

第27回～29回 栄養指導を結果につなげるセミナー

～きちんと食べてベスト体重&ベスト体調をつくる～

共 催 有限会社クオリティライフサービス



開催趣旨

一般的なカロリー制限の減量指導ではリバウンドしやすいだけでなく、心身のコンディションも向上しにくいことが分かっています。

そこで今回は、「時間栄養学」に着目した効果的な保健指導ができるようになるプログラムを用意しました。「からだの時計」に合わせて食事を取ることでエネルギー収支が改善し、減量効果を上げることができ、同時に体調も向上させることができます。さらに、時間栄養学を用いた指導をすると短期間で効果を実感することができるので、対象者のモチベーションも高めることができます。

また、栄養指導を効果的な順番に行う「1週間プログラム」を使い、個別指導や集合教育、新入社員研修や健診前など、実践ですぐに使える活用方法を伝授します。



セミナー日程

開催日・会場・開催地・定員

回次	開催日	会場	開催地	定員
第27回	6月11日(日)	ヒューリックホール	東京都台東区	200人
第28回	6月25日(日)	名古屋サンスカイルーム A 室	名古屋市中区	200人
第29回	7月 2 日(日)	新梅田研修センター G ホール	大阪市福島区	200人

対象者：保健師、管理栄養士、看護師、栄養士等、保健指導に従事する専門職

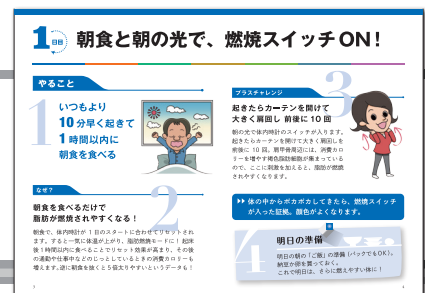
受講料：5,400円(税込)



セミナーの特長

CHECK

時間栄養学の基礎知識と効果的な1週間のプログラムの実際を学ぶことができます。個別支援・集団教育どちらでも活用でき、対象者が短期間で効果を実感できる保健指導ができるようになります。



プログラム

12:50～16:00

- ・時間栄養学を用いた保健指導の効果と1日の食事リズムの整え方
- ・時間栄養学を用いた効果的な1週間プログラムの実際
- ・個別支援での活用方法、演習
- ・1週間プログラムの活用方法
- ・集合教育での活用方法



講師紹介 (敬称略)

小島美和子 (有)クオリティライフサービス代表取締役/管理栄養士、健康運動指導士

企業・自治体での健康管理サービス、保健指導者向け教育サービスや食品・健康サービス事業者へのコンテンツ企画・開発サービスや栄養指導メニューの提供など、食の現場でQOLを高める食生活プロデュース事業を展開。また、厚生労働省特定保健指導の実践的指導実施者育成プログラム開発ワーキングメンバーや中央労働災害防止協会の産業栄養指導専門研修等、各種研修会での講師や各種執筆活動、ラジオ・TVなどでも活動中。「指導者は実践者に!健康の表現者をめざす!」との思いから、その表現方法の一つとして現在、マスターズ陸上100mlに挑戦中

