

特定保健指導の実施にかかる運動指導担当者研修 開催のご案内

財団法人健康・体力づくり事業財団

平成21年度の標記研修会を下記により開催いたしますので、ご案内申し上げます。

この研修会は6科目カテゴリー（別紙参照）計147時間の研修を全て受講していただく必要があります。

受講を希望される方は、下記によりお申し込みくださいますようよろしくお願い申し上げます。

なお、健康運動指導士養成講習会と同時に実施しておりますが、この研修を全て受講されても健康運動指導士認定試験受験資格は与えられませんので申し添えます。

開催要領

1 目的

この研修は、特定健康診査及び特定保健指導の実施に関する基準（平成19年厚生労働省令第157号）第7条第1項第2号及び第8条第1項第2号の規定に基づき、厚生労働大臣が定める「運動指導に関する専門的知識及び技術を有すると認められる者」を養成することを目的とします。

2 研修内容

平成20年厚生労働省告示第10号別表第2に掲げる14分野147時間

（注：裏面カリキュラムは90分を1単位で表記しております。）

3 受講対象 看護師、栄養士、歯科医師、薬剤師、助産師、准看護師、理学療法士

4 申込方法

受講申込書に保有する免許状の写し等を添付して、下記の送り先まで郵送（配達記録扱い・当日消印有効）してください。

前期申込受付期間：平成21年2月16日（月）～3月5日（木）まで

後期申込受付期間：平成21年8月14日（金）～8月31日（月）まで

送り先：財団法人 健康・体力づくり事業財団

〒105-0001港区虎ノ門1-25-5虎ノ門34MTビル6F TEL 03-3591-7159 FAX 03-3591-7187

5 受講者の決定

受講申込書等を確認の上、上記3の受講対象と認められる場合には、受講者と決定し、本人あて通知します。ただし、会場の都合により、多数の申込みがあった場合は、抽選で受講者を決定しますのでご了承願います。

6 開催期間、会場等 別紙をご参照ください。（履修方法につきましては順次ご案内申し上げます。）

7 受講料 21万6千円（テキスト代を含む。）

8 修了証書の授与

研修の全課程（6科目カテゴリー）を修了した方には、修了証書が授与されます。

なお、病気、事故等により研修課程の一部を平成21年度内に修了できなかった場合は、次年度以降の研修機会において、欠けている単位を修得することは可能ですが受講料は、別途申し受けます。

9 その他

(1) 実習科目がありますので循環器系等に異常のない健康な方が対象です。また、実習科目の履修ができませんと修了と認めませんのであらかじめご了承ください。

(2) この研修のうち「D実習」を含む合計49.5時間以上の修了が確認されますと健康運動実践指導者受講資格に該当する医療職種の方には健康運動実践指導者認定試験受験資格を付与します。詳細につきましては、研修期間中にご案内いたします。

カリキュラム

	分野	範囲	単位数	
			講義	実習
A	運動生理学	呼吸器系と運動	1	
		循環器系と運動(1)(2)	2	
		神経系と運動(1)(2)	2	
		骨格筋系と運動(1)(2)	2	
		内分泌系と運動	1	
		運動中の基質・エネルギー代謝(疲労を含む)	1	
		運動と免疫能	1	
		高温環境と運動	1	
	水中環境と運動	1		
	運動障害と予防	内科的障害と予防(1)(2)	2	
		外科的傷害 上肢	1	
		外科的傷害 下肢(膝を含む)	1	
	救急処置	救急蘇生法(1)(2)	1	1
		外科的処置(1)(2)	1	1
栄養摂取と運動	食生活と健康運動	1		
	消化と吸収の機構・栄養素の機能と代謝	1		
	身体活動量の定量法とその実際(1)(2)	1	1	
	栄養・食事アセスメント(低栄養対策を含む)	1		
			23	3

