

食生活改善指導担当者研修及びセルフメディケーションアドバイザー研修

日次	月日	内容	時間 (H)	講師	時間 (休憩含)
第1日	11月 27日(土)	オリエンテーリング		事務局	9:00~9:15
		社会環境の変化と健康課題	1.0	吉田達生	9:15~12:30
		健康づくり施策	1.0	医師	(休15分)
		生活習慣病とその対策	1.0		
		生活指導と健康に影響する生活環境要因	1.0	徳永京子	13:15~15:55
		個人の健康課題への対処行動(保健行動)	1.5	保健師	(休10分)
第2日	11月 28日(日)	ストレスとその関連疾患及びストレスの気付きへの援助	2.5	徳永京子 保健師	9:30~12:10 (休10分)
		個別・集団の接近技法	3.0		13:00~16:15 (休15分)
第3日	12月 4日(土)	ライフステージ、健康レベル別健康課題と生活指導	2.5	吉岡文子 管理栄養士	9:30~12:10 (休10分)
		栄養・食生活の基礎知識及び今日的課題と対策	3.0		13:00~16:10 (休10分)
第4日	12月 5日(日)	食行動の変容と栄養教育	1.5	ダニエル純子 管理栄養士	9:00~12:15 (休15分)
		ライフステージ、ライフスタイル別栄養教育	1.5		13:00~16:15 (休15分)
		健康教育の理念と方法	2.0		
		健康生活への指導プログラムの基礎知識と方法	1.0		
第5日	12月 11日(土)	メタボリックシンドロームに対する健康教育	2.0	宇野薫 管理栄養士	9:00~12:15 (休15分)
		口腔保護	1.0		徳永京子 保健師
		運動と健康のかかわり	1.5		
		意見交換(メタボリックシンドローム関連)	3.0		
第6日	12月 12日(日)	修了証授与、理解度テスト、みなさんご存知でしょうか「セルフメディケーション」		学長 村田正弘	9:00~12:00