

# スケジュール&プログラム

## ■基礎コース(オンライン研修) 座学による保健指導全体の理解等

申込み期間 令和7年8月1日(金)～令和8年2月27日(金)

動画配信日程 令和7年8月1日(金)～令和8年2月28日(土)

配信期間中いつでも視聴できます。受講者200名予定 研修時間 合計約7時間

### 保健指導概論

- ▶ 健康やヘルスプロモーションとは  
生活習慣病予防に関する最新の知見等  
京都大学大学院 医学研究科 教授 中山 健夫

- ▶ 行動変容・健康教育の理論・モデル

- ▶ 個人情報の保護等  
帝京大学大学院 公衆衛生学研究科 教授 福田 吉治

- ▶ 保健指導のプロセスと必要な保健指導技術等

帝京大学大学院 公衆衛生学研究科 特任助教 杉本 九実

### 食生活

- ▶ 食生活と生活習慣病の関連  
(疫学調査、介入研究)

- ▶ 食事摂取基準や関連学会ガイドラインの  
食事療法についての理解等  
大阪大学大学院 医学系研究科 寄附講座准教授 馬殿 恵

### 喫煙

- ▶ 喫煙と生活習慣病の関連

- ▶ 禁煙支援の具体的な方法  
(短時間支援、標準的支援)等  
(公社) 地域医療振興協会 地域医療研究所  
アドバイザー 中村 正和

### アルコール

- ▶ アルコールと生活習慣病の関連  
(循環器疾患だけでなく、がん等との関連も)

- ▶ 問題飲酒者の把握と減酒支援の具体的な方法等  
琉球大学医学部 疫学・行動科学分野 教授 池原 賢代

### 身体活動

- ▶ 身体活動の強度(メッツ)の考え方、  
身体活動のエビデンス

- ▶ 対象者に応じたリスクマネジメント  
(運動実施上の注意事項、医療との連携)等  
同志社大学 スポーツ健康科学部 教授 石井 好二郎

## ■実践コース(対面研修) ロールプレイ、アセスメント演習等

各期100名限定 研修時間約6時間

### 第1期

#### テーマ

申込み期間：8月1日(金)～8月31日(日) 保健指導演習 りんくう総合医療センター 増田大作

対面研修日程：9月8日(月)

喫煙

(公社) 地域医療振興協会 地域医療研究所 中村正和

研修会場 マイドームおおさか  
第1・第2会議室  
(大阪市中央区本町橋2-5)

身体活動

同志社大学 石井好二郎

### 第2期

#### テーマ

申込み期間：11月1日(土)～11月30日(日) 保健指導演習 りんくう総合医療センター 増田大作

対面研修日程：12月7日(日)

喫煙

(公社) 地域医療振興協会 地域医療研究所 中村正和

研修会場 たかつガーデンB2Fアジサイ  
(大阪市天王寺区東高津町7-11)

行動変容

帝京大学大学院 福田吉治

※対面研修の日時、研修会場の詳細は

本研修専用サイトをご確認ください。<https://ikusei.site/>

