

平成 26 年度健康づくり指導者研修会

「健康支援事業(睡眠)研修会」実施要項

- 1 目 的 「健康づくりのための睡眠指針 2014」が厚生労働省より出された。その中では、若年・勤労・熟年各世代へのメッセージが盛り込まれ、健康づくりに資する睡眠の確保を目指している。健康の土台を作る睡眠について、科学的知見に基づく指針の理解を深め、睡眠を保健事業として広めるための事例等を学ぶことで、健康づくりの専門職としての資質向上を目指す。
- 2 対象者・定員 市町村・保健所・医療保険者・民間事業所等の保健師、栄養士、健康運動指導士その他健康づくり関係者等
40名
- 3 日 時 平成 26 年 12 月 4 日（木） 13：00～16：00
- 4 場 所 茨城県立健康プラザ 2F 健康づくり研修室
- 5 内 容 等

講 義 内 容	時 間
講義：『健康づくりのための睡眠指針 2014』について 講師：厚生労働省健康局がん対策・健康増進課 野田 博之	13：10～14：10
講義：「睡眠を保健事業としていかに広めるか」 講師：東邦大学 看護学部 看護学科 教授 尾崎 章子	14：20～15：20
事例発表：「龍ヶ崎市における睡眠に関する保健事業の取り組み」 発表者：龍ヶ崎市保健センター 主幹保健師 中村 恵子	15：30～16：00

- 6 申込み方法 参加希望者は、別紙様式により、下記あて FAX で 11 月 25 日(火)までにお申込みください。
- 7 問い合わせ先 茨城県立健康プラザ 健康づくり情報部 益子
〒310-0852 水戸市笠原町 993-2
TEL 029-243-4215
FAX 029-244-4852

別紙様式

FAX 送信書

平成 26 年度健康づくり指導者研修会

「健康支援事業(睡眠)研修会」 申込書

施設・団体名等	
住 所	
電話番号	
F A X 番号	

所 属(課名等)	氏 名	役職名	職 種

※ 受講希望者は、11月25日(火)までにFAXでお申し込みください。

※ 定員になり次第締切らせていただきます。お断りする場合のみFAXでご連絡致します。

◆ 茨城県立健康プラザ 健康づくり情報部 益子

F A X : 029-244-4852