Q.L.S school

オンデマンド　【代謝講座】リニューアル！からだの中の栄養代謝を「見える」化

代謝の理解で導くエビデンスに基づく栄養指導講座

食べ物が口に入るところから、からだの中で利用される過程について、時間経過を追いながら、細胞内での栄養素の利用を丁寧に紐解き、解説していきます。更に今回は、臓器別の特性、たんぱく質、脂質、糖質の体内動態も追加し、より一層、全身での代謝をイメージしやすいものにしました。
からだの中で起こっていることがわかると、どう食べればよいか、検査値や体調の乱れの原因はどこにあるか…これらはおのずと導かれ、暗記の栄養指導から脱却することができます。
それにより、栄養指導の場面でも、対象者に対して納得感ある説明ができるようになります。
健康に関する情報があふれる時代だからこそ、からだのしくみの根本である「代謝」を理解し、正しい知識を整理して伝えるスキルが求められています。
保健指導初心者の方はもちろん、現在保健指導に携わっている方も、自らの学びの土台強化におすすめの講座です。オリジナルの代謝学習シートで復習しながら知識を身に着けてください。
化学式や化学記号はナシ！生化学が苦手な人も安心してご受講ください！

＜講座概要＞
- ■代謝の基礎知識
- ■エネルギー供給の流れ
- ■臓器別代謝特性
- ■エネルギー補給・蓄積・燃焼
- ■３大栄養素の体内動態
- ■代謝から導く保健指導ポイント

- ✓ 体内の栄養代謝がイメージできるようになり、栄養指導のエビデンスの理解が深まる
- ✓ 対象者の疑問にわかりやすく回答でき、行動変容につなげる納得感ある説明ができるようになる
- ✓ オリジナルの代謝学習シートを用いた解説で代謝の過程が理解しやすい
- ✓ ２週間の視聴期間で、繰り返し録画動画を視聴でき、復習に役立ち、知識を定着させやすい
- ✓ オリジナル学習シートはコピーして各自の学習に利用できる

録画動画視聴期間は２週間でじっくり視聴可能！

日時　**録画動画視聴期間：2026年12月6日(日)～2026年12月20日(日)**

※録画動画は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　㈲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　PPTテキスト、オリジナル代謝シート１０枚セット、学習用シート1枚（印刷したものを事前郵送）

受講料　①一般22,000円(税込)
②「代謝から理解する栄養指導のエビデンス講座」「効果の出る栄養指導スキルアップ講座」（全６回）受講済みの方　11,000円(税込)

定員　50名（先着順）

お申込締切　2026年11月22日(日)

お申込方法　①一般の方：**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。**
②「効果の出る栄養指導スキルアップ講座（全６回）」または「代謝から理解する栄養指導のエビデンス講座」受講済みの方：**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。受付メールやご受講案内等が届いていない場合はお手数ですが、seminar@qls.co.jpへお問い合わせください。
※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。

お問い合わせ
QUALITY life service