

2022年6月5日
日本健康運動指導士会長野県支部

2022年度 更新必修講座（長野会場）実施報告

主催：NPO 法人日本健康運動指導士会 共催：公益財団法人健康・体力づくり事業財団
主管：日本健康運動指導士会長野県支部 後援：健康日本 21 推進全国連絡協議会

期日：2022年6月4日（土）

会場：JA アクティールホール（〒380-0826 長野県長野市大字南長野北石堂町 1177-3）

参加者人数：76名

内容：

- ① 「健康日本 21(第二次)」を中心とする国の 施策の現況及び健康運動指導士の役割

【実施時間】 10:30～12:00

【講師】 増田 和茂 先生 (公財)健康・体力づくり事業財団 常務理事

- ② 健康寿命延伸のための

サルコペニア・フレイル対策（右写真）

【実施時間】 13:00～15:00

【講師】 大須賀 洋祐 先生

（地独）東京都健康長寿医療センター研究所

自立促進と精神保健研究チーム

フレイル と筋骨格系の健康研究 研究員



- ③ 健康運動指導士に必要な疾患別ガイドラインの知識（NCD）

【実施時間】 15:15～16:45

【講師】 坂本 静男 先生 駿河台大学スポーツ科学部 教授

【感想】 数年ぶりに長野県内にて健康運動指導士の資格更新に必要な更新必修講座を実施することができました。大変有意義な機会となりました。この場をお借りして、当日の実施に至るまで、運営に関わってくださった皆様に感謝申し上げます。

更新必修講座の開催を担当する長野県支部理事スタッフは、コロナ禍で対面形式でのコミュニケーションをとることができずにいましたが、支部研修会を実施する過程の中で、積極的なコミュニケーションが図ることができました。3人の講師の先生方からは熱心なご指導を頂き、参加者も大変刺激を受けた様子でした。講義終了後に講師の先生とコミュニケーションを図る参加者の方も見られました。