

# <尾張会場>

## 令和4年度愛知県健康づくりリーダーバンク登録研修会(標準コース)

1日目	2日目	3日目
9/3 (土)	9/18 (日)	9/30 (金)
【会場】一宮市：神山公民館	【会場】小牧市：まなび創造館	【会場】犬山市：犬山市民交流センターフロイデ
9:45 受付	9:45 受付	9:45 受付
10:00 *開講式 (オリエンテーション含む) さあ、はじめよう！健康づくり  あいち健康の森健康科学総合センター 10:45 研修会担当 深澤 卓矢	10:00 *飲酒・睡眠・喫煙について  あいち健康の森健康科学総合センター 保健師 佐々木 伸一 10:40	10:00 *教室を計画してみよう！  あいち健康の森健康科学総合センター 研修会担当 深澤 卓矢
小休憩	小休憩	11:00 小休憩
10:55 *愛知県における 健康づくりの取り組み  愛知県保健医療局健康医務部 健康対策課 11:30	10:50 *次世代に向けた健康づくり  あいち健康の森健康科学総合センター 健康教育課 石川 裕哲 11:30	11:10 広げよう！健康づくりの輪  あいち健康の森健康科学総合センター 指導者養成課  ※市町村の保健師、 連協の支部長を交えて
小休憩	小休憩	12:30 閉講式
11:40 *生活習慣病とメタボリックシンドローム ～私のデータからみた健康づくり～  あいち健康の森健康科学総合センター 12:20 保健師 佐々木 伸一	11:40 *健康づくりリーダーに 期待すること  愛知県健康づくりリーダー連絡協議会 会長 加藤 宣子 12:10	12:50
昼食	昼食	
13:10 *お口の中の健康づくり  あいち健康の森健康科学総合センター 歯科衛生士 永田 千里 13:40	13:00 *健康寿命を延ばす秘訣 ～介護予防を考える～  あいち健康の森健康科学総合センター 13:30 健康運動指導士 井村 聡仁	
小休憩	小休憩	
13:50 *健康づくりと身体活動  あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 井村 聡仁 14:30	13:40 さあ！からだを動かそう① ～ストレッチ編～  あいち健康の森健康科学総合センター 14:20 運動指導員 深澤 卓矢	
小休憩	小休憩	
14:40 *安全に運動するために  あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 井村 聡仁 15:10	14:30 さあ！からだを動かそう② ～有酸素運動編～  あいち健康の森健康科学総合センター 15:10 健康運動指導士 井村 聡仁	
小休憩	小休憩	
15:20 *健康づくりと食事  あいち健康の森健康科学総合センター 管理栄養士 倉田 和来 16:00	15:20 さあ！からだを動かそう③ ～筋力トレーニング編～  あいち健康の森健康科学総合センター 16:00 運動指導員 深澤 卓矢	

※1単位＝1カリキュラム(広げよう！健康づくりの輪については2単位)

※全18単位のうち、7割(13単位)以上の受講が必要です。

※「\*」がついたカリキュラムは、通信型での受講も可能です(録画配信)。

※研修会終了後に臨地実習を実施予定。

※受講にあたっては、直近で受診した健診結果が必要になります。

# <プラザ会場>

## 令和4年度愛知県健康づくりリーダーバンク登録研修会(標準コース)

1日目	2日目	3日目
10/8 (土)	10/22 (土)	10/28 (金)
【会場】 プラザホール	【会場】 プラザホール	【会場】 プラザホール
9:45 受付	9:45 受付	9:45 受付
10:00 * 開講式 (オリエンテーション含む) さあ、はじめよう！健康づくり  あいち健康の森健康科学総合センター 研修会担当 深澤 卓矢	10:00 * 健康づくりと食事  あいち健康の森健康科学総合センター 管理栄養士 倉田 和来	10:00 * 次世代に向けた健康づくり  あいち健康の森健康科学総合センター 健康教育課 石川 裕哲
10:45 小休憩	10:40 小休憩	10:40 小休憩
10:55 * 愛知県における健康づくりの取り組み  愛知県保健医療局健康医務部 健康対策課	10:50 * 飲酒・睡眠・喫煙について  あいち健康の森健康科学総合センター 保健師 佐々木 伸一	10:50 * 健康寿命を延ばす秘訣 ～介護予防を考える～  あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 井村 聡仁
11:30 小休憩	11:30 小休憩	11:20 小休憩
11:40 * 生活習慣病とメタボリックシンドローム ～私のデータからみた健康づくり～  あいち健康の森健康科学総合センター 保健師 佐々木 伸一	11:40 * 健康づくりリーダーに期待すること  愛知県健康づくりリーダー連絡協議会 会長 加藤 宣子	11:30 * 教室を計画してみよう！  あいち健康の森健康科学総合センター 研修会担当 深澤 卓矢
12:20 保健師 佐々木 伸一	12:10	12:30
昼食	昼食	昼食
13:10 * お口の中の健康づくり  あいち健康の森健康科学総合センター 歯科衛生士 永田 千里	13:00 さあ！からだを動かそう① ～ストレッチ編～  あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 深澤 卓矢	13:20  広げよう！健康づくりの輪  あいち健康の森健康科学総合センター 指導者養成課
13:40 小休憩	13:40 小休憩	
13:50 * 健康づくりと身体活動  あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 井村 聡仁	13:50 さあ！からだを動かそう② ～有酸素運動編～  あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 井村 聡仁	※市町村の保健師、 連協の支部長を交えて
14:30 小休憩	14:30 小休憩	14:40
14:40 * 安全に運動するために  あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 井村 聡仁	14:40 さあ！からだを動かそう③ ～筋力トレーニング編～  あいち健康の森健康科学総合センター 運動指導員 深澤 卓矢	閉講式
15:10	15:20	15:00

