



職業講話

2022/2/19

医療法人社団健育会

介護老人保健施設ライフサポートひなた

理学療法士 柳澤 諭



自己紹介

大泉高校

- ・サッカー部
- ・将来を全く考えずに、自宅から自転車で通える範囲の進路先を探す

私立大学

- ・アメリカンフットボール部
- ・効率的な筋力トレーニングに目覚める

スポーツ
クラブ

- ・社員として、プレゼンテーションスキル、マネジメントスキルを学ぶ
- ・マンツーマン指導のパーソナルトレーナー、集団指導のスタジオインストラクターを経験する

専門学校

- ・解剖学、運動学、生理学、バイオメカニクスなどの専門知識を深く学ぶ
- ・医療保険、介護保険制度を学ぶ

現在

- ・ご利用者のリハビリテーションの提供
- ・地域住民への健康体操の実施

理学療法士とは

理学療法士はPhysical Therapist（PT）とも呼ばれます。
ケガや病気などで身体に障害のある人や障害の発生が予測される人に対して、
基本動作能力（座る、立つ、歩くなど）の回復や維持、
および障害の悪化の予防を目的に、運動療法や物理療法
（温熱、電気等の物理的手段を治療目的に利用するもの）などを用いて、
自立した日常生活が送れるよう支援する医学的**リハビリテーションの専門職**です。

**理学療法士は、
国家資格！**



日本理学療法士協会

国家資格とは

1) 業務独占資格

医師、看護師、診療放射線技師などが該当します。
資格を持っている人だけが、独占的にその仕事を行うことができます。

2) 名称独占資格

栄養士、保育士、保健師、**理学療法士**などが該当します。
資格を持っている人だけが、その名称を名乗ることができる資格です。
まぎらわしい名称を用いることも禁止されています。

