

「行動変容実践のための保健指導者養成セミナー」 日程表

(大阪会場)

平成 29 年 7 月 28 日 (金)

| 時 間 | 内 容 |
|-----------------|--|
| 9 : 20～9 : 30 | 受付・主催者挨拶・オリエンテーション |
| 9 : 30～12 : 00 | <p>講義① 心身の関連からみた総合的な健康づくり対策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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>講師 合同会社生活習慣病予防研究センター 代表 岡山 明</p> |
| 12 : 00～12 : 40 | 昼休憩 |
| 12 : 40～15 : 40 | <p>講義② 栄養・食事指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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>講師 合同会社生活習慣病予防研究センター 代表 岡山 明</p> |
| 15 : 40～15 : 50 | 休憩 |
| 15 : 50～17 : 20 | <p>講義③ 運動指導の理論と実際</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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>講師 トータルフィット (株) 代表取締役/健康運動指導士 梅田 陽子</p> |
| 17 : 20～17 : 30 | 休憩 |
| 17 : 30～19 : 00 | <p>講義④ 栄養・食事指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高血圧の栄養・食事指導のポイント <p>講師 滋賀医科大社会医学講座公衆衛生学部門 特任助教 宮川 尚子</p> |

平成 29 年 7 月 29 日 (土)

| 時 間 | 内 容 |
|-------------------|---|
| 9 : 00 ~ 10 : 30 | 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 講師 滋賀医科大学アジア疫学研究センター 特任准教授 門田 文 |
| 10 : 30 ~ 10 : 40 | 休憩 |
| 10 : 40 ~ 12 : 40 | 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) ・クイズの例と活用 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 講師 一般社団法人大阪府結核予防会 管理栄養士 上田 博子 |
| 12 : 40 ~ 13 : 20 | 休憩 |
| 13 : 20 ~ 15 : 50 | 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) 講師 一般社団法人大阪府結核予防会 管理栄養士 上田 博子 講師 管理栄養士 小島 京子 講師 合同会社生活習慣病予防研究センター 代表 岡山 明 |
| 15 : 50 ~ 16 : 00 | 休憩 |
| 16 : 00 ~ 17 : 30 | 講義⑧ 栄養・食事指導 ・節酒指導の知識と実務 講師 合同会社生活習慣病予防研究センター 代表 岡山 明 |

平成 29 年 7 月 30 日（日）

| 時 間 | 内 容 |
|-------------|--|
| 9：00～10：30 | 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 講師 国立循環器病研究センター病院 予防健診部 医長 渡邊 至 |
| 10：30～10：40 | 休憩 |
| 10：40～12：10 | 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 講師 一般社団法人大阪府結核予防会 管理栄養士 上田 博子 講師 医療法人あけぼの会 管理栄養士 小島 京子 |
| 12：10～12：50 | 昼休憩 |
| 12：50～14：20 | 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」 講師 合同会社生活習慣病予防研究センター 代表 岡山 明 |
| 14：20～14：30 | 休憩 |
| 14：30～16：00 | 講義⑫健診結果に基づくリスク層別化と対策 (未治療者・非肥満者対策を含む) 講師 国立循環器病研究センターバイオバンク/予防医学・疫学情報部 室長 東山 綾 |
| 16：00～16：10 | 閉講式 閉会挨拶・受講証授与 |

※講師・プログラムは都合により変更になる場合がございます。予めご了承ください。

【講師一覧】（敬称略）

コースリーダー：岡山 明（生活習慣病予防研究センター 代表）

大阪会場 講師（50音順）

上田 博子（一般財団法人大阪府結核予防会 管理栄養士）

梅田 陽子（トータルフィット株式会社 代表取締役社長／健康運動指導士）

門田 文（滋賀医科大学アジア疫学研究センター 特任准教授）

小島 京子（医療法人あけぼの会 管理栄養士）

東山 綾（国立循環器病研究センターバイオバンク/予防医学・疫学情報部 室長）

宮川 尚子（滋賀医科大学社会医学講座公衆衛生学部門 特任助教）

渡邊 至（国立循環器病研究センター病院予防健診部 医長）