

時間栄養学はメタボに限らず、全ての対象者に活用することができます。
 事例演習講座は、時間栄養学をフル活用する栄養指導スキルを身に着け、保健指導の成果につなげていただくためにスタートしました。
 時間栄養学を活用した支援のキーとなる「生活リズム」「食事リズム」の改善支援について、1ケース15分で、支援の流れや改善のポイントとなる部分を丁寧に解説します。

第1回 ケース

- (1) 男性 メタボ 飲酒・間食習慣有り
- (2) 女性 肥満・ダイエットが続かない
- (3) 男性 メタボ 朝食欠食

こんな人におすすめ!!

- ◆生活リズムの支援が難しいと感じる
- ◆支援の流れを学びたい
- ◆対象者の行動変容を促したい

講座のポイント

- ✓ 講座前に事例について支援内容を検討することができる
- ✓ 講座資料は定型のシートに支援のヒントが記載されており、実践につなげやすい
- ✓ 時間栄養学を用いた具体的な支援方法や助言方法がわかる

受講者の声

- 血糖値の流れのイメージをつかみやすい
- 自分の支援の課題に気づくことができた
- 課題の整理から目標立案までの流れがわかりやすかった

日時 2026年6月21日(日)～6月28日(日)終日※動画は約1時間

※動画はZOOMの録画機能を使い講座をそのまま録画したものです。

講師 (有)クオリティライフサービス代表取締役 管理栄養士 小島美和子

教材 事例と回答用紙 3セット、支援例テキスト (PPT2スライド印刷)

※印刷したものを事前郵送いたします

受講料 5,500円 (税込)

定員 50名

お申込締切 2026年6月7日(日) ただし定員になり次第締め切ります

お申込方法 [こちらをクリックして、お申込フォームに全てご入力下さい。](#)

▼講座申込規約・注意事項等をご確認、ご承認の上、お申込フォームよりお申込下さい。

申込規約・注意事項等

- ※送信後、受付メールを送信します。件名【お申し込みを受け付けました】 ご利用料金のお振込について明記しておりますので必ずご確認ください。
- ※「@qls.co.jp」からのメールを受信できるか、フィルタリング (迷惑メール防止) の設定等をご確認ください。また、事務局からメールが届かない場合は、迷惑メールフォルダに入っていないかのチェックを必ずお願いいたします。
- ※申込フォームにアクセスできない方は、大変恐れ入りますが、お問い合わせフォームよりお問い合わせくださいませ。事務局より折り返しご連絡いたします。
- ※講座は個人対象講座です。お申込者個人のメールアドレスでお申込み下さい。ご事情がある場合はその旨ご連絡くださいませ。また組織でご受講の場合は別途お問い合わせくださいませ。

お問い合わせ