3) 設置義務資格

旅行業務取扱管理者、衛生管理者などが該当します。
特定の事業を行う際に、法律で設置することが義務づけられている資格です。

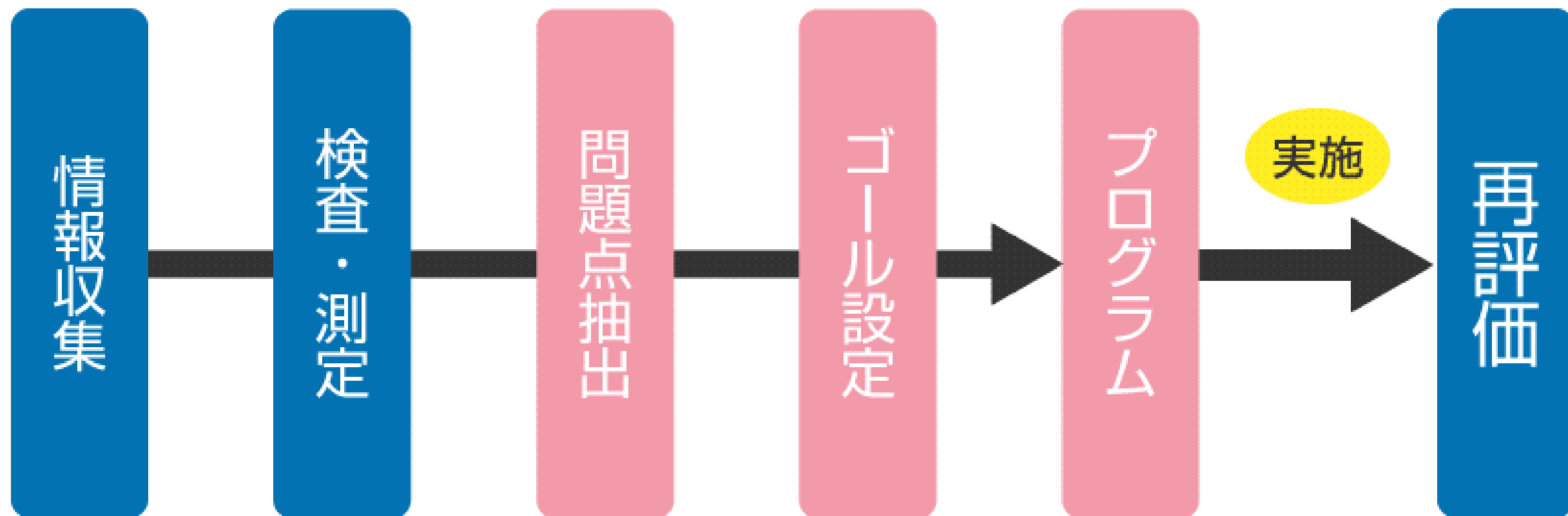
4) 技能検定

機械加工、建築大工、ファイナンシャルプランナーなど、
128職種に設定されている、国家検定の資格です。
仕事上で必要とされる技能の習得レベルを国が認定します。

リハビリテーションを行う時期や場所



理学療法士の仕事内容

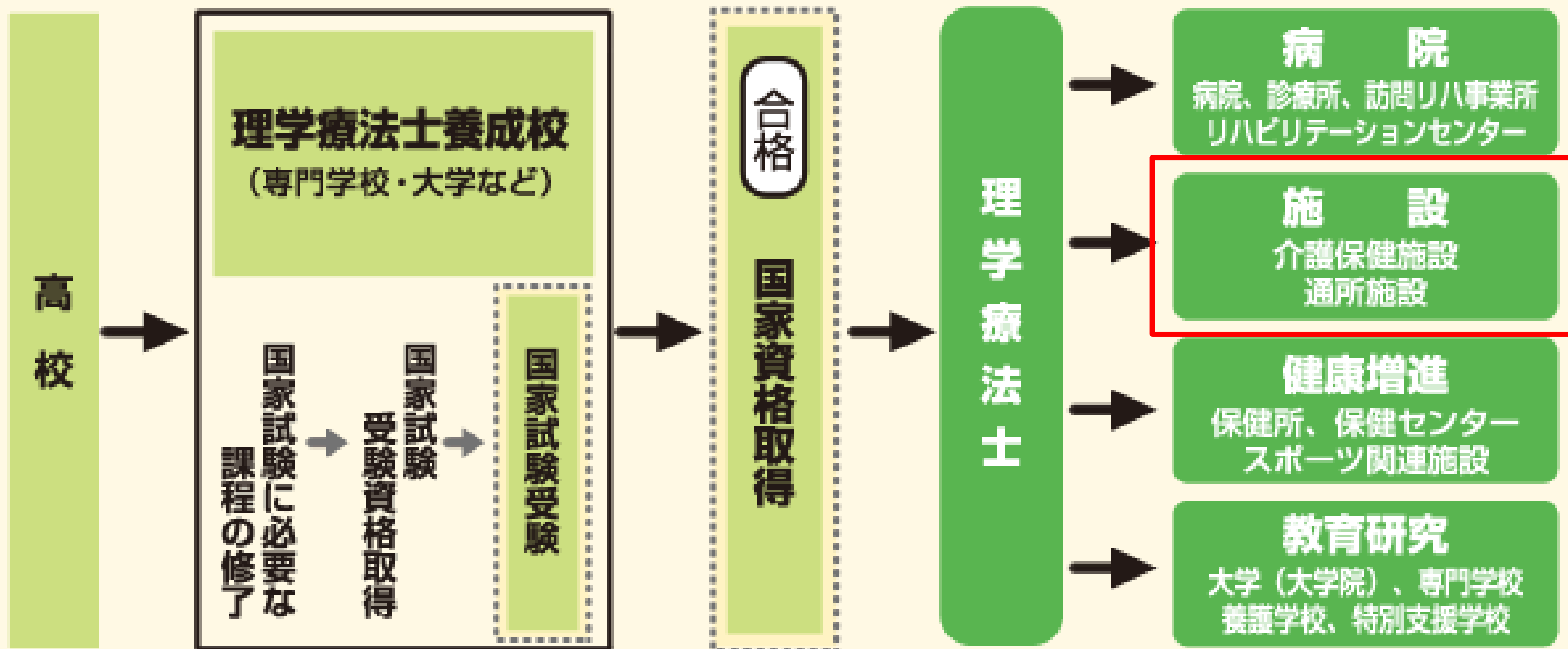


理学療法士に向いている人

- コミュニケーション能力が高い人
- 人を観察したり、分析することが得意な人
- 我慢強く、忍耐力がある人

理学療法士になるためには

3～4年



医療従事職の平均年収



パーソナルトレーナーとは

パーソナルトレーナーとは、基本的には1対1のクライアントへ対して、運動、食事、睡眠といった内容を一緒に実践したり、アドバイスしたりして、目標を達成するサポートをする仕事です。

パーソナルトレーナーに、
国家資格は無い！
