

## 健康啓発活動実績

### 健康づくり講演会・測定会

No.	年	月	題 名	主 催	対象者
1	2020	6	行動変容の基礎理論とその応用	公的機関	指導者
2	2020	7	スローエアロビックで介護予防	公的機関	指導者
3	2020	7	なぜいま「座りすぎ」を解消する必要があるのか	民間企業	一般
4	2020	7	行動変容の取り組みの振り返りと継続のコツ	公的機関	指導者
5	2020	7	集団やグループを対象とした行動変容支援のコツ	公的機関	指導者
6	2020	8	リラクセーション概論	民間団体	学生
7	2020	8	リラクセーション概論	民間団体	学生
8	2020	8	行動変容に関する理論	公的機関	指導者
9	2020	9	スローエアロビックが脳機能に与える効果	民間団体	指導者
10	2020	9	いつでもできるリラックス&リフレッシュ	公的機関	一般
11	2020	10	スマホ社会の落とし穴	民間団体	一般
12	2020	12	行動科学理論を生かした健康支援	公的機関	指導者
13	2021	2	行動変容に関する理論	公的機関	指導者
14	2021	2	スポーツ健康学実習	民間団体	学生
15	2021	2	スポーツ健康学実習	民間団体	学生
16	2021	2	スポーツ健康学実習	民間団体	学生
17	2021	3	明治安田厚生事業団における身体活動促進の取り組み ーワークスタイルのスポーツ化への挑戦！	公的機関	一般
18	2021	3	ナッジ理論と職域連携	公的機関	指導者