

開催日:2018年 8月25日(土)・26日(日)

会 場:女子栄養大学駒込キャンパス小講堂



8月25日(土)

**基調講演** **メンタルヘルスとストレスコーピング(ストレス対処行動)**

座長: 川田 智恵子先生 NPO 法人日本健康教育士養成機構理事長

講師: 五十嵐 千代先生 東京工科大学医療保健学部教授

**実践** **ストレスコーピング(対処)の実践**

アロマで心身の緊張をほぐし、こころの安定とやすらぎを得るヨガの実践

講師: 久米 喜代美先生 桜美林大学健康福祉学群助教

**シンポジウム** **学校・職域・地域におけるこころの健康づくり**

座長: 川口 毅先生 昭和大学客員教授

**1.学校におけるこころの健康づくり**

講師: 浅田 和子先生 元習志野市立第六中学校校長  
現習志野市立第五中学校教育相談員

**2.職域におけるこころの健康づくり**

講師: 飯島 美世子先生 東京工科大学産業保健実践研究センター客員教授  
労働者健康安全機構産業保健アドバイザー

**3.地域におけるこころの健康づくり**

講師: 清水 洋子先生 東京女子医科大学教授

8月26日(日) **ワークショップ**

学校・職域・地域の領域別にグループ毎に心の健康づくりの現状と問題点について  
ディスカッションしグループ毎に発表する。

効果的な支援ができる実践能力を身につけていきます。

**資格更新に関わる単位**

(公財)健康・体力づくり事業財団 財団認定番号 186232

講義 4.3 単位、実習 6.1 単位認定

NPO法人日本健康教育士養成機構 更新単位 4 単位

【お問合せ】NPO法人日本健康教育士養成機構研修担当 (Tel: 049-283-2317)

女子栄養大学保健管理学研究室内 E-mail: npohe@eiyo.ac.jp <http://www.eiyo.ac.jp/jheto/>

主催: NPO法人日本健康教育士養成機構

後援: 一般社団法人日本健康教育学会、健康教育士の会

サマーセミナー2018 健康教育に興味・関心のある皆様へ

# 学校・職域・地域におけるこころの健康づくり

「ストレスに気づき如何に対処したらよいのか」

## 基調講演 **メンタルヘルスとストレスコーピング(ストレス対処行動)**

講師 **五十嵐 千代先生** 東京工科大学 医療保健学部教授

座長 **川田 智恵子先生** NPO法人日本健康教育士養成機構理事長



お申し込みはコチラ↑

## サマーセミナーの概要

現在、イキイキとした生涯を送るためのさまざまな「こころの健康」対策が試みられています。学校では「いじめ防止基本方針」の意義について、職域のメンタルヘルスとストレスチェック制度について、深く理解して共有する必要があります。さらに「地域包括ケアシステム」が構築され、住み慣れた地域で安心して生活が送れる社会の実現を目指すために様々な取り組みが行なわれ始めました。

今年度は「こころの健康づくり」の現状と課題について専門家にお話頂き、シンポジウムでは学校、職域・地域における取り組みについて話題提供していただきます。その後、グループに分かれ、現在の複雑な社会における新たな課題を明らかにするために、総合保健（包括医療）の第1次予防に力点をおいた取り組みと支援について意見交換をし、より効果的にストレスに対処する能力を身に付けることを目的とします。

第1日目：8月25日（土）（予定）

10：00～12：10 オリエンテーション・基調講演  
実践ストレスコーピング（対処）の実践  
12：10～13：00 昼食  
13：00～15：30 シンポジウム（質疑・応答）  
15：30～16：00 ワークショップについて  
16：00～16：45 休憩10分・ワークショップ①  
17：10～ 懇親会（松柏軒レストラン）

第2日目：8月26日（日）（予定）

9：45～12：00 オリエンテーション・ワークショップ②  
12：00～12：50 昼食  
12：50～13：50 ワークショップ③  
13：50～14：00 休憩  
14：00～15：30 グループ発表  
15：40～16：00 休憩10分・総括  
閉講式（修了証書授与）

【募集人数】 100名（定員になり次第締切とさせていただきます）

【受講料】 10,000円【参加費、資料代含】1日のみ受講7,000円懇親会費5,000円（25日懇親会17：10～19：10）

NPO法人日本健康教育士養成機構社員、資格更新者、一般社団法人日本健康教育学会会員  
8,000円【参加費、資料代含】◎1日のみ受講者5,000円、 懇親会費5,000円

学生受講料（学生証提示）5,000円（参加費、資料代含）1日のみ3,000円・懇親会費5,000円

【認定単位】 実践健康教育士・（専門・実践）健康教育士更新単位：4単位を認定（2日間）

\*健康運動指導士、健康運動実践指導者更新単位 講義4.3単位、実習6.1単位認定（2日間）

【更新をご希望の方は、事前に必ず当事務局にお問い合わせ下さい】

★昼食は各自ご持参下さい。

【留意事項】当日は参加者の受講状況等写真撮影をさせて頂くことをご了承ください。参加申込FAX用紙~~は~~切8月10日（金）

ふりがな		ご参加の日程等に○印を付けてください。
氏名		参加日： a.両日 b. 1日目のみ c. 2日目のみ 懇親会： a.参加 b.不参加
所属 （勤務先） 他	所属： 下記の該当するところに○印をつけてください。 健康教育士、医師、看護師、保健師、養護教諭、管理栄養士・栄養士、歯科衛生士、社会福祉士、理学療法士、介護士、健康運動指導士・健康運動実践指導者（登録番号記載： ）、 労務担当者、学生、教員、その他（ ）	
ご連絡先	勤務先・自宅（どちらかに○をしてください。個人情報の取り扱いには厳重に配慮いたします） 住所〒 TEL： FAX： E-mail： （必ずご記入ください。メール通信をさしあげます）	

【申込・振込先】 〒350-0288 埼玉県坂戸市千代田3-9-21 女子栄養大学 保健管理学研究室内  
特定非営利法人 日本健康教育士養成機構 研修担当 TEL049-283-2317 FAX049-284-2861

E-mail: npohe@eiyo.ac.jp

[\[オンライン申し込みはここをクリック\]](#)

振込先: ゆうちょ銀行（口座番号 記号 10100 62691281 加入者名: 特定非営利活動法人日本健康教育士養成機構）