民間資格のみ！



主な民間資格

1) **NESTA-PFT**

全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会が認定する、パーソナルトレーナー資格です。
この資格は、フィットネス業界で有名な資格なので、
あまりパーソナルトレーナーとしての実績がないひとでも、
資格をもつことで圧倒的に信頼してもらいやすくなります。

2) **NSCA-CPT**

NSCAジャパンが認定するパーソナルトレーナーの資格で、
スポーツ選手やアスリートだけでなく、一般的な幅広い世代に対して指導することができます。
パーソナルトレーナーが、安全に効果的なトレーニング指導ができるように、
学び資格取得を目指します。

3) **JATI-ATI**

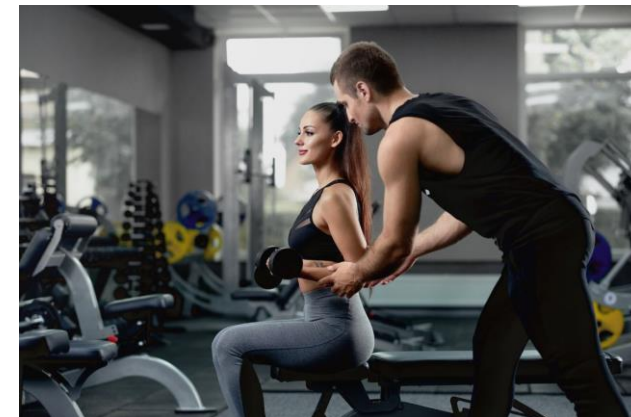
特定非営利活動法人日本トレーニング指導者協会が認定する資格です。
この資格はパーソナルトレーナーにとって、基礎的な指導をする上で必要な知識を身につけます。
これからパーソナルトレーナーを目指そうとしている人に、おすすめの資格です。

