

保健指導実践者必見

行動変容実践のための保健指導者養成セミナー

ベーシックコース(4日間コース)・スキルアップコース(3日間コース)

共催 一般社団法人日本家族計画協会・合同会社生活習慣病予防研究センター



開催趣旨

【ベーシックコース(4日間コース)】(食生活改善指導担当者研修申請予定)

厚生労働科学特別研究において作成された研修教材を基にプログラムを構築し、食生活改善指導担当者を養成する30時間の研修となっております。看護師、歯科医師、薬剤師、助産師、歯科衛生士、栄養士、准看護師の方は、本研修を受講すると、特定保健指導での「食生活改善指導担当者」として活躍することができます。

【スキルアップコース(3日間コース)】

- 1.実践者に必要な医療制度改革における特定健診・特定保健指導の概要と具体的実践方法
- 2.行動変容につながる保健指導ができる能力の育成
- 3.個別の生活習慣に関し日常生活全体、食生活、身体活動・運動、喫煙等の具体的な指導技術



セミナー日程

開催日：大阪：スキルアップコースのみ：平成29年7月28日(金)～30日(日)
 東京：ベーシックコース：平成30年2月1日(木)～4日(日) スキルアップコース：平成30年2月1日(木)～3日(土)

会場：東京：東陽セントラルビル ホール(東京都江東区)／大阪：新大阪丸ビル 新館506(大阪市東淀川区)

定員：各コース25名ずつ

受講料：ベーシックコース：43,200円(税込) スキルアップコース：37,800円(税込)

※受講料とは別に本セミナーで講義教材として使用する「健康教育マニュアル」(8,000円+税)および「拡大図版セレクトシート」(5,000円+税)の購入が必須となります。既に上記の教材を購入しており、当日お持ちいただける方は、受講料のみのお支払いとなります。

対象者：行政・医療機関・企業・健康保険組合等の保健師、看護師、薬剤師、管理栄養士、医師、歯科医師、助産師、歯科衛生士、栄養士、准看護師、理学療法士、臨床心理士、医療心理士、臨床検査技師、健康運動指導士等



プログラム(予定)

※プログラムは変更となる場合がございます。予めご了承ください。

ベーシックコース1日目 スキルアップコース1日目	ベーシックコース2日目 スキルアップコース2日目
<p>〈09:20～19:00〉</p> <p>【講義①】心身の関連からみた総合的な健康づくり対策 ・循環器疾患の疫学・保健指導に役立つエビデンス ・保健指導プログラムの考え方</p> <p>【講義②】栄養・食事指導 ・保健指導のための食品分類 ・食生活アセスメント法の考え方と実際 ・アセスメント結果を指導に生かす</p> <p>【講義③】運動指導の理論と実際 ・運動と生活習慣病の疫学 ・生活習慣病予防に役立つ運動とは ・ウォーキング・運動指導の実際</p> <p>【講義④】栄養・食事指導 ・高血圧の栄養・食事指導のポイント</p>	<p>〈09:00～17:30〉</p> <p>【講義⑤】栄養・食事指導 ・脂質異常症の栄養・食事指導のポイント</p> <p>【講義⑥】生活指導及びメンタルヘルスケア ライフスタイル・ライフステージを考慮した保健指導 ・行動変容を支える保健指導教材とその活用法 ・知識提供(拡大図版の使い方) ・クイズ、支援教材の例と活用(長期フォローを含む) ・ビデオ教材の活用</p> <p>【講義⑦】演習：健康教育 健康教育の理念と実践① ・教材を用いた支援の実際(ロールプレイ)</p> <p>【講義⑧】栄養・食事指導 ・節酒指導の知識と実務</p>
ベーシックコース3日目 スキルアップコース3日目	ベーシックコース4日目
<p>〈09:00～18:20〉</p> <p>【講義⑨】健康教育 糖尿病・メタボリックシンドロームのポイント ・メタボリックシンドロームの栄養学・疫学</p> <p>【講義⑩】演習：健康教育 健康教育の理念と実践② ・技術向上を目指した事例検討の仕方</p> <p>【講義⑪】健康教育 ライフスタイル・ライフステージを考慮した保健指導 ・禁煙とストレス「禁煙支援の実際」</p> <p>【講義⑫】対象疾患に応じた保健指導のポイント(まとめ)</p> <p>【講義⑬】健康づくり施策の歴史と健康課題 健康日本21、老人保健事業、特定健診・保健指導制度、後期高齢者医療制度 及びデータヘルズ計画の背景と理念に関する解説</p>	<p>〈09:00～16:10〉</p> <p>【講義⑭】口腔保健 歯周病疾患の疫学・予防</p> <p>【講義⑮】保健指導とメンタルヘルスケア 対象疾患に応じた保健指導のポイント(まとめ)</p> <p>【講義⑯】研究討議 ・討論 ・総合演習(事例に基づくロールプレイ) ・まとめ</p>



受講者の声

- ★テキストが読みやすく、理解しやすく、拡大図版セレクトシートもすぐに利用できるもので、明日からの指導が心強く楽しみになりました。(病院・看護師)
- ★日頃あいまいになっていた知識の復習と新たなエビデンスに基づく知識を得られ、即実践として生かせそう。演習もまじえた内容でよかった。(企業・保健師)



講師紹介(敬称略)

*その他の講師は調整中です。決定次第、本会HPにてお知らせいたします。

岡山 明 生活習慣病予防研究センター 代表