

## シリーズ 脱メタボリックシンドローム大作戦 第3弾

# 「成功・失敗例から分かったメタボ対策」 — 保健指導の工夫次第で、 行動変容はできる! —

いつのまにか出てきた「おなか」。別に病気もないのと思う本人の自覚をどう促し、対策ができるのか。☆基調講演ではメタボ解消の実践指導を再現しながら、個人への保健指導が会社を元気にする秘訣についてご紹介します。☆パネルディスカッションでは、当法人の“脱メタボ大作戦”の具体例を通し、運動・食事・生活指導の細やかな方法論をつかんでいただきます。健康管理業務の実務者に、事業の企画運営法、そして指導のノウハウをご紹介するセミナーです。

◎ 日時 平成19年 **10月22日** (月) 13:00～16:00 (開場12:30)

◎ 場所 全電通ホール [東京都千代田区神田駿河台3-6 TEL 03-3219-2211]

◎ 定員 420名 (先着順受付) ◎事前のお申込が必要です。詳しくは裏面をご覧ください。

参加費  
無料

### ◆ 基調講演 ◆ 「メタボ解消—さらに会社の元気につながる保健指導」



講師 **石川 雄一** 日本ヘルスサイエンスセンター 代表

医師。広島県出身。自治医科大学を昭和53年卒業後、病院・保健所で僻地医療に従事。ハーバード大学で行動科学・医学教育を研究し、独自の健康学習理論を確立。医療関係者審議会専門委員、医師試験委員(厚生労働省)などを務める。医学の枠を超えた健康を目指し、講演活動を積極展開。著書に、「新保健医療への行動科学的アプローチ」(日本ヘルスサイエンスセンター刊)など多数。

### ◆ パネルディスカッション ◆ 「3ヶ月間の保健指導“脱メタボ大作戦”を事例として」

モデレーター **阿保 由起** (やさしさいっぱい医師)

モデレーター **秋元 順子** (元気あふれる熱血保健師)

パネリスト **須賀 厚子** (笑顔でふれあう管理栄養士)

パネリスト **小椋 佳恵** (からだもこころも動かす健康運動指導士)

パネリスト “脱メタボ大作戦”保健指導体験参加者 2名

アドバイザー **石川 雄一**

◆ イスに座ってエクササイズ ◆ 指導:(株)ルネサンス

◆ 主催 ◆

医療法人社団 **こころとからだの元氣プラザ** / 健康事業総合財団 [財団法人東京顕微鏡院]

◎特別協賛 = 株式会社ルネサンス