

介護予防運動指導員® 修了試験 | 24講座・33時間 復習チェックシート

公式カリキュラムの24講座を、受講テキスト・講義資料へ戻って確認するための復習管理表です。確認できた講座には「確認済」、もう一度見直す講座には「要復習」の□へチェックしてください。

No.	章	科目（講座）名	形式	時間	確認済	要復習	メモ
1	1	老年学	講義	0.75	☐	☐	
2	2	老年病学特論	講義	1.50	☐	☐	
3	3	介護予防概論	講義	0.75	☐	☐	
4	4	地域づくりによる介護予防論	講義	0.75	☐	☐	
5	5	高齢者の社会参加と介護予防	講義	0.75	☐	☐	
6	6	介護予防・日常生活支援総合事業と介護予防コーディネーション	講義	0.75	☐	☐	
7	7	行動科学特論	講義	1.50	☐	☐	
8	8	介護予防評価学特論	講義	1.50	☐	☐	
9	8	介護予防評価学実習	実習	1.50	☐	☐	
10	9	介護予防統計学	講義	1.50	☐	☐	
11	10	リスクマネジメント	講義	0.75	☐	☐	
12	11	高齢者筋力向上トレーニング特論	講義	1.50	☐	☐	
13	11	高齢者筋力向上トレーニング実習	実習	4.50	☐	☐	
14	12	転倒予防特論	講義	1.50	☐	☐	
15	12	転倒予防実習	実習	1.50	☐	☐	
16	13	尿失禁予防特論	講義	1.50	☐	☐	
17	13	尿失禁予防実習	実習	1.50	☐	☐	
18	14	高齢者栄養改善活動特論	講義	1.50	☐	☐	
19	15	口腔機能向上特論	講義	1.50	☐	☐	
20	15	口腔機能向上実習	実習	1.50	☐	☐	
21	16	フレイル・サルコペニア予防特論	講義	0.75	☐	☐	
22	17	認知症予防・共生特論	講義	1.50	☐	☐	
23	17	認知症予防・共生実習	実習	1.50	☐	☐	
24	18	うつ・孤立・閉じこもり予防特論	講義	0.75	☐	☐	

※本シートは公式過去問・予想問題ではありません。公開されている講習課程をもとに、受講教材の復習状況を整理するためにrehabilikun blogが作成した学習補助資料です。

出典：東京都健康長寿医療センター研究所「介護予防運動指導員®養成事業」 <https://www.tmig.or.jp/research/training-program/instructor/>

弱点整理・試験前確認

「要復習」にした講座から優先順位を付け、受講教材のどこへ戻るかを決めます。

要復習 TOP5

優先	章	講座名	弱点・用語	教材ページ	次に確認すること	完了
1						☐
2						☐
3						☐
4						☐
5						☐

復習するときの4つの確認観点

観点	確認する問い	自分のメモ
用語	定義を自分の言葉で説明できるか	
目的	なぜこの内容を学ぶのか説明できるか	
対象・場面	誰に・どの場面で使う内容か整理できるか	
安全・注意	注意点や確認すべきリスクを説明できるか	

試験前確認メモ

試験日	
会場・実施方法	
集合時刻	
持ち物	
受講先・問い合わせ先	
受講先から案内された注意事項	

再受験メモ

所定の基準点に達しない場合は、講習履修後に初めて修了試験を受験した日から1年以内に限り、同一指定事業者が実施する修了試験を再受験できます。

受講先へ確認した日	
再受験可能な日程	
費用・申込方法	

※試験日程・受験料・実施方法等は指定事業者によって異なるため、受講先の最新案内を優先してください。

出典：東京都健康長寿医療センター研究所「介護予防運動指導員養成講習実施要領」 <https://www.tmghig.jp/research/files/a9527a608a2f5f70206b3e1b8a6f40c3.pdf>