

令和7年度 P811 からだリノベーション教室 実施要領

- 1 目的 大分県教育庁職員健康管理指針（第4期）では、壮年期の課題として定期健康診断における生活習慣病に起因する血清脂質、血圧、肥満の項目の有所見率の上昇があげられている。また、大分県立学校教職員健康管理指針（第3期）では、がんや心疾患による現職死亡の増加や壮年期の脳血管疾患による病気休職者の増加が課題となっている。そのため、壮年期の生活習慣の改善及び重症化を予防することが重要となる。

そこで、教職員自身の心身の健康に対する意識を高め、生活習慣を改善することを目的に、本教室を開催する。

- 2 主催 大分県教育委員会

- 3 日時 令和7年7月29日（月）～8月29日（金）

- 4 会場 受講対象者所属校（遠隔研修）

- 5 対象者 40歳以上で、昨年度の定期健康診断の結果にてメタボリックシンドローム及びその予備群に該当し、内服治療に至っていない者

- 6 内容

時間	内容
動画視聴 (7/29～8/29)	・開会挨拶 ・保健師説明 ・講演（45分） 演題「メタボリックシンドロームの予防・改善のための運動について（仮）」 講師 臼杵市医師会立コスモス病院 事務長 竹村 仁 氏

- 7 その他

- ・講師資料は前日までにPlantに掲載します。
- ・受講申込は福利課にて実施済みです。
- ・事前アンケートはPlantにログインし、6月27日（金）までに回答ください。Plantの操作は、添付している「**研修受講マニュアル**」を参考にしてください。
- ・動画はPlantにログインし、期間内（7月29日～8月29日）に視聴してください。
- ・動画視聴後、Plant内に掲載している事後アンケートを9月12日（金）までに回答ください。事後アンケートの回答をもって「受講修了」とします。

※事後アンケートに記載の目標の取組状況については、後日保健師が確認します。