

『産業保健に活かすスポーツ栄養学』

～働く人の健康課題に応じた食事支援～

主催 公益社団法人 神奈川労務安全衛生協会
産業保健活動委員会

このたび、スポーツ栄養学の第一人者であり、神奈川県立保健福祉大学 大学院 保健福祉学研究科 研究科長の鈴木志保子教授を講師にお迎えし、栄養学を中心に講演いただきます。

本講座では、疲れやすい、集中力が続かない、健康診断の数値が気になる、運動習慣が続かないといった健康課題を抱える職場の方々に対し、スポーツ栄養学の視点から実践できる食事支援を紹介します。職場での保健指導や健康経営の取り組みに活かせるヒントが満載です。

また、毎回ご好評をいただいているグループ討議も実施いたします。参加者同士で情報交換を行いながら学びを深めることが出来る貴重な機会です。健康づくりや栄養に関心のある方はもちろん、日々の食生活を見直したい方にもおすすめの内容です。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

こんなお悩みありませんか？

- ・ 若手社員の朝食欠食が気になる
- ・ 食生活とメンタルヘルス
- ・ 高齢労働者の転倒災害予防を進めたい
- ・ 生活習慣予防
- ・ 交替勤務者のメタボ対策
- ・ 女性社員の痩せや栄養不足への対応
- ・ プロテイン・タンパク質の正しい知識
- ・ 年代別にみる栄養課題と対応策



1. 日 時 2026 年 12 月 8 日 (火) 13:30 ~ 17:00 (受付開始 13:00~)
2. 会 場 (公社) 神奈川労務安全衛生協会 2F 第2教室
横浜市中区相生町3-63 ヤオマサビル TEL045-662-5965
(JR 関内駅下車北口より本町方面へ徒歩 5 分 地図は受講票に明示)
3. 定 員 40 名
4. 対 象 者 産業医、産業保健師、産業看護師、衛生管理者、人事・労務担当者 等
※効果的なグループ討議とすべく受講される方の主たる業務をお聞きます。
5. 講 師 神奈川県立保健福祉大学 大学院 保健福祉学研究科
研究科長 鈴木志保子教授 (13:40~15:00)
6. グループ討議 テーマ:「職場で実践できる食事支援のアイデア」 (15:10~16:30)
7. 受 講 料 一般 1 名 7,150 円 (消費税込)、協会会員は 1 名 5,960 円 (消費税込)
※NET 割引 300 円あり
8. 申 込 方 法 ① インターネットでの申込みができます。詳しくは協会の HP をご参照下さい。
② 受講料のお振込みをお願いします。振込手数料は、貴社負担でお願いします。
③ 申込は先着順に受付とし、定員になり次第締め切ります。

お申込み
お問い合わせ

(公社) 神奈川労務安全衛生協会

横浜市中区相生町3-63 (JR関内駅下車北口より徒歩 5 分)

TEL. 045-662-5965

神奈川労務安全



<https://roaneikyo.or.jp>

