

健康なこころとからだを持ち続けるために

こどもたちが、今もこれからもこころとからだの健康課題（例えば、肥満ややせ、見た目に対する不満等）を予防し解決できるようになることをめざして。

テーマ：ボディイメージと健康を考える

ワークショップ

開催日時：2026年7月25日（土）13：30～16：30（180分）

開催場所：千里ライフサイエンスセンター：大阪

参加費：無料 定員：60名（応募者多数の場合は追加日程も検討）

対象者：養護教諭、栄養教諭、一般教諭、健康教育に関わる学校園教職員、医療福祉関係者、行政関係、学生（医療関係者養成校）他

プログラム

- ・ワークショップ開催にあたって 医師 位田 忍（大阪母子医療センター）
- ・基調講演1 こども時代の生活習慣が大人のからだを決定するを知ろう ～どのように子供たちに伝えていくか、内科医からの提案～ 医師 金子 至寿佳（日本赤十字社和歌山医療センター）
- ・基調講演2 成長曲線の活用 医師 原 光彦（和洋女子大学）
- ・事例紹介1 ボディイメージ教育の取り組み事例（仮）教員 中岡 正年（和歌山大学教育学部附属小学校）
- ・事例紹介2 セミナーを受講して～成長曲線を活用した授業実践～（仮）
栄養教諭 二宮 美代子（王寺町立王寺南義務教育学校 前期）
- ・意見交換（グループ討議）
- ・閉会の挨拶 和田 勝行（日本学校保健会）

オンデマンドセミナー

開催日時：2026年8月1日（水）～12月31日（木）

開催方法：WEBオンデマンドセミナー

参加費：無料

対象者：養護教諭、栄養教諭、一般教諭、健康教育に関わる学校園教職員、医療福祉関係者、行政関係、学生（医療関係者養成校）他

プログラム（各講演 15分）

【基礎編】

- ・オンデマンドセミナーの開催にあたって 医師 位田 忍（大阪母子医療センター）
- ・女性の低体重/低栄養症候群（FUS）とは？ 医師 田村好史（順天堂大学）
- ・子どもの“元気が回る”からだをどう育てるか
—食事・運動・睡眠とエネルギー循環の視点から— 保健師 吉澤 裕世（順天堂大学）
- ・みんなが健康になる食事 管理栄養士 西本 裕紀子（大阪母子医療センター）
- ・自尊感情を育てる 医師 田中 恭子（順天堂大学）

【応用編】

- ・実践報告1 広告やソーシャルメディアが与える影響と対処法（仮） ユニリーバー
- ・実践報告2 児童生徒の健康増進のために保健師として支援できること 保健師 唐津 恵実（茨木市教育総務部保健給食課）
小中学生から始める健康づくり～地域の保健師が学校と連携した健康教育の実践紹介～
保健師 三木 稚子（茨木市健康医療部健康づくり課）
- ・実践報告3 他職種との連携 栄養教諭 山西 奈津子（京田辺市立田辺小学校）

● プログラムは、個別にご視聴いただけます。ご質問はホームページで受付、回答いたします。

アーカイブセミナー（オンデマンド）

2025年度オンデマンドセミナー全講演をアーカイブ放映いたします。詳細は裏面をご確認ください。

HPアドレスまたはQRコード先から、お申し込みください。

<https://plaza.umin.ac.jp/jsspn/trainingssession.html>

ワークショップ申込期間 2026年6月1日（月）～7月11日（土）

オンデマンドセミナー申込期間 2026年6月1日（月）～12月25日（土）



※ 公益社団法人 日本栄養士会 生涯教育振替単位 ① ワークショップ：実務研修 講義1単位／② オンデマンドセミナー：実務研修 講義1単位
※ 公益社団法人 日本栄養士会 特定分野 小児栄養分野管理栄養士・栄養士 更新研修単位 5単位

●主 催 マイウエルボディ協議会

●共 同 主 催 小児栄養分野推進合同協議会、学校法人 順天堂 順天堂大学

●後 援 一般社団法人 大阪府医師会、一般社団法人 和歌山県医師会、一般社団法人 和歌山市医師会、和歌山市教育委員会、
岸和田市教育委員会、公益財団法人 日本学校保健会、全日本中学校長会、公益社団法人 全国学校栄養士協議会、公益社団法人 日本栄養士会、
公益社団法人 東京都栄養士会、公益社団法人 大阪府栄養士会、公益社団法人 和歌山県栄養士会、公益社団法人 滋賀県栄養士会、
公益社団法人 兵庫県栄養士会、公益社団法人 奈良県栄養士会、公益社団法人 福岡県栄養士会、NHK大阪放送局

