

# 2025年度保健指導担当者研修会<基本編・実践編>オンライン 開催要領

## 趣 旨

本研修会は、厚生労働省から示された「研修ガイドライン」（改定版）に準拠し、保健指導実施者に必要な知識と技術を修得することを目的とします。

当プログラムは、基本編と実践編から構成し、基本編では、e ラーニングにより、第4期特定健診・特定保健指導の見直しのポイントと保健指導において保健指導実施者に求められる共通の知識を修得、続く実践編では、実務者を対象に演習（事例検討）を主とした実践型のプログラムからなります。

主 催 公益社団法人日本栄養士会

## 1 基本編（e ラーニング）

開講期間 2025年6月1日（日）～2026年3月31日（火）

受講期間 每月1日～当月末（1か月間）

受講方法 e ラーニング（オンデマンド配信）

受講資格 管理栄養士・栄養士（他職種の受講可）

## 内 容

（1）効果的な特定保健指導の実施に向けて（45分）

厚生労働省保険局医療介護連携政策課医療費適正化対策推進室長 長江 翔平

（2）特定健診・特定保健指導の理解～行動変容に関する理論と実践～（45分）

日本栄養士会副会長 鈴木 志保子

（3）保健指導プログラムの主な変更点～食生活指導のポイント～（60分）

淑徳大学看護栄養学部栄養学科 講師 坂口 景子

（4）食生活に関する指導技術～食事のタイミングについて～（60分）

国立健康・栄養研究所臨床栄養研究センター栄養代謝研究室 室長 吉村 英一

（5）身体活動・運動に関する指導技術（60分）

早稲田大学スポーツ科学学術院スポーツ科学部 教授 宮地 元彦

（6）喫煙に関する指導技術（60分）

公益社団法人地域医療振興協会

ヘルスプロモーション研究センターセンター長 中村 正和

（7）アルコールに関する指導技術（60分）

久里浜医療センター 精神科 医師 瀧村 剛

（8）睡眠に関する指導技術（60分）

東洋大学健康スポーツ科学部栄養科学科 准教授 吉崎 貴大

参加定員 上限なし

受講料 13,200円（税込）（日本栄養士会会員割引価格 6,600円（税込））

申込方法 （公社）日本栄養士会ホームページよりお申込みください

申込締切 受講期間の前月20日まで（土日祝の場合にはその前後）

生涯教育単位 実務研修 生活習慣病の発生予防と重症化予防 21-101 講義5単位

## 2 実践編・事前学習 (e ラーニング)

開講期間 2025年12月1日（月）～2026年1月31日（土）

受講期間 毎月1日～当月末（1か月間）

受講方法 e ラーニング（オンデマンド配信）

受講資格 「基本編」修了者のうち管理栄養士・保健師

内 容

(1) 保健指導に関する栄養教育（90分）

① 対象者が安心する 接遇5原則

② 対象者に応じたコミュニケーション

③ 対象者に応じた栄養教育 アセスメント編

④ 対象者に応じた栄養教育 行動科学の活用編

神奈川県立保健福祉大学 栄養学科 保健福祉学研究科 教授 五味 郁子

(2) 個人目標の設定・エネルギー収支計算（60分）

(3) 栄養補給と行動計画の考え方（60分）

公益社団法人日本栄養士会 副会長 鈴木 志保子

参加定員 上限なし

受講料 6,600円（税込）（日本栄養士会会員割引価格 3,300円（税込））

申込方法 （公社）日本栄養士会ホームページよりお申込みください

申込締切 受講期間の前月20日まで（土日祝の場合にはその前後）

生涯教育単位 実務研修 生活習慣病の発生予防と重症化予防 21-101 講義2単位

## 3 実践編・ライブ研修（オンライン研修）

開講期間 2026年2月11日（水・祝）／ 10:00～16:30（入室受付 9:30～9:50）

受講方法 ライブ研修（Zoomを利用したライブ配信）

受講資格 「実践編・事前学習（e ラーニング）」修了者

内 容 （※一部変更となる場合もあります。）

◆事前課題（詳細は受講確定後にご案内いたします。）

◆当日

(1) 第1部（10:00～12:00）

エネルギー調整のポイント

講師：公益社団法人日本栄養士会 副会長 鈴木 志保子

(2) 第2部（13:00～16:30）

①講義

②ロールプレイ

③ロールプレイ振り返り

④相談会

講師：あいち健康の森健康科学総合センター 管理栄養士 中村 誉

テイク・ケアカンパニー 管理栄養士 久武 啓子

参加定員 上限なし

受講料 6,600円（税込）（日本栄養士会会員割引価格 3,300円（税込））

