

別表 (健康保持増進措置を実施するスタッフ養成専門研修)

1 健康測定専門研修(スタッフの種類：産業医)

分野	範囲	時間
1 健康確保総論	(1) 労働衛生と労働衛生行政 (2) 健康確保施策の基本的考え方 (3) 健康保持増進措置の具体的内容	3.0
2 健康測定	(1) 運動負荷試験の実施方法 (2) 健康測定に基づく個人指導票の作成	4.5
3 運動の基礎科学	(1) 運動による身体の生理的变化	3.0
4 メンタルヘルスケア	ストレスとその関連疾患及びストレスの気づきへの援助	1.5
5 栄養指導	栄養・食生活の基礎知識及び今日的課題と対策	1.5
6 安全対策・救急処置	運動負荷試験実施時の安全対策	1.5
7 健康教育	(1) 健康教育の理念と方法 (2) 睡眠、喫煙、飲酒等	3.0
計		18.0

2 運動指導専門研修(スタッフの種類：運動指導担当者)

分野	範囲	時間
1 健康確保総論	(1) 労働衛生と労働衛生行政 (2) 健康確保施策の基本的考え方 (3) 健康保持増進措置の具体的内容 (4) 労働生活と健康	4.5
2 健康測定	(1) 運動負荷試験の基礎知識 (2) 血液生化学検査の基礎知識 (3) 運動機能検査の基礎知識と方法	4.5
3 運動の基礎科学	(1) 運動による身体の生理的变化 (2) 加齢による身体と運動効果の変化 (3) トレーニングの基礎知識と方法 (4) 運動の動機づけ及び継続の心理 (5) 現代人の健康問題	19.5
4 メンタルヘルスケア	(1) ストレスと関連疾患及びストレスコントロールの基礎知識 (2) 集団へのアプローチ法 (3) 面接相談の基礎知識と方法	6.0
5 栄養指導	(1) 栄養・食生活の基礎知識及び今日的課題と対策 (2) 健康づくりのための栄養と運動のかかわり	3.0
6 安全対策・救急処置	(1) 運動負荷試験実施時の安全対策 (2) 運動指導時の安全対策 (3) 代表的なスポーツ障害とその対策 (4) 運動時の救急処置	12.0
7 運動指導	(1) 健康づくりのための具体的な運動方法 (2) 運動プログラムの基礎知識と作成方法 (3) 運動指導の評価	58.5
8 健康教育	健康教育の理念と方法	3.0
9 研究討議	(1) 健康づくりの企画と運営 (2) 意見交換	6.0
計		117.0

3 運動実践専門研修(スタッフの種類：運動実践担当者)

分野	範囲	時間
1 健康確保総論	(1) 労働衛生と労働衛生行政 (2) 健康確保施策の基本的考え方 (3) 健康保持増進措置の具体的内容	3.0
2 健康測定	運動機能検査の基礎知識と方法	1.5
3 運動の基礎科学	運動による身体の生理的变化	1.5
4 メンタルヘルスケア	集団へのアプローチ法	1.5
5 栄養指導	栄養・食生活の基礎知識	1.0
6 安全対策・救急処置	運動時の救急処置	3.0
7 運動指導	(1) 健康づくりのための具体的な運動方法 (2) 運動プログラムの考え方	10.0
8 健康教育	健康教育の理念と方法	1.5
9 研究討議	意見交換	3.0
計		26.0

4 心理相談専門研修(スタッフの種類：心理相談担当者)

分野	範囲	時間
1 健康確保総論	(1) 労働衛生と労働衛生行政 (2) 健康確保施策の基本的考え方 (3) 健康保持増進措置の具体的内容	3.0
2 メンタルヘルスケア	(1) ストレスとその関連疾患及びストレスの気づきへの援助 (2) 心身医学及び産業精神医学 (3) メンタルヘルスケアの基礎知識と方法	9.0
3 健康教育	健康教育の理念と方法	1.5
4 研究討議	意見交換	4.5
計		18.0

5 産業栄養指導専門研修(スタッフの種類：産業栄養指導担当者)

分野	範囲	時間
1 健康確保総論	(1) 労働衛生と労働衛生行政 (2) 健康確保施策の基本的考え方等 (3) 健康保持増進措置の具体的内容	3.0
2 メンタルヘルスケア	(1) 集団へのアプローチ法 (2) 面接相談の基礎知識と方法	4.0
3 栄養指導	(1) 栄養指導の基礎知識と方法 (2) 健康づくりのための栄養と運動のかかわり	5.0
4 健康教育	(1) 健康教育の理念と方法 (2) 食生活と口腔保健	3.0
5 研究討議	意見交換	3.0
計		18.0

6 産業保健指導専門研修(スタッフの種類：産業保健指導担当者)

分野	範囲	時間
1 健康確保総論	(1) 労働衛生と労働衛生行政 (2) 健康確保施策の基本的考え方 (3) 健康保持増進措置の具体的内容	3.0
2 運動の基礎科学	運動と健康のかかわり	1.5
3 メンタルヘルスケア	(1) ストレスとその関連疾患及びストレスの気づきへの援助 (2) 集団へのアプローチ法 (3) 面接相談の基礎知識と方法	4.5
4 栄養指導	栄養・食生活の基礎知識及び今日的課題と対策	1.5
5 健康教育	(1) 健康教育の理念と方法 (2) 健康生活への指導プログラムの基礎知識と方法 (3) 口腔保健	6.0
6 研究討議	(1) 意見交換	1.5
計		18.0