

健康教育

表A 健康教育センター事業

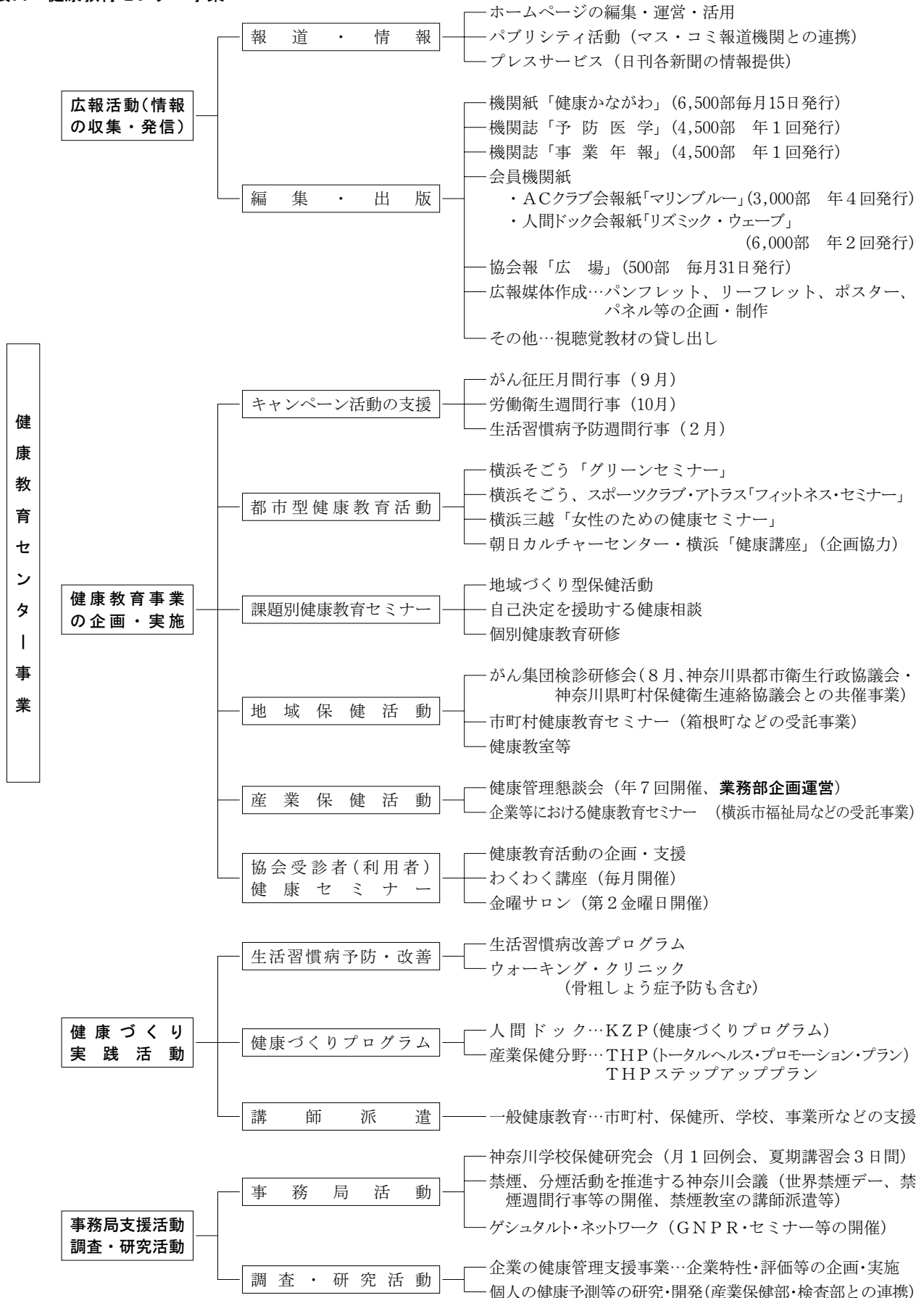


表1 健康教育実施数（集団教育）

区 分	回 数	区 分	回 数
産 業 保 健 分 野	107	協 会 施 設（受 診 者）分 野	174
保健婦による集団指導 労働衛生コンサルタント 健康管理懇談会 健康セミナー 運動指導 T H P	31 19 7 14 16 20	人間ドック運動指導 健康セミナー（わくわく講座） 運動療法教室（測定）	22 11 141
地 域 保 健 分 野	29	か ら だ と こ ろ の セ ミ ナ ー	20
がん集団検診研修会 健康セミナー 運動指導	1 16 12	全国健康教育セミナー からだところの健康教育セミナー 気づきのセミナー	3 2 15
都 市 型 分 野	114	そ の 他	103
グリーン・セミナー（横浜そごう） フィットネス・セミナー（横浜そごう, アトラス） 女性のための健康セミナー（横浜三越） 朝日カルチャーセンター	10 73 8 23	学校保健研究会 ゲシュタルトワークショップ	14 89
実 施 数 合 計		547	