受講料/無料

【2025年度アーカイブセミナー（オンデマンド）】

視聴期間（全プログラム共通）：2026年6月1日（月）～10月31日（土）

本プログラムは、2025年度ご視聴いただいたセミナーです。2026年度セミナーをお申込みいただいたければ、視聴期間中ご視聴いただけますので、個別のお申し込みは不要です。期間内は何度でもご視聴いただけます。

健康なこころとからだを持ち続けるために

全年代共通

自己肯定感とメディアの影響

（ユニリーバ・ジャパン ダヴ自己肯定感プログラム）

乳幼児期

セミナーのねらい（子育てを一緒に考えよう）

医師 位田 忍（大阪母子医療センター）

①「咀嚼・嚥下・消化吸収機能の発達」

医師 小野 滋（京都府立医科大学）

・赤ちゃんのからだ すすむ消化吸収の力

歯科医師 綾野 理加（昭和医科大学）

・もぐもぐごっくん 食べ方を知ろう

②「乳・離乳食」

医師 東海林 宏道（順天堂大学）

・赤ちゃんの栄養と母乳育児

管理栄養士 西本 裕紀子（大阪母子医療センター）

・実践 むずかしくない離乳食～楽しく食べることの始まり～

③「肥満・体重増加不良」

医師 市川 剛（那須赤十字病院）

・こどもの肥満は予防できるのか？

・幼児期の体重増加不良から見えることと支援のポイント

④「こどもの安心」

医師 前川 貴伸（国立成育医療研究センター）

・こころの栄養は乳幼児期から～こどものこころを育むちょっとしたコツ～

医師 田中 恭子（順天堂大学）

・実践 こころの栄養は乳幼児期から～大人とこどもの関係性の絆～

学童期

セミナーのねらい（からだづくり、こころづくりの仕組みをしよう）

医師 位田 忍（大阪母子医療センター）

①「見逃せない成長曲線からのシグナル」

医師 原 光彦（和洋女子大学）

②「からだづくり（運動と栄養、生活リズム）」

・子どもの成長を支える三本柱 — 睡眠・食事・運動の科学

医師 高橋 路子（神戸大学）

・実践 からだづくりは運動と栄養の二人三脚

管理栄養士 鳥井 隆志（兵庫県立ひょうごこころの医療センター）

・いつ寝る？いつ食べる？ 成長期に大切な生活リズム

管理栄養士 藤谷 朝実（神奈川県立保健福祉大学地域貢献センター）

・実践 望ましい生活習慣づくりをめざして～生活チェックを活用した取組～

養護教諭 谷田 真代（和歌山市立三田小学校）

③「子どものレジリエンス」

医師 田中 恭子（順天堂大学）

・“自分で考える子”はどう育つ？～児童期のこどもの心と大人のかかわり～

・実践 ちゃんと不安、でもやってみよう！”子どものレジリエンスを育てる工夫

④「座談会」 養護教諭・栄養教諭による実践報告・ディスカッション

座長：吉澤 裕世（順天堂大学） 参加：養護教諭 谷田 真代（和歌山市立三田小学校）

石見 和世（帝京大学） 栄養教諭 山西 奈津子（京田辺市立田辺小学校）

思春期・青年期

セミナーのねらい（健康リテラシーを理解しよう。自分のこと、次世代のこと）

医師 位田 忍（大阪母子医療センター）

①「からだの変化 ～二次性徴はおとなへの重要なステップ～」

医師 倉川 佳世（国立障害者リハビリテーションセンター病院）

②「メタボリックメモリー～幼少期の生活を身体は記憶する～」

医師 金子 至寿佳（日本赤十字社和歌山医療センター）

③「からだづくり」

・プレコンなあに？

医師 荒田 尚子（国立成育医療研究センター）

・将来の妊娠に備えて適切な健康体重を維持するための取組～自己肯定感を高めて～

不登校児童生徒支援員 上西 忍（和歌山市立西浜中学校）

④「低栄養の二つの顔：低回転型と高回転型」

・”元気が出ない子” 増えていませんか？～思春期のからだでエネルギー不足

保健師 吉澤 裕世（順天堂大学）

・実践 見逃せない成長期の相対的エネルギー不足

管理栄養士 鈴木 志保子（神奈川県立保健福祉大学大学院）

⑤「思春期世代の子どもと自分探しの旅 ～見守る力と関わる勇氣～」

医師 田中 恭子（順天堂大学）

※ アーカイブセミナーでの公益社団法人 日本栄養士会 生涯学習振替等はございません。

開催事務局

：小児栄養分野推進合同協議会

HPアドレス URL： <https://plaza.umin.ac.jp/jsspn/>