* 郵送でお申込みの方はコピーして
ご利用ください

受講申込書

FAX 03-3267-2658



ご希望のセミナーに○をつけてお申し込み下さい(複数可) スマホの方はコチラから▶

思春期保健セミナー (コースI、コースII、コースIIIは同時申込み可) コースI 第78回東京 (9/16~18) 第79回大阪 (9/16~18) 第80回福岡 (9/16~18) コースII 第56回東京 (11/17~19) 第64回東京 (H30/1/6~8) コースIII 第12回東京 (9/16~18)					思春期保健ミニ講座 生き抜く力を高める (6/18)	性の多様性を学ぶセミナー (7/1)	小児アレルギーを学ぶセミナー 第1回大阪 (9/23) 第2回東京 (10/14)		
指導者のための避妊と性感染症予防セミナー (SRHセミナー) 139回仙台 (6/17) 140回新潟 (7/8) 141回横浜 (9/3) 142回札幌 (9/30) 143回大阪 (11/25) 144回名古屋 (12/2) 145回福岡 (12/16) 146回東京 (H30/1/20)					生きるための心の教育セミナー 第12回 (7/22) 第13回 (10/21) 第14回 (H30/2/3)		メンタルヘルスセミナー 第3回 (6/24) 第4回 (9/2)		セルフエフィカシー (12/2~3)
栄養指導を結果につなげるセミナー 第27回東京 (6/11) 第28回名古屋 (6/25) 第29回大阪 (7/2) 第30回東京 (11/12) 第31回大阪 (11/18)					行動変容実践のための保健指導者養成セミナー 大阪・スキルアップ (3日間) (7/28~30) 東京・ベーシック (4日間) (H30/2/1~4) 東京・スキルアップ (3日間) (H30/2/1~3)			睡眠保健指導セミナー 第7回大阪 (10/15) 第8回東京 (10/22)	
食習慣聞き取りシートを <input type="checkbox"/> 持っている <input type="checkbox"/> 持っていない <small>*どちらかに✓を入れて下さい</small>					健康教育マニュアルを <input type="checkbox"/> 持っている <input type="checkbox"/> 持っていない 拡大図版セレクトシートを <input type="checkbox"/> 持っている <input type="checkbox"/> 持っていない <small>*どちらかに✓を入れて下さい</small>			睡眠保健指導マニュアルを <input type="checkbox"/> 持っている <input type="checkbox"/> 持っていない <small>*どちらかに✓を入れて下さい</small>	
目で見てよ~くわかる保健指導を学ぶセミナー 第1回 (6/3 AM) 第2回 (6/3 PM)		お母さんと子どもの元気セミナー (6/10 AM)	ピアカウンセリング入門セミナー (6/10 PM)	「ピアカウンセラー養成者」養成セミナー (前期7/7~9) (後期11/11~12)	ピアカウンセリング・コーディネーター養成セミナー (9/2~3)	受胎調節認定講習会 (7/24~28)			

※全項目ご記入ください。

* 6/10 全日参加で受講料割引あり

申込み日:平成 年 月 日

ふりがな	生年月日(西暦)	
氏名	女・男	19 年 月 日
自宅住所	〒 都道府県	
電話	()	Fax. ()
取得資格	保健師・助産師・看護師・医師・養護教諭・看護教員・教員・管理栄養士・栄養士 保育士・薬剤師・健康運動指導士・児童指導員・児童福祉士・学生 その他 () ※その他を選択の際、必ず記入してください ※複数の資格を有する方は、現職場での資格に◎を、それ以外には○を付けて下さい。	
業務分類	行政(都道府県)、行政(市区町村)、学校(小・中・高)、学校(大学・専門学校)、 病院・医院・クリニック、健診機関、企業、医療保険者 その他 () ※その他を選択の際、必ず記入してください	
勤務先名	所属課名 ()	
勤務先住所	〒 都道府県	
電話	()	Fax. ()
平日9~17時の連絡先	<input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 勤務先	電話(携帯可) ()
通知書送付先	<input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 勤務先	<input type="checkbox"/> 登録Eメール(web会員のみ) (どちらにも印の無い場合は自宅に送付します)
受講動機を ご記入ください。		

※「受胎調節実地指導員認定講習会」にお申込みの方のみ本籍地をご記入下さい。

- web会員登録 している していない ●思春期保健相談士の資格 ある ない
- 受講料 公費 私費 ●本会セミナーに過去に参加したことがありますか。 ある ない

<受講申込書の取り扱いについて>

* 受講申込書にご記入いただいた情報は本会が責任をもって管理し、的確なサービス提供を行わせていただくために使用します。

ただし下記のような場合に限り、第三者に情報を開示させていただくことがあります。

・本会の事業に関して機密保持契約している者(下請業者、技術支援業者、運送業者、金融機関など)

* 既にWEB会員にご登録済みの方は、ご登録されているアドレスにご案内のEメールを送信いたします。

* ご案内等が不要な方は下記にチェックして下さい。

今後セミナーに関する情報は不要

* ご記入いただきました情報に変更が生じた場合は、本会までお知らせ下さい。

【申込み・お問合せ先】(一社)日本家族計画協会 研修担当 〒162-0843 東京都新宿区市谷田町1-10 保健会館新館
電話 03-3269-4785 FAX 03-3267-2658

WEB