表2 課題別健康教育セミナー

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
12年 6／27	* 個別健康教育研修・上級コース	岩手医科大学医学部教授 岡山 明	131
7／13－15	* 個別健康教育指導者養成研修・ 初級コース「糖尿病」	岩手医科大学医学部教授 岡山 明 和歌山県立医科大学助教授 坂田 清美 保健情報総合サービス㈱ 菱田加代子	65
7／24－26	* 個別健康教育指導者養成研修・ 初級コース「高血圧」	岩手医科大学医学部教授 岡山 明 横浜市立大学医学部学内講師 水嶋 春朔 滋賀医科大学福祉保健学 門脇 崇 保健情報総合サービス㈱ 菱田加代子	55
8／1－3	* 個別健康教育指導者養成研修・ 初級コース「高脂血症」	岡山大学医学部衛生学 高尾 総司 滋賀医科大学福祉保健学 渡辺 至 保健情報総合サービス㈱ 菱田加代子	81
7／28	食生活状況調査システム 「知食」講習会	保健情報総合サービス㈱ 石田 尚子 管理栄養士 森野 厚子	11
13年 3／9・10	地域づくり型保健活動	国立公衆衛生院・公衆衛生行政学部室長 岩永 俊博 国立公衆衛生院・看護学部 鳩野 洋子 東京都世田谷区玉川保健福祉センター 田中 良明	53
3／23・24	自己決定を援助する健康相談	ビーイングサポート・マナ主宰 村田 陽子	41 (うち1日 受講7人)

※*印研修会の実施主体は財団法人日本公衆衛生協会であり、当協会が研修会実施にあたって協力を行った。

――産業保健活動――

表3 健康管理懇談会(主催・県予防医学協会業務部)

月 日	テ ー マ	講 師	参加者 (団体)
12年 9/18	わかりやすい健康管理 ー事後措置の実践報告ー	東海大学健康科学部教授 河野 啓子 県予防医学協会保健相談室長 三角 政子	97 (87)
10/16	社員の健康管理を巡る法律問題	経営法曹会議常任幹事・弁護士 中町 誠	126 (114)
11/13	施設見学	株式会社 日立製作所 エンタープライズサーバ事業部	39 (32)
12/6	これからの健康管理活動 ー健康日本21と産業保健・個別健康指導のアプローチー	富士ゼロックス株式会社全社産業医 河野 慶三 神奈川県衛生部地域保健課技幹 柴田 則子	84 (70)
13年 1/16	メンタルヘルス	桜美林大学健康心理学科助教授 新田 泰生 神奈川県商工労働部主幹 鈴木 和彦	108 (87)
2/19	生活習慣病	関東労災病院内科部長 長谷川武志 東海大学名誉教授 五島雄一郎 神奈川県産業保健推進センター副所長 福島 路子	112 (98)
3/14	VDT作業者の健康管理	筑波大学医療技術短大医学博士 中石 仁	67 (59)

表4 横浜市福祉局「健康セミナー」

月 日	内 容	講 師	参加者
11/17 1/30 2/20	頸肩腕教室	健康運動指導士 渡部 江美 健康運動指導士 渡部 江美 鍼灸師 尾崎 仁則	15 11 13
11/9 1/16 2/14	腰痛教室	鍼灸師 尾崎 仁則 ヘルスケア・トレーナー 本田 結 健康運動指導士 渡部 江美	10 14 12
2/26	施設指導コース	理学療法士 松本 大士	7

表5 グリーン・セミナー「健康設計」(横浜そごうとの共催)

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
6/30	英国式 「アロマセラピー」	英国IFA認定 アロマセラピストディプロマ 雪江奈津代	20
7/22	腰痛・肩こり体操 I ー練功十八法ー (八王子そごう)	県予防医学協会・ヘルスケアトレーナー 本田 結	10
8/26	腰痛・肩こり体操 I ー練功十八法ー (八王子そごう)	県予防医学協会・ヘルスケアトレーナー 本田 結	10
フィットネス・セミナー 横浜そごうとスポーツクラブ「アトラス」との共催			
＊ヘルスカウセリング：県予防医学協会医師・井出 研 「アクアサイズ」：「健康づくりコース」 10回×4クール 「シェイプアップコース」 10回×4クール			

表6 三越女性のための健康セミナー(「横浜三越」との共催)