※1単位＝1カリキュラム(広げよう！健康づくりの輪については2単位)

※全18単位のうち、7割(13単位)以上の受講が必要です。

※「\*」がついたカリキュラムは、通信型での受講も可能です(録画配信)。

※研修会終了後に臨地実習を実施予定。

※受講にあたっては、直近で受診した健診結果が必要になります。

# <西三河会場>

## 令和4年度愛知県健康づくりリーダーバンク登録研修会(標準コース)

1日目	2日目	3日目
1/14 (土)	1/28 (土)	2/9 (木)
【会場】豊田市若林交流館	【会場】豊田市若林交流館	【会場】岡崎市図書館交流館プラザ
9:45 受付	9:45 受付	9:45 受付
10:00 *開講式 (オリエンテーション含む) さあ、はじめよう！健康づくり あいち健康の森健康科学総合センター 10:45 研修会担当 深澤 卓矢	10:00 *健康づくりと食事 あいち健康の森健康科学総合センター 管理栄養士 倉田 和来 10:40	10:00 *次世代に向けた健康づくり あいち健康の森健康科学総合センター 健康教育課 石川 裕哲 10:40
小休憩	小休憩	小休憩
10:55 *愛知県における 健康づくりの取り組み 愛知県保健医療局健康医務部 健康対策課 11:30	10:50 *飲酒・睡眠・喫煙について あいち健康の森健康科学総合センター 保健師 佐々木 伸一 11:30	10:50 *健康寿命を延ばす秘訣 ～介護予防を考える～ あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 井村 聡仁 11:20
小休憩	小休憩	小休憩
11:40 *生活習慣病とメタボリックシンドローム ～私のデータからみた健康づくり～ あいち健康の森健康科学総合センター 12:20 保健師 佐々木 伸一	11:40 *健康づくりリーダーに 期待すること 愛知県健康づくりリーダー連絡協議会 会長 加藤 宣子 12:10	11:30 *教室を計画してみよう！ あいち健康の森健康科学総合センター 研修会担当 深澤 卓矢 12:30
昼食	昼食	昼食
13:10 *お口の中の健康づくり あいち健康の森健康科学総合センター 歯科衛生士 永田 千里 13:40	13:00 さあ！からだを動かそう① ～ストレッチ編～ あいち健康の森健康科学総合センター 13:40 運動指導員 深澤 卓矢	13:20 広げよう！健康づくりの輪 あいち健康の森健康科学総合センター 指導者養成課 ※市町村の保健師、 連協の支部長を交えて
小休憩	小休憩	
13:50 *健康づくりと身体活動 あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 井村 聡仁 14:30	13:50 さあ！からだを動かそう② ～有酸素運動編～ あいち健康の森健康科学総合センター 14:30 健康運動指導士 井村 聡仁	14:40
小休憩	小休憩	
14:40 *安全に運動するために あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士 井村 聡仁 15:10	14:40 さあ！からだを動かそう③ ～筋力トレーニング編～ あいち健康の森健康科学総合センター 15:20 運動指導員 深澤 卓矢	閉講式 15:00

※1単位＝1カリキュラム(広げよう！健康づくりの輪については2単位)

※全18単位のうち、7割(13単位)以上の受講が必要です。

※「\*」がついたカリキュラムは、通信型での受講も可能です(録画配信)。

※研修会終了後に臨地実習を実施予定。

※受講にあたっては、直近で受診した健診結果が必要になります。