	分野	範囲	単位数		
			講義	実習	
B	健康づくり施策概論	健康づくり施策	1		
		運動基準・運動指針	1		
		生活習慣病と運動疫学	1		
	生活習慣病(成人病)	メタボリックシンドローム	1		
		肥満症	1		
		高血圧症(1)(2)	2		
		脂質異常症(1)(2)	2		
		糖尿病(1)(2)	2		
		虚血性心疾患(1)(2)	2		
	骨粗鬆症	1			
				14	

	分野	範囲	単位数	
			講義	実習
C	運動プログラムの管理	服薬者の運動プログラム作成上の注意	1	
	運動負荷試験	運動負荷試験の実際	1	
	運動行動変容の理論と実際	運動行動変容の理論と実際(1)(2)(3)	2	1
			4	1

	分野	範囲	単位数	
			講義	実習
D 講義	機能解剖とバイオメカニクス (運動・動作の力源)	関節運動と全身運動	1	
		身体構造と力学的運動要因、骨格筋の力特徴	1	
		陸上での運動・動作各論(歩行)	1	
		水泳・水中運動	1	
	健康づくり運動の理論	トレーニング概論	1	
		筋力と筋量増強のトレーニング条件とその効果	1	
		全身運動によるエアロビックトレーニング	1	
		女性の体力・運動能力の特徴とトレーニング	1	
	体力測定と評価	体力と運動能力(構成要素)・体力構成要素の測定法	2	
			10	

	分野	範囲	単位数	
			講義	実習
D 実習	体力測定と評価	フィールドテストの実習 中年者(1)(2)		2
		高齢者の体力測定法(1)(2)		2
		身体組成の測定		1
	健康づくり運動の実際	ストレッチングと柔軟体操の実際		1
		ウォーミングアップとクーリングダウン		1
		ウォーキングとジョギング(1)(2)		2
		エアロビックダンス(1)(2)		2
		水中・水泳運動(1)(2)		2
		静的レジスタンストレーニング		1
		動的レジスタンストレーニング		1
健康産業施設等現場実習(10)		10		
			25	

	分野	範囲	単位数	
			講義	実習
E	運動プログラムの管理	健診結果の読み方及び効果判定(1)(2)	2	
		運動のためのメディカルチェックの重要性	1	
		心電図の基礎と記録法(安静時心電図の読み方)	1	
		運動プログラム作成の理論(1)(2)	2	
	生活習慣病(成人病)に対する適切な運動療法 (プログラム作成実習)(1)~(6)		6	
運動負荷試験	運動負荷試験実習		2	
		6	8	

	分野	範囲	単位数	
			講義	実習
F	運動と心の健康増進	心の健康論	1	
		健康づくり運動とカウンセリング	1	
		ストレスアセスメントと対処法	2	
		(喫煙問題を含む)(1)(2)		
		4		

