

令和5年度 学童期から思春期の健康づくり・生活習慣病予防研修 カリキュラム

【対象】愛知県内の小・中学校、高等学校、特別支援学校の教諭、養護教諭、栄養教諭、教育委員会職員
愛知県内の保健所・市町村保健行政職員 など

【開催方法】動画共有サービスを使用した動画配信による通信型研修

【配信期間】令和5年12月15日(金)～令和6年1月19日(金)

◆第1部 子どもの健康づくりに関する研修（計90分）

テーマ・講師	時間	内容
<p style="text-align: center;">ゲーム・ネットとの付き合い方</p> <p style="text-align: center;">愛知県医療療育総合センター中央病院 子どものこころ科(児童精神科) 部長 吉川 徹</p>	45分	スクリーンタイムの増加で、肥満や睡眠の問題などが指摘されています。ゲーム・ネットを楽しく賢く使いこなすためのルールの作り方、付き合い方などをお伝えします。
<p style="text-align: center;">学校場面におけるメンタルヘルスの早期介入</p> <p style="text-align: center;">愛知教育大学心理講座 准教授 鈴木 美樹江</p>	45分	不登校の児童生徒数は過去最多となっています。不登校のリスク要因を早期発見し、支援をすることが求められています。一次予防としての心理教育や三次予防としての自傷行為をする子どもへの寄り添い方などをお伝えします。

◆第2部 子どもの生活習慣病予防に関する研修（計60分）

テーマ・講師	時間	内容
<p style="text-align: center;">糖尿病を中心とした生活習慣病について 〈知識編〉</p> <p style="text-align: center;">あいち健康の森健康科学総合センター 医師 吉武姿子</p>	30分	近年、肥満傾向児の割合が増加しています。肥満傾向児の増加に伴い、2型糖尿病の小児も増加しています。糖尿病を中心に、生活習慣病の特徴や要因、進行、適切な対応などをお伝えします。
<p style="text-align: center;">睡眠(生活リズム)の改善に向けて 〈実践編〉</p> <p style="text-align: center;">あいち健康の森健康科学総合センター 健康教育課 大脇花奈</p>	30分	短時間睡眠と肥満発症との有意な関連を示す報告は数多くあります。愛知県内の子どもたちの生活習慣に関する最新データ、睡眠(生活リズム)改善に向けたチェックシートや目標設定などのアプローチ方法を紹介します。