

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（別期の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！

開催期間 **2025年7月14日(月)～2026年3月1日(日)**

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 ダブ担当) 20分

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） 5分

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） 15分
- ・カミカミごっくん 食べ方を知ろう 歯科医師 綾野 理加（昭和医科大学） 15分

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） 15分
- ・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） 15分

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） 10分
- ・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） 10分

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～ 15分
- ・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～ 15分
医師 田中 恭子（順天堂大学）

- 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。



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

※この登録で2025年度セミナー全期視聴可能



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/trainingsession.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 和歌山県医師会 公益社団法人 大阪府栄養士会、毎日新聞社、株式会社 少年写真新聞社
他 依頼中

健康なこころとからだを持ち続けるために

【別期講演プログラム】

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)

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(仮題)」 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(神戸大学医学部附属病院)

・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 学童期での生活リズムの実践(仮題)

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」

・“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

医師 田中 恭子(順天堂大学)

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

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」

・プレコンななに? (仮題)

医師 荒田 尚子(国立成育医療研究センター)

・実践 思春期青年期でのプレコンの対応実践(仮題)

養護教諭 上西 忍(和歌山市立西浜中学校)

④「スポーツと栄養」

・“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(REDs)(仮題)

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)

開催事務局 : 小児栄養分野推進合同協議会

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

