

# 大阪府特定保健指導 実施者育成研修会

## 受講者募集



基礎コース(オンライン研修)と実践コース(対面研修)があります。

### 基礎コース

(オンライン研修 / 座学)



ガイドラインを  
踏まえた  
基礎的な知識を  
習得できます。

#### 内容

特定保健指導の基本的な考え方や  
ガイドラインに基づく基礎知識を、  
動画で学習します。

※ 令和6,7年度の動画と同じ内容になります。

#### 対象

資格制限等を設けておりません。  
健康づくりに関心のある方は、  
どなたでもご参加いただけます。

#### 形式

オンライン(動画視聴)

※ 自分のペースで受講可能です。

### 実践コース

(対面研修)



ロールプレイ等を  
実施することで  
実践力を養います。

#### 内容

ロールプレイ等を通じて  
特定保健指導の実践力を養います。

※ 対面研修を7割以上修了された方には  
修了証を発行いたします。

※ 必ず基礎コース(オンライン研修)も受講をお願いいたします。

#### 対象

・ 特定保健指導実施者  
(医師、保健師、管理栄養士、看護師等)

・ 特定保健指導実施予定者

※ 概ね実務経験3年以上経験者を想定した内容を行います

#### 形式

対面研修

※ 対面研修は、大阪市内で行います。  
詳細は本研修専用サイトをご確認ください。

お問合せ・詳細

お申込み方法

専用アドレス  
jimukyoku@ikusei.site

研修専用サイト  
<https://ikusei.site/>

令和8年度  
大阪府特定保健指導実施者育成研修  
WEB申込みフォームから ▶



# 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8年8月3日(月)~令和9年2月27日(土)

**動画配信日程** 令和8年8月3日(月)~令和9年2月28日(日)

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連した最新の知見等  
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

### 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

### 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



## 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

申込み期間：8月1日(土)~9月7日(月) 研修会場：マイドームおおさか  
対面研修日：9月28日(月) 8階 第1・第2会議室(大阪市中央区本町橋2-5)

第2期

申込み期間：10月1日(木)~10月30日(金) 研修会場：グランキューブ大阪(大阪府立国際会議場)  
対面研修日：11月16日(月) 12階 1202(大阪市北区中之島5丁目3-51)

第3期

申込み期間：11月1日(日)~11月30日(月) 研修会場：エル・おおさか(大阪府立労働センター)  
対面研修日：12月12日(土) 本館6階 大会議室(大阪市中央区北浜東3-14)

### テーマ/講師

- 保健指導演習 / 株式会社三井住友銀行 増田 大作
- 喫煙 / (公社) 地域医療振興協会 地域医療研究所 中村 正和
- 食生活 / 大阪大学大学院医学系研究科 馬殿 恵

※各期ともテーマと講師は同じになります

※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/>

