

## 専門研修 P608-1,2 令和7年度 若手職員健康づくり講習会 実施要領

### 1 目的

大分県長期教育計画（「教育県大分」創造プラン2016）において、信頼される学校づくりの推進として、若年層（40歳未満）の定期健康診断有所見率の減少が目標として掲げられている。また、第3期大分県立学校教職員健康管理指針及び第4期教育庁職員健康管理指針においては、職員一人ひとりで取り組むセルフケア、所属で取り組むラインケア、それを支える環境づくりの3つの視点の強化、充実のため取り組みを推進している。

そこで、若年層から自らの心身の健康に対する意識を高めるとともに、セルフケア能力の向上を図ることを目的に、本講習会を開催する。

### 2 対象者（令和7年4月1日現在の年齢）

令和7年度4月採用の40歳未満の新規採用職員（県立学校76名、教育庁3名 計79名）

令和6年度10月以降採用の40歳未満の新採用職員（県立学校1名、教育庁2名 計3名）

令和6年度欠席者（県立学校6名） 合計 88名

### 3 実施日時

【第1組】令和7年10月 1日（水）10:00～15:30

【第2組】令和7年10月14日（火）10:00～15:30

### 4 実施方法

集合研修

### 5 実施場所

大分県教育センター 講堂

### 6 日 程

| 時 間         | 内 容                                           |
|-------------|-----------------------------------------------|
| 9:30～       | 受 付                                           |
| 10:00       | 開 会                                           |
| 10:05～11:45 | 講 演「こころのセルフケア（仮）」<br>講 師 九州中央病院 公認心理師 江崎 直樹 氏 |
| 11:45～13:00 | 休憩                                            |
| 13:00～14:00 | 講 演「栄養について（仮）」<br>講 師 管理栄養士（仮）                |
| 14:00～14:10 | 休憩                                            |
| 14:10～15:10 | 講 演「運動について（仮）」<br>講 演 健康運動指導士（仮）              |
| 15:10～15:20 | 情報提供（福利課保健師、公立学校共済組合大分支部）                     |
| 15:20～15:30 | アンケート記入<br>閉会                                 |

### 7 服 務

職務命令

### 8 そ の 他

- ・研修申込みは不要です。
- ・欠席の場合は、別紙2「欠席届」に記入のうえ、9月22日（月）までに庁内連絡にて担当あてご提出ください。
- ・運動の講話では身体を動かす場面がありますので、動きやすい服装でお越しください。