4) **JSPO-AT**

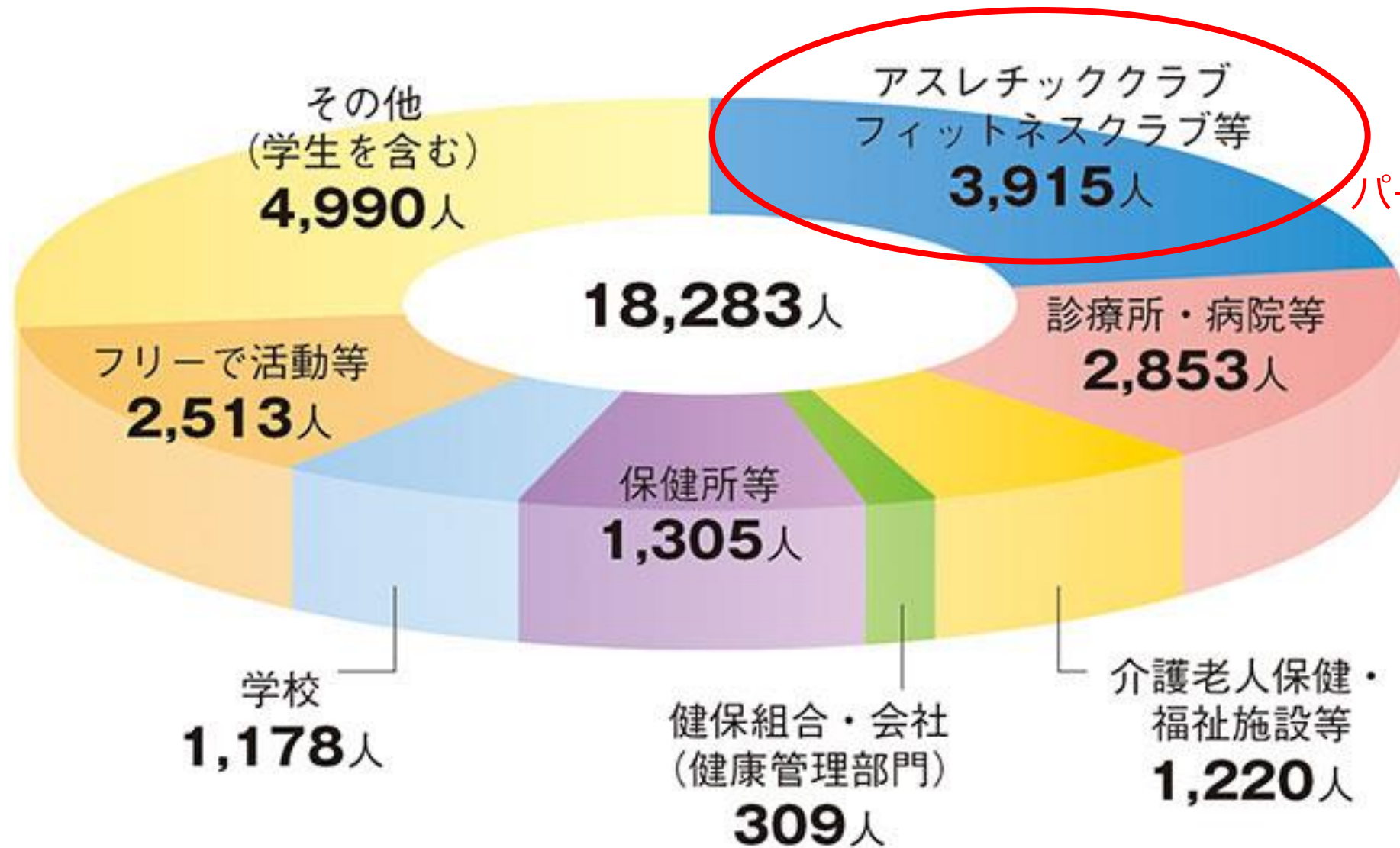
日本スポーツ協会認定のアスレティックトレーナーの資格です。
この資格はプロのアスリートを指導するひとに向いている資格です。
トレーニングだけでなく、応急処置やリハビリなどの医療行為もおこないます。

5) **健康運動指導士**

公益財団法人健康・体力づくり事業財団が、
国民の健康・体力づくりのための運動を担う指導者を養成・輩出することを目的として認定しています。
「安全で効果的な運動を実施するための運動プログラム作成や、実践指導計画の調整等を行う」役割を担う民間資格。