申込方法 （公社）日本栄養士会ホームページよりお申込みください

申込締切 2025年12月24日（水）

## 生涯教育単位 実務研修 生活習慣病の発生予防と重症化予防 21-201 演習 1 単位

問合せ先 (公社) 日本栄養士会 保健指導担当者研修係

E-mail : [ida\\_elearning@dietitian.or.jp](mailto:ida_elearning@dietitian.or.jp) ／ TEL : 03-5425-6555

### ●お申込みにあたりご確認いただきたいこと

- 本会からのご連絡はマイページご登録のメールアドレス宛に差し上げます。会員以外の方へは、お申込みにご登録いただくメールアドレス宛に差し上げます。ご登録のメールアドレスが有効な状態か、事前にご確認ください。
- 修了証の発行には、e ラーニングによる講義受講の完了（講義の全視聴・確認テスト合格・アンケート回答等）が条件となります。
- 受講期間終了後、事務局にて受講状況を確認の上、1か月以内に該当単位を付与いたします。
- お申し込み後のキャンセルはお受けできかねます。また、既納の受講料は原則としてお返しいたしません。何卒ご了承ください。
- 領収書が必要な方は、クレジットカード決済または Web コンビニ決済完了後に送られるメールに記載されている URL より発行ください。会員の方はマイページからも発行いただけます。

### ●受講にあたっての注意事項

公益社団法人日本栄養士会プライバシーポリシー (<https://www.dietitian.or.jp/privacy/>) および利用規約 (<https://www.dietitian.or.jp/terms/>) をご確認のうえ、受講ください。

- (1) セミナー動画は、本会が手配する動画配信サービスを利用して閲覧できる形で提供させていただきます。受講期間内であれば、いつでも視聴いただけます。ただし、受講期間の変更・延長及び再配信はお受けできかねます。
- (2) お使いの PC 等のセキュリティ設定、ネットワーク混雑等の問題により、快適に受講いただけない場合があります。受講者の環境に起因して受講時のトラブルが生じた場合には、本会は責任を負いかねますのでご了承ください。
- (3) 配信するセミナー動画は、受講者のみの視聴を前提としています。受講者以外の方と一緒に視聴されたり、セミナー動画のアドレスを第三者に提供したりすることは厳にお控えください。また、本講義の動画、画像、音声、文書等は著作権法で保護されています。本講義の動画、画像、音声、文書等を著作権者の事前許諾なしに、複製、公衆送信、頒布、改変、他のウェブサイトに転載するなどの行為は一切禁止します。
- (4) 受講者が「e ラーニングによる受講」を利用するためには必要な通信機器、ソフトウェア、通信回線の利用料金、その他これらに付随して必要となる経費は、受講者の負担とします。
- (5) ライブ研修は、有線 LAN を利用しての受講を推奨いたします。周囲の音が入ってしまう環境の場合は、ヘッドセットをご利用ください。受講者側のパソコン等の機器環境、通信障害等により受講が中断、中止となった場合は、本会は一切の損害を負いかねます。予めご了承ください。

## <e ラーニング推奨環境について>

以下の推奨環境外での動作は保証できませんのでご注意ください。

### (1) パソコンの推奨環境

2Ghz 以上の CPU、メモリ 2GB 以上、Video メモリ 256MB 以上の PC

対応ブラウザは Chrome84 以降、Edge79 以降、Safari13 以降、Firefox78 以降になります。

また、配信する動画の画質×2 倍程度のネットワーク速度を必要とします。

### (2) スマートフォン・タブレットの推奨環境

iPhone 6s (ios 13) 以上の Safari、Android 6 以上の Chrome に対応しております。

※推奨環境外の場合、ログイン時に警告メッセージが表示されることがあります。メッセージが表示された場合、推奨環境を満たす端末やブラウザで再度ログインしてください。

※スマートフォン・タブレットをご利用の場合、キャリアの 4G 回線を使っての学習が可能です。ただし、一部のコンテンツ（動画等）については、大きな通信データ量を必要とする場合があります。その場合、学習中にキャリアの通信制限が発生する可能性があるため、なるべく Wi-Fi 環境などでご利用いただくことを推奨しています。