科目カテゴリー	区分	会場	コード番号	講習期間	定員	会 場		
A	前期	京都会場	1022	2009年7月5日(日)～2009年7月10日(金)	100名	京都テルサ 京都市南区		
		福岡会場	1014	2009年4月25日(土)～2009年4月30日(木)	100名	福岡県中小企業振興センター 福岡市博多区		
	後期	東京会場	1031	2009年10月31日(土)～2009年11月5日(木)	130名	戸山サンライズ 新宿区戸山		
		大阪会場	1043	2009年12月3日(木)～2009年12月8日(火)	120名	大阪YMCA国際文化センター 大阪市西区		
B	前期	東京会場	2021	2009年4月30日(木)～2009年5月3日(日)	200名	TKP代々木ビジネスセンター 渋谷区代々木		
			2031	2009年7月21日(火)～2009年7月24日(金)	200名	TKP代々木ビジネスセンター		
		京都会場	2012	2009年4月13日(月)～2009年4月16日(木)	120名	京都テルサ		
		大阪会場	2043	2009年8月4日(火)～2009年8月7日(金)	300名	大阪YMCA国際文化センター		
		福岡会場	2054	2009年8月10日(月)～2009年8月13日(木)	300名	福岡県中小企業振興センター		
	後期	東京会場	2081	2009年12月22日(火)～2009年12月25日(金)	200名	TKP代々木ビジネスセンターほか 決定後HPに掲載		
			2101	2010年2月7日(日)～2010年2月10日(水)	200名	TKP代々木ビジネスセンターほか 決定後HPに掲載		
		大阪会場	2073	2009年12月9日(水)～2009年12月12日(土)	200名	大阪YMCA国際文化センター		
		愛知会場	2065	2009年11月16日(月)～2009年11月19日(木)	200名	愛知県産業労働センター 名古屋市中村区		
		広島会場	2096	2010年1月16日(土)～2010年1月19日(火)	120名	アステールプラザ 広島市中区		
		C	前期	東京会場	3021	2009年5月4日(月)	350名	砂防会館別館 千代田区平河町
					3041	2009年7月25日(土)	250名	TKP代々木ビジネスセンター
京都会場	3012			2009年4月12日(日)	200名	京都テルサ		
大阪会場	3053			2009年8月3日(月)	300名	大阪YMCA国際文化センター		
福岡会場	3034			2009年5月11日(月)	200名	福岡県中小企業振興センター		
	3064		2009年8月9日(日)	200名	福岡県中小企業振興センター			
後期	東京会場		3091	2009年12月26日(土)	300名	東京又は埼玉(予定) 決定後HPに掲載		
			3111	2010年2月11日(木)	250名	東京又は埼玉(予定) 決定後HPに掲載		
	大阪会場		3083	2009年12月13日(日)	300名	大阪YMCA国際文化センター		
	愛知会場		3075	2009年11月15日(日)	200名	愛知県産業労働センター		
	広島会場	3106	2010年1月20日(水)	120名	アステールプラザ			
D 講義	前期	東京会場	4031	2009年7月26日(日)～2009年7月29日(水)	250名	TKP代々木ビジネスセンター		
		京都会場	4012	2009年5月11日(月)～2009年5月14日(木)	120名	京都テルサ		
		福岡会場	4024	2009年5月12日(火)～2009年5月15日(金)	120名	福岡県中小企業振興センター		
	後期	東京会場	4051	2009年11月21日(土)～2009年11月24日(火)	130名	鉄鋼会館 中央区日本橋		
		大阪会場	4073	2010年2月5日(金)～2010年2月8日(月)	130名	大阪YMCA国際文化センター		
		愛知会場	4065	2010年1月28日(木)～2010年1月31日(日)	130名	愛知県産業労働センター		
広島会場	4046	2009年11月20日(金)～2009年11月23日(月)	120名	アステールプラザ				
D 実習	前期	東京会場	5011	2009年6月3日(水)～2009年6月9日(火)	120名	東京体育館ほか 決定後HPに掲載 ※6/7は休講		
			5031	2009年7月15日(水)～2009年7月20日(月)	120名	東京体育館ほか 決定後HPに掲載		
		京都会場	5042	2009年8月4日(火)～2009年8月9日(日)	120名	コスバ京都市リサーチパーク 京都市下京区ほか		
		福岡会場	5024	2009年7月14日(火)～2009年7月19日(日)	120名	福岡県中小企業振興センター		
	後期	東京会場	5061	2010年1月19日(火)～2010年1月24日(日)	130名	東京体育館予定		
		大阪会場	5073	2010年1月21日(木)～2010年1月26日(火)	130名	大阪YMCA国際文化センター		
		愛知会場	5085	2010年2月11日(木)～2010年2月16日(火)	130名	愛知学院大学 愛知県日進市		
広島会場	5056	2009年12月15日(火)～2009年12月20日(日)	120名	広島市東区スポーツセンター 広島市東区				
E	前期	東京会場	6011	2009年5月5日(火)～2009年5月9日(土)	130名	戸山サンライズほか 決定後HPに掲載		
			6051	2009年7月30日(木)～2009年8月3日(月)	130名	戸山サンライズほか 決定後HPに掲載		
		京都会場	6022	2009年6月3日(水)～2009年6月7日(日)	120名	京都テルサ		
			6042	2009年7月26日(日)～2009年7月30日(木)	120名	京都テルサ		
	福岡会場	6034	2009年6月10日(水)～2009年6月14日(日)	200名	福岡県中小企業振興センター			
	後期	東京会場	6081	2010年1月8日(金)～2010年1月12日(火)	130名	戸山サンライズ		
		大阪会場	6063	2009年11月20日(金)～2009年11月24日(火)	130名	大阪YMCA国際文化センター		
		愛知会場	6075	2009年12月19日(土)～2009年12月23日(水)	130名	愛知学院大学		
岡山会場		6096	2010年2月11日(木)～2010年2月15日(月)	120名	川崎医療福祉大学 岡山県倉敷市			
F	前期	東京会場	7011	2009年4月29日(水)	120名	TKP代々木ビジネスセンター		
			7051	2009年8月4日(火)	120名	鉄鋼会館		
		京都会場	7032	2009年6月8日(月)	120名	京都テルサ		
			7042	2009年7月31日(金)	120名	京都テルサ		
	福岡会場	7024	2009年5月10日(日)	200名	福岡県中小企業振興センター			
	後期	東京会場	7081	2010年1月13日(水)	130名	戸山サンライズ		
		大阪会場	7063	2009年11月25日(水)	130名	大阪YMCA国際文化センター		
		愛知会場	7075	2009年12月24日(木)	130名	愛知学院大学		
		岡山会場	7096	2010年2月16日(火)	120名	川崎医療福祉大学		

