予防、介護予防、レクリエーションの質と技術向上等のための

音楽健康福祉士

養成研修案内

高齢者の健康促進とQOL向上を指導する **心音(こころね)レインポートレーニング**



補完代替医療に基づいて「音楽」を中心に「五感」を活性化することで高齢者の健康だけでなくQOL(クオリティ オブ ライフ)までを高める手法を各分野のオーソリティの講師が理論から実践まで総合的に指導します。

公益社団法人
虹の会

後援 内閣府 厚生労働省

音楽健康福祉士 養成研修のポイント

音楽健康福祉士養成研修とは

補完代替医療の考えを基に、音楽療法をベースに開発された「心音レインボートレーニング」は、高齢者が楽しみながら五感や心身の機能を活性化させ、老化に伴う認知症予防や介護予防を行う事でQOLを高めます。この理論から実践手法までを統合的に学び、レクリエーションとしても楽しく実践できる指導者育成を図るのが音楽健康福祉士養成研修です。福祉施設で介護や機能訓練に携わっている方、介護・認知症予防に携わられている方、ご家庭で介護をなされている方など幅広く受講され、研修で習得された知識をご活用いただいております。

こんな声にお応えする研修です

- 高齢者の健康について幅広い知識を得たい。
 - 高齢者の認知症予防、介護予防に取り組みたい。
 - 認知症ケアリーダーを育てたい。
 - レクリエーションのスキルを上げたい。
 - 介護施設の差別化をしたい。
- ※厚生労働省の助成金制度の利用も行えます。



自宅で受講できるWEB講座

1) 心音レインボートレーニングの習得講座は2段階

補完代替医療の理論と基礎知識を習得(eラーニング)していただくと音楽健康福祉士2級と認定させていただきます。2級で習得された知識を基に具体的な実施・指導方法を習得(オンライン研修)していただくと1級と認定させていただきます。



2) 2つのタイプWeb講義

- ① **eラーニング研修**：座学の研修です。eラーニングですので3カ月の受講期間内で24時間いつでも好きな時に自分のペースで受講できます。
- ② **オンライン研修**：1日のZoomによる実習研修です。指導方法を講師が、実技で指導。双方向ですから個別のアドバイスや質問なども可能です。



音楽健康福祉士 2級



音楽健康福祉士 1級



業界トップクラスの講師陣



宇住 晃治
公益社団法人虹の会事務理事
株式会社ライフ・サイエンス研究所代表
医学博士



和合 治久
公益社団法人虹の会理事長
埼玉医科大学短期大学・名誉教授
松本大学・客員教授
理学博士



鈴木 信孝
日本補完代替医療学会理事長
医学博士



小山 めぐみ
統合医療臨床クリニック看護師
IFA・ITEC認定アロマセラピスト
リフレクソロジー
オリエンタルアロマセラピーセラピスト



渡邊 昌
公益社団法人生命科学振興会前理事長
アジア太平洋臨床栄養学会会長
医学博士



三船 智美
美人工房 Be-Beauty主宰
健康運動指導士



佐藤 真治
帝京大学教授
医学博士



杉 正人
公益社団法人虹の会理事
株式会社ライフ・サイエンス研究所顧問
農学博士



櫻田 己徹
虹の会音楽療法部門コンシェルジュ
音楽健康福祉士
介護支援専門員・介護福祉士
社会福祉士

音楽健康福祉士養成研修募集要項

項目	音楽健康福祉士2級	音楽健康福祉士1級
開催日程	随時開催中	第33回 2025年7月6日(日) 第34回 2026年2月15日(日)
受講対象者 (受講要件)	インターネット環境をお持ちで、その操作が可能な方	音楽健康福祉士2級の資格をお持ちの方 ※音楽健康福祉士2級の資格を取得された翌月から2年以内に受講申込みをしていただきます。 2年以内で日程が合わない方はご相談ください。 ※音楽健康福祉士2級の資格取得見込(受講中)の方もお申込みいただけます。
受講形態	eラーニング形式による講義(座学) (8講座/合計約14時間) ※24時間、ご都合のよい時間に受講できます。	Zoom(オンライン)参加または会場(対面)参加のハイブリッド講義(実習) (1日3講座/合計約9時間) ※[会場参加]希望の場合は、申込ページ備考欄に入力してください。
受講期間	受講開始から3ヵ月以内	基本的にお申込みいただいた開催回で修了していただけます。
認定試験	eラーニング研修内で実施。 正答率70%以上で資格認定。	実習終了後eラーニング形式で実施。正答率70%以上かつ実行計画プログラムシート提出で資格認定。
定員	無	20名(最低実施人数12名) ※会場(対面)参加は先着3名まで
申込方法	【申込締切日】毎月15日 当月15日までに申し込み・受講料のお支払い完了で翌月1日より受講いただけます。	【申込締切日】オンライン研修開催日の前月15日 研修日の前月15日までに申し込み・受講料のお支払い完了で受講いただけます。
受講料	25,300円	25,300円
受講料のお支払い方法	法人・団体として受講される場合は「団体割引」や「公的助成金」制度を利用できる場合があります。詳しくはHPでご確認いただくか、事務局までお問合せください。	
受講をお奨めする方	介護施設や老人福祉施設で介護や機能訓練に携わられている方やご自宅で介護をなされている方、認知症の支援を行なわれている方、高齢者やご自身・ご家族の健康維持や認知症予防に関心がある一般の方にお勧めです。	
資格の有効期限	永年(更新料無し)	永年(更新料無し)
音福士会	2級の資格を取得されますと自動的に「音楽健康福祉士会」(略称「音福士会」)の会員として登録され、会員様特典(虹の会会報誌の提供、その他有益情報やセミナーなどのご案内)が受けられます。資格を取得された当年度と翌年度の会費のお支払いは免除されますが、以降に会員様特典の継続を希望される場合は年会費のお支払いが必要となります。会費は、会員様とのご連絡の他、音福士の普及・啓発活動に使用させていただきます。 年会費：2,000円	

お申し込み方法

受講をご希望の方は、虹の会ホームページからお申込みください。 [虹の会 音楽健康福祉士](#) 🔍 検索



公益社団法人虹の会 音楽健康福祉士養成研修事務局

〒113-0034 東京都文京区湯島1-6-8 LS第二ビル2階(旧中央自動車ビル)

フリーダイヤル: 0120-564-284

E-mail: onfukushi@nijinokai.or.jp

ホームページ: <http://www.nijinokai.or.jp/>