



運動神経の土台をつくる

# 体軸スクール NEST

●●● 入会案内 ●●●



脳外科医も推奨!

●●●●●●●● 推薦の言葉をいただきました ●●●●●●●●

体軸スクールで用いられている体操プログラムは予防医学にもついています。子どもから大人になる過程で大切な姿勢の基本を習得することにより、生活習慣が改善され病気の予防にも効果的。また知育発達にも良く、成長していく過程で脳にも良い影響を与えることができます。身体を動かすと同時に脳も活性化され、**脳の神経発達にとってとても効果的だ**と考えています。毎日少しずつでも**身体に意識を向けることが大切で**、毎日の簡単な動きが積み重なり、子どもたちが成長していく上で大きな糧となるでしょう。



しょうじひろのぶ  
**庄司 英彦 先生**  
 ニックネーム:ドクタームッシュ  
 脳神経外科専門医  
 一般社団法人日本設定医療協会(JCMA) 代表理事  
 主な著書に  
 「健康の不安がなくなる本」  
 「アルツハイマー型認知症の予防理論」  
 「アンチエイジング 最前線」「世界の医療事情」等  
 ※いずれもニューロサイエンス文庫

**プロフィール**

秋田大学医学部卒業後、くも膜下出血や脳梗塞といった緊急の脳疾患を専門として、郡内を中心とした多くの病院に勤務。その診療経験をもとに、「病気になる前にやれることがある」を信念に2016年医療コンサルジェという新たな医療分野を確立し、心や志者のライフスタイルをサポートする活動を行う。現在は、設定図を用いたVRの臨床応用によるアルツハイマー病治療への有効性の実験や、設定医療の普及活動を行っている。

▼ 文部科学省認定「体軸スクール」のプログラムを導入!

体軸ラボの体操プログラムは、文部科学省に認定された「体軸スクール」の内容を取り入れております。昨今、子どもたちの身体能力の低下が叫ばれています。幼少期に最も大事な学習は「運動学習」であり、現代における生活の中だけでは培うことのできない身体操作能力(正しい身体の使い方)を、滞りなく身につけていく、予防医学に基づいた体操 & トレーニング教室が、他の体操教室とは一線を画した体軸ラボの魅力です。

詳しくは  
WEBサイトを  
ご覧ください



レッスンで培われていく「体軸」とは?

「体軸」とは、身体を中心を上下に貫く軸のことであり、体軸が整うことで身体を思い通りに動かす能力が向上し、運動能力が伸びやすくなります。様々な運動ワーク(課題)を通して、身体を上手に扱うための仕組みを学び、運動神経とは何か、運動能力を高めることのできる体操・運動プログラムを体験。体軸をつくることで、怪我をしないしなやかな身体づくり、正しい姿勢づくりの方法を楽しく体験を通して学んでいます。

「体軸」の技術を  
レッスン用に  
ギュギュッと  
濃縮



特許技術

クロスポイントと  
その活用方法

スマホで簡単!  
お申し込み方法



ここからお申し込みをしてね!



- 1 QRコードを読み込み、必要事項をご記入ください。
- 2 送信後、株式会社やまちゃんより、ご連絡いたします。

ご不明な点はお電話、メールにてお問い合わせください。



運動スクールの  
決定版!

# さあ、運動神経を伸ばそう!



体軸スクール NEST (ネスト) では、運動神経が著しく発達し始める幼少期から、正しい身体の使い方やすべてのスポーツに繋がる運動スキルの基礎を、楽しく習得していきます。

## 体軸スクール NEST 8つの特徴

### 体軸とは?

文字通り「体の中心を貫く軸」のことであり、体軸が形成されることで筋肉のバランスが整い、姿勢が良くなり運動能力が向上しやすくなります。

### 1. 正しい姿勢が身につく

日常生活にも役立つ姿勢教育に力を入れています。理学療法士の視点から正しい座り方・立ち方を学んでいくことができます。

### 2. 正しい身体の使い方が身につく

体軸をつくっていくことで自然と正しい身体の使い方が身についていきます。

### 3. 基礎運動スキルが身につく

あらゆるスポーツに通じる基礎運動スキル(走る・跳ぶ・投げるスキル)を滞りなく高めていきます。

### 4. 運動が楽しくなる

1種目の運動を長く行うのではなく、複数の運動を短時間でたくさん行うので飽きることなく、身体を動かすことが楽しくなります。

### 5. 運動習慣が身につく

毎週1回50分しっかりと身体を動かすので、継続することで運動習慣が身につきます。

### 6. 最後までやり抜く力が身につく

できるまで徹底的にサポートするので、お子様の物事を最後までやり抜く力を育てていきます。

### 7. 定期的な運動テスト

運動テスト(チャレンジテスト)で基礎運動能力の発達をしっかりと確認していきます。

### 8. 身体づくりの専門家による指導

インストラクターは医療系国家資格に加え、ヨガ・体軸セラピストの資格を持っている身体づくりのプロフェッショナルです。

## こんな親御さんの声から 当教室が誕生しました!

「向いたスポーツがまだ分からないけれど運動はさせたい」  
「スポーツ以前に基本的な運動がしっかりできてほしい」  
「怪我のしにくい丈夫な身体になってほしい」  
「子どもの姿勢が悪くならないか心配…」  
「子どもが運動音痴にならないか心配…」  
「運動習慣をつけさせたい」



体軸スクール NEST では、姿勢を整える体操をはじめ、様々なスポーツに通じる**体幹力**を鍛えるプログラムで、幼児期から基礎運動スキルの習得を楽しく身体を動かして行っています。

## スクールの流れ



アクションカードを  
集めると…



## アクションクリアで進級だ!

【アクションカードとは】  
体軸スクール NEST で学んでいく、運動神経の土台となる動きをお手本通りにできると、インストラクター認定でアクションカードを発行します。  
\*運動神経の土台となる動きは現在では50種類ご用意しております。

さあ、全ての動きをマスターしよう!

## ご利用案内

体軸スクールNEST (1回50分のスクール)

### 早翠幼稚園・第2早翠幼稚園

#### 年少コース

形式 週1回(月4回程度)  
グループレッスン  
・早翠幼稚園: 木曜日 14:00~  
・第2早翠幼稚園: 金曜日 14:00~

定員 ・早翠幼稚園: 最大15名  
・第2早翠幼稚園: 最大15名

場所 ・早翠幼稚園: 1F ホール  
・第2早翠幼稚園: 3F ビスタ

月謝 4,950円/月 (税込)

入会金 2,200円/年 (税込)  
年会費 ※カード発行手数料を含みます  
※別途スポーツ保険料 1,650円 (税込)

### 早翠幼稚園・第2早翠幼稚園

#### 年中・年長コース

形式 週1回(月4回程度)  
グループレッスン  
・早翠幼稚園: 木曜日 15:10~  
・第2早翠幼稚園: 金曜日 15:10~

定員 ・早翠幼稚園: 最大15名  
・第2早翠幼稚園: 最大15名

場所 ・早翠幼稚園: 1F ホール  
・第2早翠幼稚園: 3F ビスタ

月謝 6,050円/月 (税込)

入会金 2,200円/年 (税込)  
年会費 ※カード発行手数料を含みます  
※別途スポーツ保険料 1,650円 (税込)

体軸スクール NEST に関するお問い合わせは  
株式会社やまちゃんまで