

# 平成19年度 滋賀県メタボリックシンドローム予防専門研修

## 実施案内

1. 目的	急速な高齢化が進む中、住民の健康づくりは重要な課題となっており、住民一人ひとりが健やかに安心して暮らせる活力ある社会を築くためには、単に病気の早期発見や治療にとどまるのではなく、健康を増進し、発病を予防する一次予防が重要である。特に生活習慣病予防の中でも放置するとさまざまな合併症を引き起こす糖尿病とメタボリックシンドロームについての知識を身につけ、的確な判断と分析により栄養・運動の両面から生活習慣の改善を促せるプログラム作成が行える人材を育成する。
2. 実施主体 実施機関	滋賀県 財団法人 滋賀県健康づくり財団
3. 研修期間	平成19年8月26日～平成19年12月27日
4. 研修場所	滋賀県立県民交流センター(ピアザ淡海) びわこ成蹊スポーツ大学 他
5. 対象者	県内に在住または勤務をされている健康運動指導士・管理栄養士・保健師
7. 研修内容	・講義 「健康づくりの現状と施策の動向」 「生活習慣病とメタボリックシンドローム」「糖尿病と合併症」 「健診と保健指導の役割」 「栄養の基礎知識」「糖尿病と食事療法」 「身体の仕組みと運動」「運動による疾病予防・改善の効果」 「整形外科的障害と予防」 「ストレッチング・レジスタンストレーニング・エアロビクスエクササイズ概論」など
	・演習・実技 「食事指導演習」「運動プログラム作成」 「総合個別プログラム作成」 ストレッチ・ウォーキング・レジスタンストレーニングなど
8. 修了証	一定単位修了者には 厚生労働省「医師、保健師、管理栄養士等に行う実践者育成プログラム修了証」を発行いたします
9. 参加費	無料
10. 申込方法	(1) 申込書に必要事項を記入の上、申し込みください ・受講申込書(様式1) 1部 申込書は財団ホームページよりダウンロードできます (2) 申込先 財団法人 滋賀県健康づくり財団 健康づくり推進部 「メタボリックシンドローム予防専門研修」担当宛 〒520-0801 大津市におの浜 4-4-5
11. 問合せ	財団法人 滋賀県健康づくり財団 健康づくり推進部 「メタボリックシンドローム予防専門研修」担当宛 〒520-0801 大津市におの浜 4-4-5 TEL077-525-2733

