

受講者募集

健康生きがいづくりアドバイザー

資格取得講座 受講案内

★「健康生きがいづくりアドバイザー」とは

一般財団法人 健康・生きがい開発財団が養成・認定する資格が「健康生きがいづくりアドバイザー」です。養成講座では、人生 100 年時代に対応した健康、福祉、生きがいづくり、社会参加などについて学び、社会活動参画への道筋を理解します。

資格認定後は、徳島県健康生きがいづくりアドバイザー協議会に入会し、活動を開始していただくことになります。

★今、地域社会はアドバイザーを求めている

地域の活性化、健康寿命の延伸へ向けた各分野での取り組みが始まり、その取り組みを担う人材が求められてきています。講座を通じて生涯にわたる学び、地域活動参加、生きがい就労への理論と技法を習得した人材こそが、「健康生きがいづくりアドバイザー」といえます。

人生二幕目の充実へ向けて、アドバイザー資格を取得し、地域活動へ GO !

日 程：2026年1月24日（土）～25日（日）、31日（土）の3日間

◎会場案内図

時 間：（詳細は裏面カリキュラムを参照）

会 場：徳島県民活動プラザ第2会議室と研修室

徳島市東沖洲2丁目14番地 TEL (088) 664-8211

マリントーナメントビル1階、

定 員：5名～10名

（年齢・性別を問わず、どなたでも受講できます。）

※ 切 断：2025年12月末

費 用：①養成講座 15,000円（税別）

②認定研修 10,000円（税別）

③登録・認定 10,000円（税別）1年更新

認定後：徳島県生きがいづくりアドバイザー協議会への入会 入会金 5,000円 1年更新



主催：徳島県健康生きがいづくりアドバイザー協議会

HP <http://ikigai-t.com/>

共催：一般財団法人健康・生きがい開発財団

HP <http://www.ikigai-zaidan.or.jp/>

-----切りとり-----

【健康生きがいづくりアドバイザー資格取得講座受講申込書】

申込日 年 月 日

※申し込み先：会長：栗尾 銭二郎 TEL 090-4331-6573

フリナガ		性別	男・女	① 受講申し込みを受け付け後、受講方法と受講料の支払いをお知らせします。 ② 定員になり次第、締め切らせていただきます。
お名前		年齢	才	
ご住所	〒 ー 県 市・郡			
連絡先	電話	携帯	Eメール	

講座の日程とカリキュラム

【養成講座】

月日	時間	分	場所	内容・科目名
1/24 (土)	10:00~10:10	10	とくしま県民活動 プラザ 第2会議室	オリエンテーション（会長挨拶）
	10:10~12:10	120		【講座一1】 超高齢社会の展望と人生100年時代の生き方
	12:10~13:00	50		昼食
	13:00~15:00	120		【講座一2】 健康生きがいづくりアドバイザーの使命と役割
	15:00~17:00	120		【講座一3】 人生100年時代の健康づくり
1/25 (日)	10:00~12:00	120	とくしま県民活動 プラザ 研修室	【講座一4】 超高齢社会の社会保障
	12:00~12:30	30		昼食
	12:30~14:00	90		【講座一5】 地域コミュニティ活動と社会貢献
	14:00~15:30	90		【講座一6】 人生100年時代の家庭経済
	15:30~17:00	90		【講座一7】 人生100年時代の就労

【認定研修】

月日	時間	分	場所	テーマ
1/31 (土)	10:00~10:20	20	とくしま県民活動 プラザ 研修室	開講 オリエンテーション
	10:20~11:20	60		基調講演「人生100年時代の新ステージへ」（仮）
	11:20~11:50	30		講義 活動事例① 健生の活動状況について
	11:50~12:40	50		昼食
	12:40~13:10	30		講義 地域の活動事例① 地域内の活動状況について
	13:10~15:10	120		地域の活動事例「グループワーク」の説明（30分） ① 協働事業企画書ワークシートを基にグループワークの進め方説明（初期、発表者を決める）（5分） ② 協働事業企画書作成のグループワーク（65分） ③ グループによる全体発表と講評（20分）
	15:10~15:50	40		講義と実技 活動事例② フレイル予防して健康寿命を延ばそう （姿勢、歩行バランス、）（フレイル簡易チェック）
	15:50~16:20	30		まとめ「私の活動目標」
	16:20~16:40	20		アンケート 終了証書授与・閉講

- 注記 1)養成講座講師は徳島県健康生きがいづくりアドバイザー協議会の会員が務めます。
- 2)認定研修講師は、一般財団法人 健康・生きがい開発財団、他県の健康生きがいづくりアドバイザーが講師を務めます。
- 3)カリキュラムの内容や日時は都合により変更することがあります。
- 4)当日、希望者には弁当をご用意いたします。なお、弁当代はご負担願います。
- 5)アドバイザー認定後の活動について（健康生きがいづくりアドバイザーとして認定されましたら、ご自分の得意分野を生かして活動の場を広げていただきます。徳島県健康生きがいづくりアドバイザー協議会に入会し、情報交換をしながら地域の行政や企業などとの連携を通じてセミナー講師や地域活動を行うなどいろいろな活動の場があります。

