

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

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。

養成研修

職場で健康づくりに携わる方に、食生活、身体活動、睡眠、休養、口腔保健等の基本的な知識を学んでいただくための研修です。健康づくりが働く人の安全やパフォーマンス向上にも貢献することを理解し、健康づくり計画の企画、集団プログラムの作成、個人へのアプローチの方法など企業内で健康づくりを進めるための内容を網羅しております。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 2026年 8月 4日(火)～ 5日(水) 東京

第2回 2026年 10月 20日(火)～ 21日(水) 東京

第3回 2026年 12月 10日(木)～ 11日(金) 大阪

第4回 2027年 2月 16日(火)～ 17日(水) 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：近畿・大阪安全衛生総合サービスセンター

TEL 06-6448-3840