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
12年 4月4日	春のウォーキング健康法 ー舞岡公園ウォーキング	県予防医学協会 ヘルスケア・トレーナー 本田 結	29
6月26日	エニアグラムで自分を知る (1) ー自分を知ることで楽に生きられますー	国際エニアグラム・カレッジ ファシリテーター 後藤 節子	30
7月17日	エニアグラムで相手を知る (2) ーストレスをためない人付き合いのコツー	国際エニアグラム・カレッジ ファシリテーター 後藤 節子	30
9月25日	すっきり、しゃっきりツボ講座 ー家庭でできる指圧・マッサージ体験教室ー	あたた治療院院長 鍼灸・マッサージ・整体・指圧師 岡崎 洋一	20
10月17日	秋のウォーキング健康法 ー鎌倉湖ウォーキングー	県予防医学協会 ヘルスケア・トレーナー 本田 結	16
11月29日	リフレクソロジー入門講座 ー家庭でできる「足の裏」健康法ー	・英国IFA認定アロマセラピスト・ITECアロマセラピスト ・ITECリフレクソロジスト 雪江奈津代	34
12月18日	笑う門には病も寄りぬ ーいきいき人生は笑いからー	元東京都立府中病院院長 小野寺時夫	36
13年 2月19日	お肌からの若返り健康法「整膚(せいふ)」	整膚学園専任講師 松崎 洋子	44

表7 朝日カルチャーセンター・横浜「健康講座」(企画協力)

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
5/21 6/4 6/18	腰痛・肩こり予防解消講座 ー練功十八法を中心にー	県予防医学協会ヘルスケア・トレーナー 本田 結	10
6/26	医者が語る 医者の上手なかかり方・つきあい方	医学博士 米山 公啓	40
8/3	脳の治療・予防最前線 ー最新医学からみる脳のメカニズムー	湘南鎌倉病院脳神経外科部長 ナーブ・ケア・クリニック院長 石渡 祐介	28
8/20 9/3 9/17	腰痛・肩こり予防解消講座 ー練功十八法を中心にー	県予防医学協会ヘルスケア・トレーナー 本田 結	8
8/26 9/9	イメージ療法 ー癒しの力とリラクゼーションー	ヒューマンウェアネス研究所長 日本ホリスティック医学協会理事 菅原はるみ	25
9/7 9/14	こころの体操 ー元気の出るコツー	メンタルヘルス研究所代表 久保田浩也	18
10/16 10/30	リフレクソロジー ー英国式「足の裏」健康法ー	英国IFA認定アロマセラピスト ITECリフレクソロジスト 雪江奈津代	38
10/26 11/9	青少年の心の病理と家族関係	横浜心療クリニック院長 岩井 浩一 横浜臨床心理オフィス・臨床心理士 田中 順子	15
1/31 2/28 3/28	英国式「リフレクソロジー」	英国IFA認定アロマセラピスト ITECリフレクソロジスト 雪江奈津代	20
2/15 2/22	はじめての色彩心理 ー自分の心と体を元気にする色ー	ハート&カラー「色彩学校」講師 武田 綾子	22
2/26	『健康』という病い	医学博士 米山 公啓	18
3/30	脳神経外科医が語る 脳疾患予防最前線	磯子中央・脳神経外科病院院長 上田 慎介	38

—— キャンペーン事業 ——

表8 第24回がん集団検診研修会
(県都市衛生行政協議会＝会長・鎌倉市、県町村保健衛生連絡協議会＝会長・二宮町共催)

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
8/25	I. 「健康日本21」とがん対策 ーその考え方と市町村の役割ー ◆質疑応答・ディスカッション II. 神奈川県における子宮がん検診の30年間のまとめ ◆質疑応答・ディスカッション	I. 厚生省 保健医療局地域保健・健康増進栄養課課長補佐 北窓 隆子 II. 県予防医学協会・婦人検診部部长 岡島 弘幸	61

—— 健康づくり活動 ——

表9 わくわく講座（受診者健康教室）

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
12年 4月5日	春のウォーキング健康法 ー大岡川プロムナードお花見ウォーキングー	県予防医学協会 ヘルスケア・トレーナー 本田 結	15
5月9日	施設見学（相模ハム横浜工場） ー食生活に役立つ、おいしいハムのお話ー	相模ハム(株)横浜工場	42
5月26日	初夏のウォーキング健康法 ーくりはま花の国ー	県予防医学協会 ヘルスケア・トレーナー 本田 結	31
7月10日	すっきり、しゃっきりツボ講座 ー家庭でできる指圧・マッサージ体験講座ー	あたた治療院院長 岡崎 洋一	29
8月7日	リラクゼーション講座 ー心も体もこちよくー	県予防医学協会 健康教育センター 百武 正嗣	20
9月27日	秋のウォーキング健康法 ー散在ヶ池（鎌倉湖）森林公園ー	県予防医学協会 ヘルスケア・トレーナー 本田 結	26
10月25日	横浜・さとうのふるさと館（施設見学） ー上手に付き合う“砂糖”のお話ー	塩海港精糖株式会社	33
11月20日	生活習慣病予防講座 ー知っておきたい糖尿病のお話ー	北里大学内分泌代謝内科医師 高田 哲秀	24
12月7日	生活習慣病予防の調理実習講座 ー糖尿病の食事…カロリーのお勉強をいたしましょうー	県予防医学協会 保健相談室管理栄養士 安藤 梨香	20
13年 1月29日	皮膚がんとは ー特徴・症状・発見方法ー	内山皮フ科院長 内山 光明	33
2月26日	頭をほぐして、心をほぐす講座 ー心理テストとイメージトレーニングでストレス解消ー	県予防医学協会 健康教育センター 船崎 隆文	24
3月12日	整膚（せいふ） ーお肌からの若返り健康法ー	整膚学園専任講師 松崎 洋子	29