健康運動指導士の働く場所



パーソナルトレーナーは、
もう少しこの場所が
多いと思います！

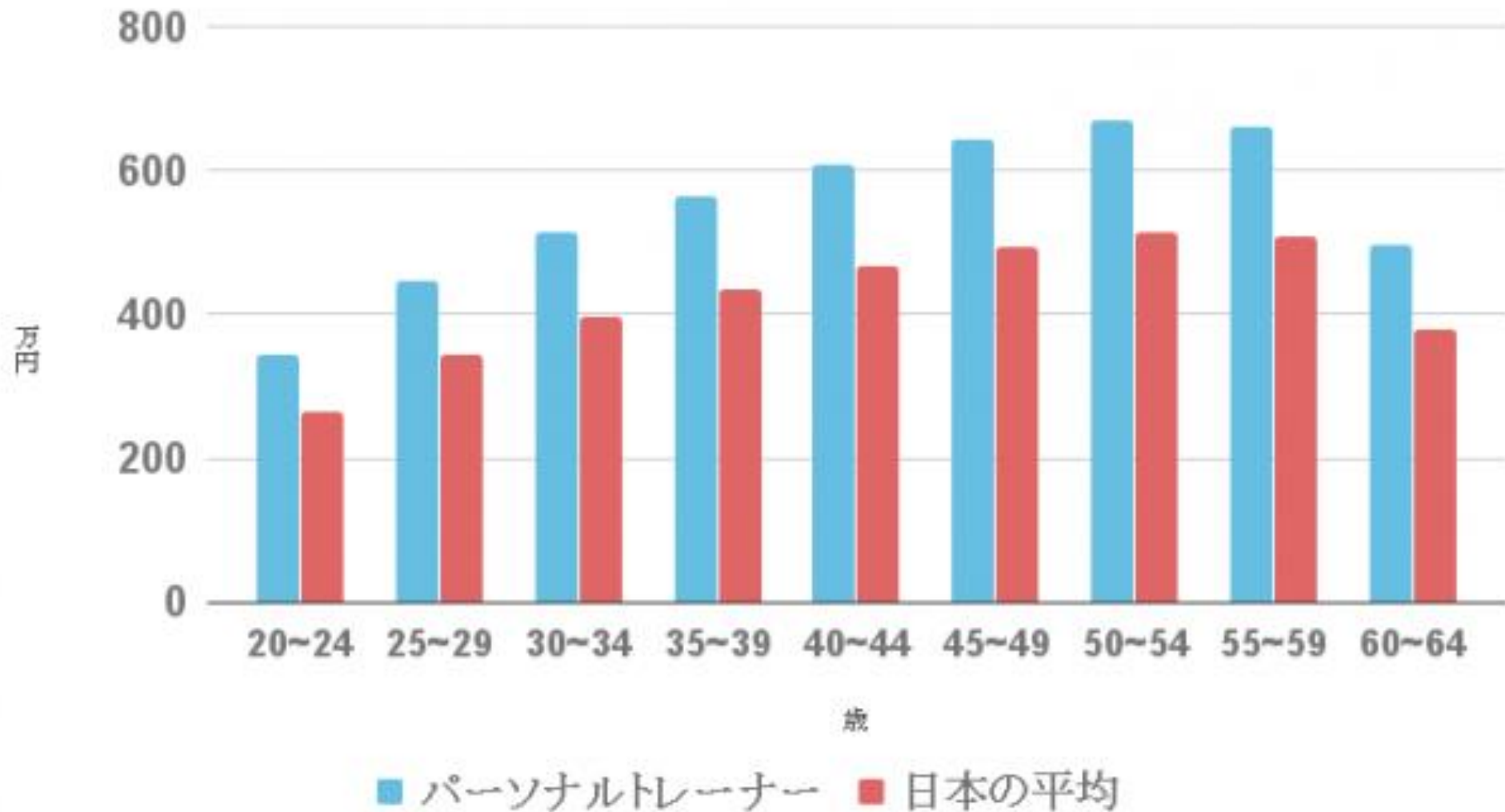
パーソナルトレーナーに向いている人

- 新しい知識やトレーニング方法を継続的に学べる人
- スケジュール管理が得意な人
- 人に分かりやすく説明することが得意な人

