《令和7年度》

働く人のウェルビーイング向上に！

健康づくり推進スタッフ養成研修

事業場における労働者の健康保持増進のための指針において「事業場内の推進スタッフ」の活動を統括・コーディネートするノウハウを学ぶ研修です。

本研修では、睡眠、口腔健康、飲酒他、健康づくりに関する基本知識や、健康づくり活動の計画作成など、事業場の健康づくりを進めるうえで必要な知識を学びます。

本研修の修了者は、「健康づくりマネジャー」の名称で指導者登録できます。

開催日・会場

第1回 2025年 6月 10日(火)～ 11日(水) 東 京
第2回 2025年 10月 21日(火)～22日(水) 東 京
第3回 2025年 12月 4日(木)～ 5日(金) 大 阪
第4回 2026年 2月16日(月)～17日(火) 東 京

標準カリキュラム

■動画事前学習(4.5時間／視聴期間14日間)

- 睡眠教育
- 食生活と健康
- 口腔健康
- 禁煙支援
- 飲酒

■現地受講　集合研修(2日間)

1日目 (9:20～17:05)

- 働く人の健康づくりの動向
- 運動・身体活動を通じた腰痛・転倒対策
- 企業の事例紹介
- 参加者相互の情報交流

2日目 (9:30～17:10)

- 行動科学理論を活かした健康支援
- 働く場でできる運動・身体活動
- 健康づくりのABC
  ～職場にあった健康づくりをデザインする～

※都合によりカリキュラム等を一部変更する場合があります。

対象者

職場の健康づくりを推進する方
人事・労務担当者
衛生管理者等の産業保健スタッフ　等

参加費

- 賛助会員　42,570円
- 一　般　47,300円

※資料代、消費税含む

取得単位

健康運動指導士・健康運動実践指導者
登録更新認定講習会　講義:9単位　実習:3単位

＜お客様の声＞

- 健康について体系的に学ぶことができました
- 施策を立案中なので、大変助かりました
- 企業事例が参考になりました

▶▶▶お申し込みはホームページから

お問い合わせ先　中央労働災害防止協会　中災防 健康スタッフ　検索

東　京：健康快適推進部企画管理課　TEL 03-3452-2517
大　阪：大阪労働衛生総合センター健康快適推進室　TEL 06-6448-3840