

内臓脂肪に着目した 健康づくり支援セミナー

※「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です

花王では、長年取り組んできた「内臓脂肪と暮らしに関わる研究」から得た知見を、社員と家族の健康づくりに活用しています。この取り組みを皆様と共有することで、地域や職域の健康増進・健康経営の推進にお役立ていただきたいと考えております。

「専門職向け講座」と「人事・健康管理ご担当者向け講座」の2種類をご用意しました。

立場にあわせてぜひご視聴ください。

セミナー動画のご案内

8年連続で「健康経営銘柄」の認定を受けた花王の「健康づくり」「健康経営」の取り組みを花王の現場担当者がお伝えします。

専門職向け

(保健師、管理栄養士、栄養士、看護師等)

- 内臓脂肪に着目した保健指導 **10分**
- 内臓脂肪をためない食事の「質」 **10分**

人事・健康管理ご担当者向け

- 内臓脂肪に着目した健康推進 **10分**
- 事例紹介：花王の健康経営 **10分**

※お申込みいただくと、両方視聴できます

対象 人事、健康管理ご担当者、保健師、管理栄養士、栄養士、看護師等

定員 300名

参加費 **無料**

主催：花王株式会社

開催協力事務局：一般社団法人 日本家族計画協会

配信期間 2022年6月27日(月)～10月17日(月)

視聴方法 オンデマンド配信(eラーニング)
※日本家族計画協会への無料会員登録が必須となります

お申し込み・その他詳細は本会HPまで

www.jfpa.or.jp

または右記で検索

※FAXによるお申し込みは受け付けておりません



特典

動画視聴後、アンケートに回答すると、**専門職向け「スマート和食マスター講座」(花王主催)**への受講料割引(3,000円引)あり。

※人事・健康管理ご担当者の方は、自社の専門職の方に適用できます



専門職向け「スマート和食マスター講座」(花王主催)のご案内は裏面に。
明日からの保健指導にお役立ていただける実践方法を習得できます。

「スマート和食」 マスター講座

食事を“減らす”“抑える”という指導が対象者に響かなくなってきたとお感じの方へ…。
「スマート和食」は、食事の“時間”と“質”という新しい切り口のポジティブ指導法です。
本講座では最新の栄養代謝研究に基づく「スマート和食」の理論から、集団・個別の指導法までを習得。さらに具体的な教材やツールを用いた演習で実践力を高めます。
明日からの保健指導にお役立てください。



配信期間

各回 180分程度

eラーニング

第19回 9月2日(金)～12日(月)

第20回 11月4日(金)～14日(月)

※第19回と第20回は同じ内容になります。ライブ配信ではありません

お申し込み・その他詳細は本会HPまで

www.jfpa.or.jp

または右記で検索



※FAXによるお申し込みは受け付けておりません

内容

- ① 内臓脂肪と「スマート和食」開発について
- ② 「スマート和食」の考え方と実践
- ③ 個別支援に用いる方法 **演習付**

対象 管理栄養士、栄養士、保健師、看護師

定員 各回60名

参加費 18,000円(税込) ※保健指導ツールの提供あり

主催 花王株式会社

開催協力事務局 一般社団法人 日本家族計画協会

特典 修了者には修了証を授与
保健指導や健康講座に活用できる
スマート和食指導教材を提供 (一部有料)

◀指導教材例

スマート和食活用での保健指導

食事の量より「質」に着目

↓

3つの比

▲

オメガ3

脂質

▼

▲

タンパク質

脂質

▼

▲

食物繊維

糖質

▼

効果にエビデンス

↓

減らすではなく
「選ぶ」「変える」
対象者が受け入れやすい

※「スマート和食」は花王株の登録商標です

講師

小島 美和子(おしま みわこ) 有限会社クオリティライフサービス代表取締役/
花王株式会社 研究員(ヘルス&ウェルネス研究所・生物化学研究所) ※敬称略

女子栄養大学卒業。現在、企業・自治体での健康管理サービス、保健指導者向け教育サービス、食品・健康サービス事業者へのコンテンツ企画・開発サービス、栄養指導メソッドの提供など、食の現場でQOLを高める食生活プロデュース事業を展開。また、厚労省特定保健指導の実践的指導実施者育成プログラム開発ワーキングメンバーや中央災害防止協会の産業栄養指導専門研修等、各種研修会での講師や執筆活動、ラジオ・TVなどでも活動中。