

昨年延べ
2500人以上
受講！

成人保健セミナーの**決定版**

栄養指導 糖尿病 予防・療養 運動指導

2023年度
オンデマンドセミナー **再配信決定**

詳細・
お申込みは
こちら▶



または

日本家族計画協会



栄養指導を結果につなげるセミナー

講師 小島 美和子（有限会社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）

最短ルートで食習慣を整える 特定保健指導の秘訣

もう初回面談に悩まない！
効果的に対象者の食習慣を聞き取り、
実現可能な行動目標を設定する技術を
身に付けます。

8 / 18 (金) ～ 9 / 1 (金)

検査値別に効果を出す体内時計の整え方・暮らし方

検査値と体内時計の関係を明らかにし、生活リズム改善から栄養バランスの見直しまで、
検査値ごとに確実に効果が出せる指導の優先順位を学びます。

血糖値編

7 / 14 (金) ～
7 / 28 (金)

メタボ編

9 / 29 (金) ～
10 / 13 (金)

血圧編

12 / 8 (金) ～
12 / 22 (金)

LDL 編

2024年

1 / 19 (金) ～
2 / 2 (金)

「伝わらないと始まらない」 糖尿病療養指導セミナー

講師 坂根 直樹

（京都医療センター臨床研究センター 予防医学研究室長）

本セミナーでは糖尿病療養指導で欠かせないコミュニケーション
術を楽しい講義とクイズで能動的に学びます。今年度は再配信
のご要望が多かった3テーマを開催。明日から現場で使える
「伝え方」のコツが満載です。

糖尿病と脂質異常症・
動脈硬化予防 編

6 / 30 (金) ～ 7 / 14 (金)

薬物療法 編

10 / 13 (金) ～ 10 / 27 (金)

肥満と糖尿病 編

12 / 1 (金) ～ 12 / 15 (金)

カラダ コンディショニングセミナー

講師 岡崎 倫江

（株式会社キネティックアクト
代表取締役 / 理学療法士、医学博士）

本セミナーではプレゼンティーズ
ム（慢性不調）を元から改善する
コンディショニングを講義と実演
動画で紹介。今年度は「基礎編」と
昨年開催した不調テーマ別の全4
回をセットでご視聴いただけます。

第1期

5 / 26 (金) ～ 10 / 26 (木)

第2期

9 / 1 (金) ～ 2 / 29 (木)

期間中いつでも
視聴できる！

5つセット！

基礎 編

+

ポッコリお腹解消・
筋力アップ 編

+

肩こり・腰痛・
疲労解消 編

+

冷え・むくみ・
PMS（月経前症候群）解消 編

+

不眠・頭痛・
眼精疲労解消 編