

令和6年度 学童期から思春期の健康づくり・生活習慣病予防研修 カリキュラム

【対象】愛知県内の小・中学校、高等学校、特別支援学校の教諭、養護教諭、栄養教諭、教育委員会職員
愛知県内の保健所・市町村保健行政職員 など

【開催方法】動画共有サービスを使用した動画配信による通信型研修

【配信期間】令和6年12月20日(金)～令和7年1月31日(金)

◆健康づくり・健康増進編（計75分）

テーマ・講師	時間	内容
デジタル機器使用による眼への影響と予防策 国立成育医療研究センター 医師 吉田 朋世	30分	近年、ICT機器が広く普及され、日常生活から切り離せないものとなっています。 ICT機器利用による子どもの視機能への影響や、予防対策についてお伝えします。
子どものストレスマネジメント 桜美林大学心理・教育学系 准教授 小関 俊祐	45分	ストレスマネジメントの第1歩は、自分のストレスに気づくことです。 ストレスの対処方法や、セルフコントロールのすべを身につけるために、学校や保護者ができることなどをお伝えします。

◆小児肥満・生活習慣病予防編（計60分）

テーマ・講師	時間	内容
小児肥満・生活習慣病について あいち健康の森健康科学総合センター 医師 吉武 姿子	30分	学校保健統計調査によると、肥満傾向児の割合は男女ともに小学校高学年で最も高く、予防対策が重要です。 小児肥満及び生活習慣病の特徴や適切な対応方法などをお伝えします。
健やかな成長のために ～運動・食事・睡眠～ あいち健康の森健康科学総合センター 健康教育課 榎原 繁・倉田 和来	30分	愛知県内の小・中学生の生活習慣に関する状況をもとに、運動・食事・睡眠などについて、学校現場ですぐに取り入れることができるアプローチ方法をお伝えします。