

健康マスター・エキスパート資格取得者限定

健康マスター検定協会

# [健康マスター・普及認定講師] 第20回資格取得講座のご案内

健康寿命は、のばせる。

# 健検<sup>TM</sup>

日本健康マスター検定

日本健康生活推進協会では、この国の「健康リテラシー」向上に向けた様々な活動を行っておりますが、その一環として、「健康マスター・普及認定講師制度」を創設し、そのために、より実践的な講座を開催しております。

対象となるのは「健康マスター・エキスパート」取得者。現在の有資格者は、763名に達しております。検定により習得した健康知識をどう伝え、実際の健康行動にどう結びつけるのか、その実践的なノウハウを学んでいただき、所定の課程修了者は「健康マスター・普及認定講師」に認定し、職場や地域での健康普及啓発活動を当協会としてご支援いたします。

**【日程】2023年5月27日(土) 13:00▶17:00(予定)**

**WEB会議システムによるオンライン講座(ZOOMを使用)**

対象	「健康マスター・エキスパート」取得者
認定講師の有効期間	認証後、2年間。資格更新には、eラーニング講座の受講・修了が必要となりますが、初回資格更新後は、4年間有効。「健康マスター・エキスパート」の資格も同時更新されます。
講座受講料	33,000円(税込)※パートナー企業社員(住友生命、メディカルHDグループ、NECネットエスアイグループ)の方には、特別価格を適用。
特典	本資格取得者には、後日、講師活動に使用できる講演データ(講師の講義データ)をご提供します。

## 講座内容

(\*敬称略)

### 1 主催者挨拶、オリエンテーション

日本健康生活推進協会 専務理事  
中島 順

### 2 講義

#### ① “わかれば・かわる・うごく”

「健康マスター検定」制度と公式テキストに基づくポイント(60分) 日本健康生活推進協会 常務理事

- ①健康リテラシー向上の今日的意義
- ②テキスト項目別(食事・運動・メンタル・新型コロナ対策など)の要点
- ③「自助・互助・公助・共助」で受講者に寄り添った解説
- ④受講者の理解と気づきを引き出す「講師力」の習得法

江木 佐織



#### ② 企業における「健康経営」の考え方と取組方法(70分)

- ①健康経営の基本的な考え方
- ②健康経営宣言一経営者の推進力
- ③健康経営と健康投資
- ④健康経営銘柄と健康経営優良法人制度

特定非営利活動法人 健康経営研究会 理事長  
岡田 邦夫



#### ③ 企業、地域の健康行動をいかに結びつけるか?「ヘルスプロモーション」 「ヘルスコーチング」の視点から(70分)

- ①企業、職域における健康意識クラスター
- ②健康意識、取り組み意欲の違いとアプローチ
- ③興味・関心へのアプローチ「ヘルス・プロモーション」
- ④健康行動の継続へのアプローチ「ヘルスコーチング」

株式会社スポーツ デイレクター  
里見 将史



### 3 講座修了テスト

詳細・お申し込みはWebで <https://kenken.or.jp/>

※お申し込み期間:23年3月31日(金)~5月2日(火)