

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

ライフスタイル別 オンデマンドセミナー（プログラムは裏面に掲載）

★理論と実践を組み合わせ、各講演にハンドアウトと活用資料あり！

全年代共通

自己肯定感とメディアの影響

2025年7月14日(月)～2026年3月1日(日)

乳幼児期

子育てを一緒に考えよう

2025年7月14日(月)～2026年3月1日(日)

学童期

からだづくり、こころづくりの仕組みを知ろう

2025年9月1日(月)～2026年3月1日(日)

思春期・青年期

健康リテラシーを理解しよう。自分のこと、次世代のこと

2025年11月1日(土)～2026年3月1日(日)

参加費 無 料

参加登録

2025年6月14日から

2025年12月26日まで随時



- 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。



HPアドレスまたはQRコード先から、各講演をご視聴ください。

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



- 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
- 主な対象者 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
- 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、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 京都府栄養士会、公益社団法人 福岡県栄養士会、公益社団法人 富山県栄養士会、NHK大阪放送局、毎日新聞社、株式会社 少年写真新聞社

健康なこころとからだを持ち続けるために

【全期講演プログラム】

全年代共通 **2025年7月14日(月)～2026年3月1日(日)**

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 2025年7月14日(月)～2026年3月1日(日)

- 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」
・赤ちゃんのからだ すすむ消化吸収の力 医師 小野 滋 (京都府立医科大学)
・もぐもぐごっくん 食べ方を知ろう 歯科医師 綾野 理加 (昭和医科大学)
- ②「乳・離乳食」
・赤ちゃんの栄養と母乳育児 医師 東海林 宏道 (順天堂大学)
・実践 むずかしくない離乳食～楽しく食べることの始まり～
管理栄養士 西本 裕紀子 (大阪母子医療センター)
- ③「肥満・体重増加不良」
・こどもの肥満は予防できるのか? 医師 市川 剛 (那須赤十字病院)
・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 医師 前川 貴伸 (国立成育医療研究センター)
- ④「こどもの安心」
・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～
・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～ 医師 田中 恭子 (順天堂大学)

学童期 2025年9月1日(月)～2026年3月1日(日)

- 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 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 眞代 (和歌山市立三田小学校)
医師 田中 恭子 (順天堂大学)
- ③「子どものレジリエンス」
・“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 ちょっと不安、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 眞代 (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 2025年11月1日(土)～2026年3月1日(日)

- 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」
・”元気がでない子” 増えていませんか?～思春期のからだとエネルギー不足
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気～」
医師 田中 恭子 (順天堂大学)

- 資格認定 (乳幼児期、学童期、思春期・青年期、全年代共通、全27講義全視聴)
- ・公益社団法人 日本栄養士会 生涯教育振り替え単位 全分野共通 (90-110) 講義2単位を認定
- ・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単位を取得

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/>

