

平成23年度 健康づくり指導者スキルアップ研修会実施要領 (健康運動指導者育成講習会を兼ねる)

- 1 目的 地域や職場・学校などの健康増進、生活習慣病予防、介護予防を推進するため、行政・企業・学校・団体等の各分野で健康づくりに取り組む指導者及び担当者に対し、先進的、専門的な見地から全国的に活動を展開している講師を招き、最新の知識・技術について研修する機会を提供し、総合的な健康づくりを推進する。
- 2 目標
 - (1) 健康づくり指導者、健康運動指導士・健康運動実践指導者・健康づくり運動指導者等の資質向上を図り、健康づくりの推進に寄与する。
 - (2) 行政・職域・学校・団体等各分野の健康づくり指導者、産業保健関係者、事業の企画・運営担当者等に研修の機会を広げ、さまざまな領域の健康づくりの取り組みを推進する。
 - (3) 健康運動指導士、健康運動実践指導者の資格継続に必要な単位を修得させる。
 - (4) 健康増進プログラムの普及啓発を図る。
- 3 日時 平成24年3月17日(土) 9:30～16:30
- 4 会場 兵庫県私学会館
兵庫県神戸市中央区北長狭通4丁目3-13
TEL: 078-331-6623
- 5 対象
 - (1) 健康づくり指導・健康づくり運動指導、保健指導等にかかわる健康づくり指導者(保健師、看護師、管理栄養士、栄養士、医療従事者、健康運動指導士、健康運動実践指導者、その他の健康づくり指導者等)。
 - (2) 行政・企業・学校・団体等で健康づくりに取り組む担当者(産業保健スタッフ、事務担当者等)。
 - (3) 健康運動指導士、健康運動実践指導者の有資格者には単位認定(講義3単位、実技実習3単位を申請中)する。
- 6 定員 75名(先着順)
- 7 受講料 5,000円
但し、健康運動指導士・健康運動実践指導者認定講習会受講証明書(講義3単位、実習3単位)の必要な者は8,000円とする。
- 8 申込方法 電話で申し込み、その後別紙受講申込書を郵送、FAXするものとする。
- 9 申込・問合せ先 財団法人 兵庫県健康財団 健康づくり部 健康指導課 担当 山口、竹内
〒652-0032 神戸市兵庫区荒田町2丁目1-29
Tel 078-512-5075 FAX 078-512-5095
- 10 申込期限 平成24年3月9日(金) 15:00
※ 定員に余裕のある場合は、締め切り後の申し込みも可能とする。

11 研修内容

メインテーマ「今後求められる健康づくりの新たな視点

～運動・栄養・生活・地域社会の各専門分野からの情報発信～

(1) ガイダンス (9:30～9:40)

(2) 講義 1 (9:40～11:10)

テーマ「神戸マラソンチョットいい話」

－ 参加型のイベントが健康づくりの輪を広げる －

事業成功の鍵は、規模の大小にかかわらず、参加者は勿論、お手伝いいただく方々やご家族、友人、同僚など周りの方々へよい影響を与える仕組みづくりが大切です。神戸マラソンや国内外の事例など今後の教室や講座から大規模なイベントなどを計画する上で役立つ「チョットいい話」を提供いたします。

講師：神戸大学大学院人間発達環境学研究科 教授 山口泰雄氏

(3) 実習 1 (11:10～12:40)

テーマ「立つ、歩く能力を維持する上で重要な情報系身体活動」

－ 「機能的な動きづくり」と「コーディネーショントレーニング」の実際 －

ヒトの「立つ」「歩く」能力を支えているのは、「立つ」「歩く」ために直接必要な「機能的な動き」と「状況を目や耳など五感で察知し、それを頭で判断し、行動を変化させる一連の過程をスムーズに（素早く）行う能力」（コーディネーション能力）です。

今後ますます重要になる情報系の身体活動を中心に実習いたします。

講師：財団法人兵庫県健康財団 健康運動指導専門員 亀澤徹郎氏

(4) 実習 2 (13:30～15:00)

テーマ「行動変容につながる生活習慣病予防指導ツール（改定ひょうご健康増進プログラム）の活用」

平成17年に兵庫県と兵庫県健康財団が開発した生活習慣病予防指導ツールである健康増進プログラム「生活習慣病予防改善プログラム」について、改定内容を紹介すると共に、アセスメント（普及啓発版）を研修の機会に体験し、その結果作成された帳票を用いた保健指導の活用の方法についての演習を行ないます。

講師：兵庫県健康財団健康指導課 管理栄養士 荒井喜美氏

(5) 講義 2 (15:00～16:30)

