

保健指導従事者のための スキルアップ研修会

～リピーター対策や糖尿病重症化
予防事業に生かす～

『心を動かす支援』

2026. 3. 2 MON

OPEN13:00 START13:20-16:40

会場 国立大学法人鹿屋体育大学
大学院棟 3階大講義室
鹿屋市白水町1番地

対象者 行政職員(市町村・保健所)
医療機関等の特定保健指導従事者
健康運動指導士

こんな方におすすめです！

- ✓ リピーター対策に手詰まりを感じている方
- ✓ いつもワンパターンの指導になりがちの方
- ✓ 説明力に自信のない方
- ✓ 運動指導に自信のない方
- ✓ 効果的な運動指導を実施したい方

オンラインも同時開催
申込みはQRコードから⇒



会場
定員 **100** 名

締切: 2月13日(金)

主催 県民健康プラザ健康増進センター・鹿屋体育大学スポーツイノベーション機構ヘルス・スポーツプロモーション部門

13:20～

『心を動かす支援』

講師: 坂根直樹 氏

京都医療センター臨床研究センター 予防医学研究室 室長



対象者と信頼関係を築くには、
保健指導前の事前準備に加え、
かつ説明力を養う必要があります。

また、支援者自身の性格タイプ
を知り、なおかつ対象者の性格
タイプを理解してアプローチできる
と保健指導の幅が広がります。

みなさんが具体的なアプローチ
方法を理解し、保健指導のスキル
アップにつながるようお伝えします。

15:00～

『生活習慣病による運動時の 循環応答と栄養』

講師: 石澤 里枝氏

鹿屋体育大学講師 専門 運動栄養学(管理栄養士)



糖尿病や高血圧によって引き
起こされる運動時の異常な循環
応答(心血管疾患を招く)と、その
予防のための食事について、
わかりやすくお伝えします。

『特定保健指導における運動 支援の実際』(実技)

講師: 中垣内真樹氏

鹿屋体育大学教授 ヘルス・スポーツプロモーション部門長



運動の効果や方法など支援者の
みなさんが、具体的な運動支援が
できるよう、実技を通してお伝え
します。

注: 実技は会場参加者のみ WEB配信なし

問い合わせ先

県民健康プラザ健康増進センター

☎ 0994-52-0052

✉ smile1@kenpura.com