※会場・講習時間が変更となる場合があります。※会場の詳しい地図等については受講決定の際にご案内します。

※本表の定員は健康運動指導士養成講習会の定員を含んでおります。

養成講習会開催期間

前期

申込受付期間 平成21年2月16日(月)～平成21年3月5日(木)

4月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

東京会場

5月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

京都・大阪会場

6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

福岡会場

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

後期

申込受付期間 平成21年8月14日(金)～平成21年8月31日(月)

10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

東京会場

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

大阪会場

12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

愛知会場

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

岡山・広島会場

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

カテゴリー

A

B

C

D講義

D実習

E

F

7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

※3日のCカテゴリー、4~7日のBカテゴリーは大阪会場です。

9月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

1月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

※11~15日のEカテゴリー、16日のFカテゴリーは岡山会場です。

3月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

※受付年月日
※整理番号
※受講番号

特定保健指導の実施にかかる運動指導担当者研修

受講申込書

※枠内に写真をお貼りください

※欄には記入しないこと

ふりがな									
氏名 (生年月日等)	(昭和 年 月 日 生 満 歳 男・女)								
住所	〒						電話： - -		
勤務先	名称			所属部署					
	所在地 〒						電話： - -		
最終学歴	学校名			学部・学科等名		昭和 年 卒業	平成 年 修了		
保有する資格 ○を付してください	看護師	栄養士	歯科医師	薬剤師	助産師	准看護師	理学療法士		
連絡先等	連絡先としてどちらか○を付してください			E-Mail:					
	自宅 勤務先			携帯電話:					
講習希望会場等 (開催スケジュール のコード番号参照)		A	B	C	D-講義	D-実習	E	F	
	コード		+		+		+		+

特定保健指導の実施にかかる運動指導担当者研修を受講したいので上記により申し込みます。
なお、私は、循環器及び運動器に疾患もなく健康な状態であるので、すべての実習を受講できます。

平成 年 月 日

財団法人健康・体力づくり事業財団

理事長 殿

氏名

印

- (注) 1 この申込書は、財団法人健康・体力づくり事業財団(〒105-0001港区虎ノ門1-25-5虎ノ門34MTビル6F TEL 03-3591-7159 FAX 03-3591-7187)が実施する標記研修の申込に際しコピーしてご使用ください。
- 2 申込書に次の書類を添付してください。
- ①保有する資格を証明するもの(免許状の写し)
 - ②申込者の住所、氏名を記載し、90円切手を貼付した長形3号封筒(受講決定通知の送付用)
- 3 配達記録郵便でお送りください。