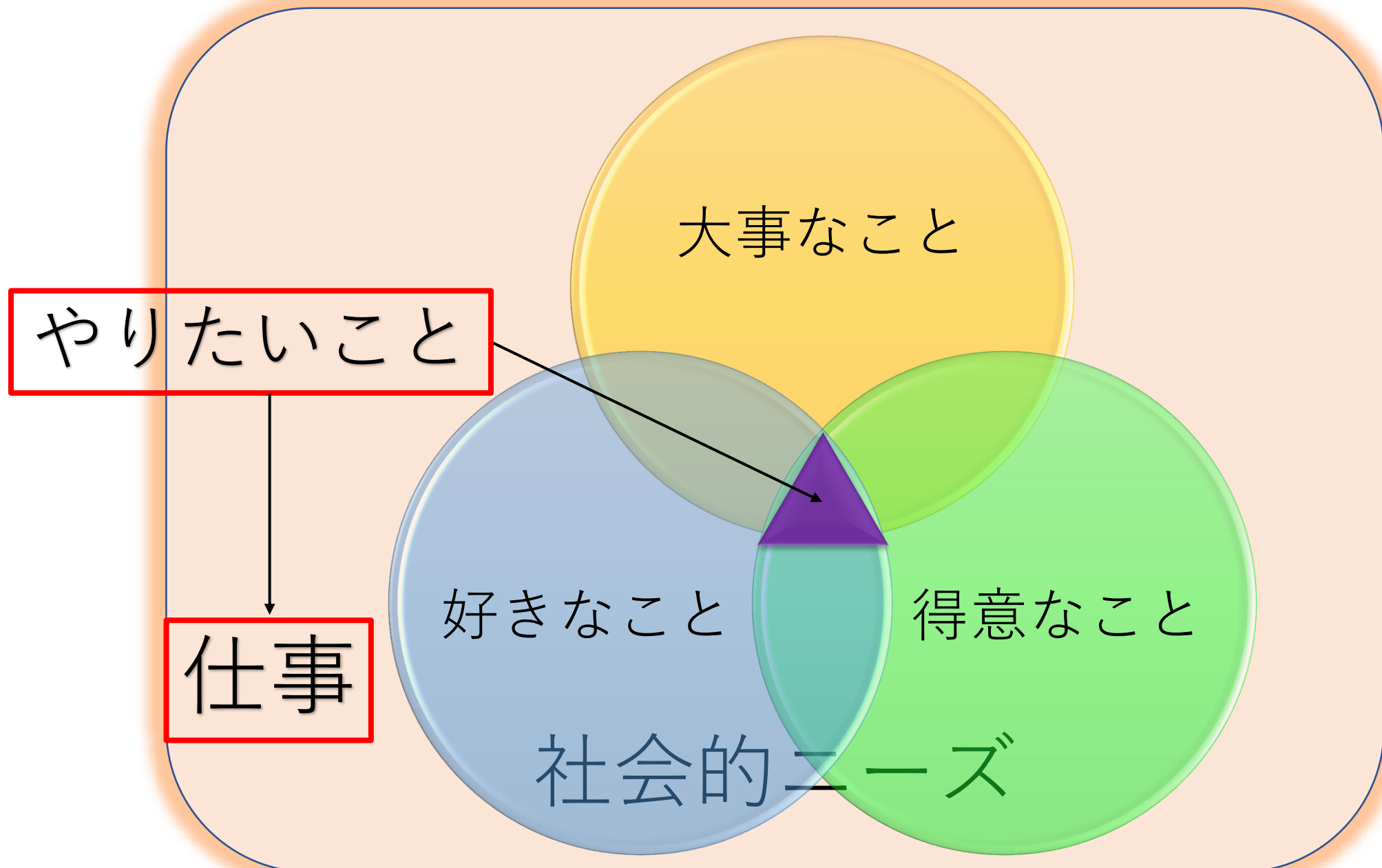


パーソナルトレーナーの平均年収

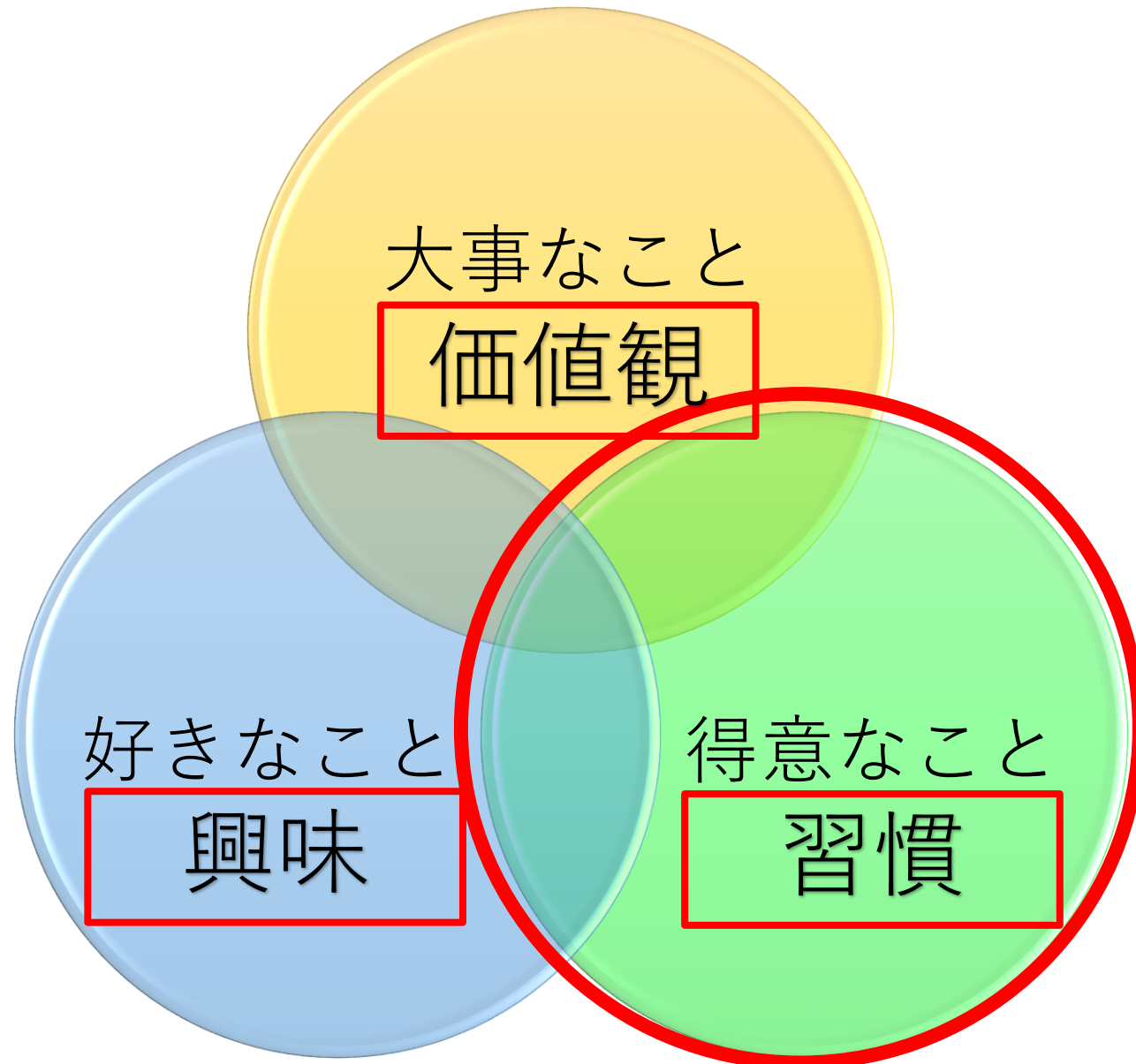
日本の平均とパーソナルトレーナーの年齢別年収シミュレーション比較



やりたいことを仕事にするために



やりたいことを仕事にするために



やりたいことを仕事にするために

個人ワーク 3分

①自分の得意なことを、1～3つ書いてください。

1	
2	
3	

お隣ワーク 3分

①隣の席の方が得意そうなことを1～3つ書いてください。

1	
2	
3	

やりたいことを仕事にするために

	自分は知っている	自分は気づいていない
他人は知っている		
他人は気づいていない		