—— 地域保健活動 ——

表10 気づきのセミナー

月 日	内 容	対 象	参加者
7/14, 7/25, 7/28, 29, 30, 11/17, 18 3/30	気づきのセミナー	ヒューマン 東京都栄養士会 GNPR 神奈川県産業保健推進センター	88
4/14, 5/26, 7/30, 9/8, 10/13 12/15, 2/21, 3/26, 6/15, 29 8/7, 12/4, 1/15, 11/29, 12/6 12/14	リラクゼーション	あきら医院 和光市 わくわく講座 ウォーキング 相模原市 練馬区センター 秦野市 藤沢市 相模原市社協	313
10/27, 2/7	メンタルヘルス	キリンビール 小田原市	110
6/14, 21, 28, 6/23, 26, 10/26 9/28, 11/9	大学講座	太田看護学院 栃木県立衛生福祉大 早稲田大学 東海大生 産業医大学生	169

表11 箱根町いきいき健康セミナー

月 日	内 容	講 師	参加者
12/6	自分の健康状態をチェックする ①体力測定 ②生活状況調査 ③骨密度測定 ④練功十八法	県予防医学協会 ヘルスケアトレーナー 本田 結 県予防医学協会 保健婦 阿野 好恵 かながわ健康財団	38
12/20	生活習慣病の基礎知識を学習し、生活習慣改善の 必要性を理解する ①生活習慣病グループワーク ②練功十八法	県予防医学協会 ヘルスケアトレーナー 本田 結 県予防医学協会 保健婦 高橋 美世	28
13年 1/17	健康づくり運動の知識をもち、運動の目標を立てる ①健康づくり運動（基礎編） ②練功十八法	県予防医学協会 ヘルスケアトレーナー 本田 結	25
1/31	運動目標実践後のフォロー、目標修正 ①健康づくり運動（応用編） ②練功十八法	県予防医学協会 ヘルスケアトレーナー 本田 結	25
2/14	そばづくりを通して、食について考える ー自分の食生活を見直す「きっかけ」づくりー 調理実習とレクチャー	宮城野蕎麦打ち同好会 鈴木 秀治 県予防医学協会 管理栄養士 安藤 梨香	23
2/28	リラクゼーションを通して、ストレス解消について考える ①リラクゼーション（ストレス解消法：からだ からのアプローチ） ②練功十八法	県予防医学協会 健康教育センター 百武 正嗣 県予防医学協会 ヘルスケアトレーナー 本田 結	18
3/14	屋外でのウォーキング体験学習と温泉の効用について ①ウォーキングの実際（コースを歩く） ②温泉の効用（レクチャー）	県予防医学協会 ヘルスケアトレーナー 本田 結 県予防医学協会 保健婦 阿野 好恵	22
3/28	セミナーを振り返り、今後の健康の自己管理について 考える ①体力測定 ②練功十八法 ③まとめ（感想と自己目標の紹介）	県予防医学協会 保健婦 高橋 美世 県予防医学協会 保健婦 阿野 好恵 県予防医学協会 ヘルスケアトレーナー 本田 結	23

—— ワークショップ ——

表12 からだとこころのセミナー

月 日	テ ー マ	講 師	参加者
10/18	フェルデンクライス・メソッド	フェルデンクライス・メソッド・インストラクター ドロン・ナボン	11

表13 ゲシュタルト・ワークショップ(GNPR・ゲシュタルトネットワーク事務局)

プ ロ グ ラ ム	講 師 陣
◆気づきのレッスン ◆自己成長のための交流分析・ゲシュタルト ◆夢のワーク ◆気づきのトレーニング ◆ゲシュタルト・カウンセリング ◆心にとどくからだのレッスン	元サンフランシスコ・ゲシュタルト研究所所長 ポーラ・バトム博士 臨床心理士・ルーテル学院大学文学部教授 白井 幸子 心療内科医 俵 里英子 臨床心理士・元千葉県中央児童相談所所長 前田 茂則 カウンセラー 田中 幸治 元サンディエゴ国際大学心理学部長 ロイス・ブリエン博士 県予防医学協会 百武 正嗣