テーマ「テレビ等で話題のタニタ社員食堂に学ぶ食習慣改善への取り組み」

生活習慣病やメタボ解消のためには、食習慣の改善がポイントです。『体脂肪計タニタの社員食堂500kcalのまんぷく定食』が大ヒット中の株式会社タニタの事例を通して、食を通じた健康教育の方法を考えます。

講師：株式会社タニタ 管理栄養士

講師紹介

山口泰雄（やまぐち やすお）氏：神戸大学人間発達環境学研究科教授（同発達科学部教授併任）
（略歴）

1975年東京学芸大学卒業

1979年筑波大学体育研究科修了

1984年ウォータールー大学大学院博士課程修了（Ph. D.）。

専攻：スポーツ社会学、生涯スポーツ論

国際スポーツ・フォー・オール協会（TAFISA）より、『スポーツ・フォー・オール・パイオニア賞』を受賞（2001）

（役職）

TAFISA（国際スポーツ・フォー・オール協会）理事

ASFAA（アジア・オセアニア・スポーツ・フォー・オール協会）理事

中央教育審議会スポーツ・青少年分科会特別委員

独立行政法人日本スポーツ振興センターのスポーツ振興助成の審査委員

（著書）

「健康・スポーツへの招待 ―今日から始めるアクティブ・ライフ」（体育施設出版）

「地域を変えた総合型地域スポーツクラブ」（大修館書店）

「スポーツ・ボランティアへの招待」（世界思想社）

「生涯スポーツとイベントの社会学 ―スポーツによるまちおこし」（創文企画）

その他 著書多数

（株）タニタ管理栄養士

株式会社タニタでは、ヘルスマーターなどの健康機器を製造販売するだけでなく、そこで培ったノウハウを自社社員の健康管理にも生かそうという会社方針から様々な取り組みを展開しています。タニタ食堂のレシピを集めた『体脂肪計タニタの社員食堂 500kcal のまんぷく定食』は、シリーズ発行部数累計 420 万部を突破し料理本では異例のベストセラーになっています。多くのメディアに取り上げられ、職域で取り組む健康づくりとして注目を集めています。

亀澤徹郎（かめさわ てつろう）氏 （財）兵庫県健康財団健康づくり部健康指導課
健康運動指導専門員
健康運動指導士、スポーツプログラマー

健康づくり実践指導の専門家

ひょうご県民健康プラン、健康増進プログラム（普及啓発版、事後指導版）開発委員

兵庫県介護予防の効果的な提供部会オブザーバー等の役職を歴任

県民運動推進会議総合フォーラム、市町地域団体等の講師、実技指導を担当

荒井喜美（あらい よしみ）氏 （財）兵庫県健康財団健康づくり部健康指導課
管理栄養士、健康運動指導士

生活習慣病の予防・改善のための食事指導、特定保健指導に従事

健康増進プログラム開発ワーキングメンバー、同プログラム改定ワーキングメンバー

兵庫県国民健康保険団体連合会機関誌『国保ひょうご』「Let's 簡単Cooking 体にいい食事レシピ」等連載中

送付先 (財)兵庫県健康財団健康指導部宛 (FAX 078-512-5095)

平成24年3月17日(土)開催 健康づくり指導者スキルアップ研修会
受講申込書

電話予約日	平成	年	月	日	受講料振込日	平成	年	月	日
ふりがな					性別	年齢			
受講者氏名					男・女	才			
連絡先	自宅 ・ 勤務先								
	※ 勤務先をご記入の場合は、名称、所属部署を必ずご記入ください								
	〒								
	TEL ()								
	(日中の連絡先) :								
	FAX ()								
	E-mail								
職種・資格	・ 保健師 ・ 看護師 ・ 管理栄養士 ・ 栄養士 ・ 健康運動指導士 ・ 健康運動実践指導者 ・ 健康づくり指導者 ・ その他 ()								
認定講習会 受講証明書	・ 不要 (受講料 5,000 円) ・ 要 (受講料 8,000 円)								
	資格名	健康運動指導士			健康運動実践指導者				
	登録番号								
領収書	・ 不要 ・ 要 (但し書き:)								
その他通信欄									

ここに受講料振込金融機関発行の受領書を貼付してください (コピー可)。

講習会への申し込みに伴って当財団が取得する個人情報、参加者管理及び参加者への連絡に利用し、他の目的で利用はいたしません。また、本人の同意なく第三者へ提供または委託することはありません。

(受講料入金口座) ※ 入金に関わる手数料はご負担ください。

三井住友銀行兵庫支店 普通口座 1301426 口座名義 (財) 兵庫県健康財団

送付、問合せ先 財団法人兵庫県健康財団 健康指導部 健康指導課 担当 山口 竹内
〒652-0032 神戸市兵庫区荒田町2丁目1-29
電話 078-512-5075 / FAX 078-512-5095