



# 健康指導実施者向け コーチング研修プログラム

コーチングとは、相手が目指したいビジョンや目標に向かって自発的な行動をとれるように促すコミュニケーションスキルです。

これまで、自治体の健康指導実施者向けには、職場でのOJT（On the Job Training）はもとより、コーチングを紹介する研修等が行われてきました。しかし、地域住民の健康指導に活かせる実践的なコーチングスキル獲得を目的とした研修は少ないのが現状です。

「対象者が自らの生活習慣における課題に気付き、自らの意思による行動変容によって健康課題を改善し、健康的な生活を維持できるよう、必要な情報の提示と助言等の支援を行うこと」とされている保健指導において、健康づくり担当者がコーチングスキルを用いて地域住民と関わることで今まで以上に相手の自発的な健康行動を促進できるようになることが期待できます。

国際コーチング連盟プロフェッショナル認定コーチを招いたオンラインによる全2回の研修にて、コーチングの基礎的な考え方・手法の理解や、健康づくりの現場での実践を踏まえたコミュニケーションのブラッシュアップを目指します。

**日 時** 第1回 2026年1月16日 13:00-16:00 (3時間 休憩有)

第2回 2026年3月5日 13:00-15:00 (2時間 休憩なし)

**開催方式** オンライン開催 (Zoomでの実施)

**参 加 費** 無料

**対 象** 自治体で健康指導を実施されている方。かつ下記の条件を満たすことが出来る方。  
・全2回すべてに参加可能な方  
・Zoomにスムーズに参加できるネットワーク環境をお持ちの方  
・周りを気にせずに参加できる場所を確保できる方

**定 員** 40名

**申 込** 事前登録制となりますので、1月12日までに申込サイトより必要事項を記入しお申込み下さい。[https://www.jri.co.jp/seminar/260116\\_690/detail/](https://www.jri.co.jp/seminar/260116_690/detail/)

応募数が定員を上回った場合は抽選とさせていただきますので、予めご了承ください。  
お申込みいただいた方には、後日、オンライン研修へのアクセス方法等についてご連絡差し上げます。（抽選実施時には当選された方には当選のご連絡と併せてアクセス方法についてご連絡差し上げます。）

**主 催** 株式会社日本総合研究所

## お問い合わせ先

株式会社日本総合研究所 リサーチ・コンサルティング部門 担当：山本、立林、望月  
〒141-0022 東京都品川区東五反田2丁目18番1号 大崎フォレストビルディング  
Tel : 080-9674-1839 メール : un\_4837.group@jri.co.jp

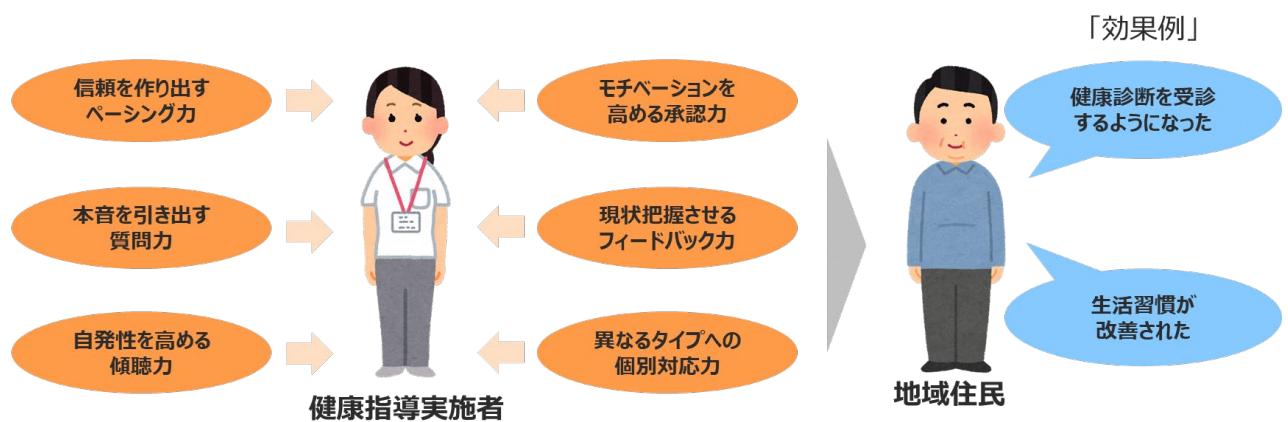
## プログラム内容

※研修内容・スケジュールは予定ですので、変更の可能性があります。

第1回 (3時間)	<ul style="list-style-type: none"><li>・コーチングの基本姿勢</li><li>・コーチングの効果発揮につながる関係性づくり</li></ul>
業務での 実践 (約1カ月)	<ul style="list-style-type: none"><li>・第1回の研修で学んだことを、各人が業務で実践していただく</li></ul>
第2回 (2時間)	<ul style="list-style-type: none"><li>・第1回での内容の振り返り</li><li>・業務での実践に関するディスカッション</li><li>・実践の中での質問・疑問への回答</li></ul>

## コーチングスキルを使うことで得られる効果

健康指導実施者がコーチングスキルを用いて地域住民と関わることで  
今まで以上に相手の自発的な健康行動を促進できるようになることが期待できます



## 外部講師プロフィール



## - 葉山 みなみ -

1967年7月生まれ／北海道帯広市出身

- ・銀座コーチングスクール認定講師
- ・国際コーチング連盟認定プロフェッショナルコーチ（PCC）
- ・JCDA（キャリアディベロップメントアドバイザー）
- ・米国ギャラップ認定ストレングスコーチ
- ・シックスセンス認定上級EQファシリテーター
- ・株式会社エド温（本社営業）、国際武道大学（学校事務）、株式会社ジオス（英会話学校の学校運営、エリアマネージャー、本社会長室）を経て、
- ・2001年ソフトバンク株式会社に採用担当として入社。海外での新卒採用、管理部門の中途採用、「人事100人採用」「新卒3,000人採用」のプロジェクトリーダー、健康管理センター発足など、企業急成長期の人事・採用活動に邁進。在職中は約10,000人の面接をこなす。